



santé au travail
en Cornouaille

Le bruit au travail

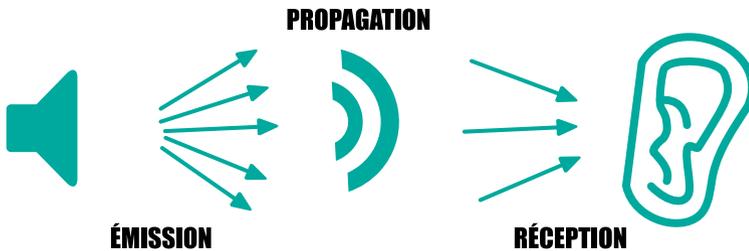
On ne le voit pas, et puis on n'entend plus



DÉFINITIONS

Le **son** est une vibration de l'air émise par une source, qui se propage dans l'air en ondes acoustiques.

Le **bruit** est un ensemble de sons d'intensités et de fréquences différentes perçus par l'oreille comme une sensation désagréable ou gênante.



Les ondes sonores sont caractérisées par :

- Leur fréquence (en hertz) qui correspond à leur hauteur (grave ou aigue)
- Leur amplitude (niveau de pression en décibels) qui correspond à leur intensité (volume sonore).

Les risques augmentent avec l'intensité du bruit et la durée d'exposition.

LE DÉCIBEL

- Le décibel (dB) est l'unité de mesure du niveau sonore.
- Le décibel A, noté dB(A), représente la sensibilité de l'oreille humaine, qui perçoit davantage les sons aigus que les sons graves.
- Le décibel C, noté dB(C), est utilisé pour mesurer les bruits impulsionnels (brefs et puissants).
- Une augmentation de 3 dB correspond à un doublement du niveau sonore.



80 dB



83 dB



86 dB

RÈGLEMENTATION

Décret 2006-892 relatif à l'exposition des travailleurs aux risques dus au bruit.

Deux paramètres réglementaires quantifient l'exposition au bruit :

>> Le niveau d'exposition sonore quotidienne (Lex,d) : dose de bruit reçue sur la journée.

>> Le niveau de pression acoustique maximal de crête (Lpc) : niveau sonore instantané maximum (bruits impulsionnels).

NIVEAUX D'EXPOSITION AU BRUIT	PRINCIPALES EXIGENCES DE PRÉVENTION
Quel que soit le niveau de bruit	<ul style="list-style-type: none">• Démarche de prévention : Évaluation du risque, Information des travailleurs...
Valeurs d'exposition inférieures déclenchant l'action Lex,d > 80dB(A) ou Lpc > 135 dB(C)	<ul style="list-style-type: none">• Mise à disposition de PICB*• Formation et information des travailleurs exposés• Examen audiométrique préventif
Valeurs d'exposition supérieures déclenchant l'action Lex,d > 85dB(A) ou Lpc > 137 dB(C)	<ul style="list-style-type: none">• Programme réduction de l'exposition• Signalisation des locaux bruyants• Port obligatoire des PICB*• Contrôle de l'ouïe / tests auditifs
Valeurs limites d'exposition tenant compte de l'atténuation des PICB* Lex,d > 87dB(A) ou Lpc > 140 dB(C)	Ces valeurs ne doivent jamais être dépassées ! <ul style="list-style-type: none">• Mise en place immédiate de mesures de réduction de l'exposition

*Protecteur individuel contre le bruit

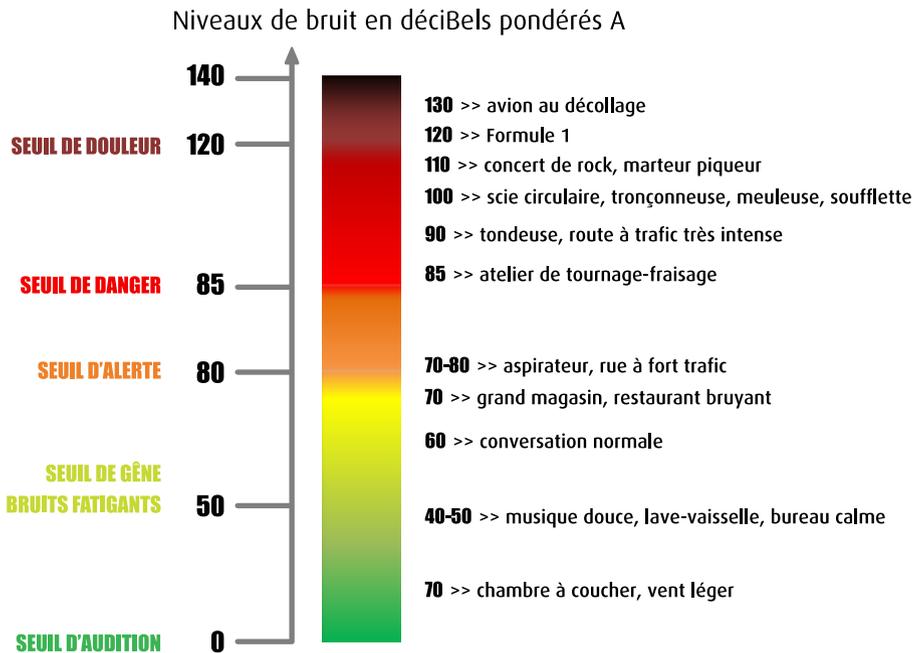
Des niveaux d'exposition nettement plus faibles que les seuils réglementaires, inférieurs à 60 voire 50 dB(A), sont recommandés pour assurer un confort auditif, en particulier pour des activités nécessitant une concentration et une attention soutenue.

LE SAVIEZ-VOUS ?

Pour ne pas dépasser le seuil de 80 dB(A) sur la journée, il ne faut pas être exposé à plus de :

- 2h30 à 85 dB(A)
- 45 min à 90 dB(A)
- 15 min à 95 dB(A)
- 5 min à 100 dB(A)
- 30 sec à 110 dB(A)

QUELQUES REPÈRES SUR LES NIVEAUX DE BRUIT



EFFETS DU BRUIT SUR LA SANTÉ

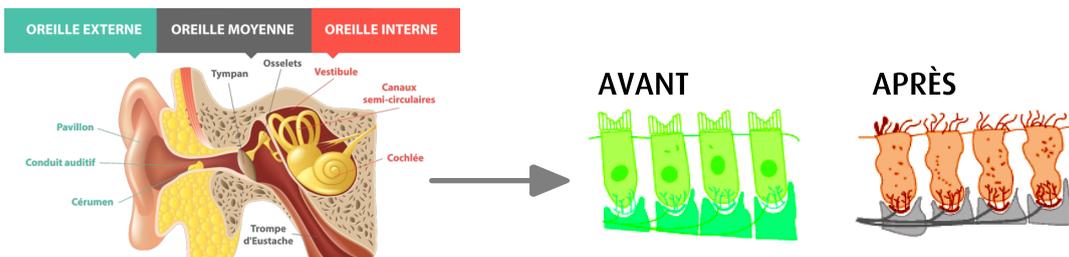
► Quel que soit le niveau : effets extra-auditifs



Ces effets entraînent une **augmentation du risque d'accident de travail**.
L'exposition au bruit engendre une **gêne pour la vie sociale et familiale**.

- **Niveaux d'exposition quotidienne dépassant 80-85 dB(A)**
L'exposition à des niveaux de bruit élevés entraîne dans un premier temps, une fatigue auditive dont les effets sont réversibles : **bourdonnements, sifflements d'oreille, baisse temporaire de l'audition.**

Quand l'exposition au-delà de 85 dB(A) se poursuit, **l'atteinte devient irréversible** et évolue vers une **surdité sévère**, par destruction des cellules de l'oreille interne.



- **Bruits impulsionnels dépassant 135 dB(C)**
L'exposition à **un seul et unique bruit impulsionnel très intense** (choc, détonation...) peut entraîner une surdité brutale, partielle ou totale.

Le bruit est encore plus dangereux lorsqu'il est subi et qu'il survient avec un caractère inattendu !



LE SAVIEZ-VOUS ?

Les surdités professionnelles atteignent généralement les deux oreilles.

Elles sont irréversibles et provoquent l'isolement familial et social de l'individu.

OÙ EN ÊTES-VOUS AVEC LE BRUIT ? FAITES LE TEST !

- Devez-vous élever la voix pour parler avec un collègue situé à 1 m ?
- Vos oreilles bourdonnent-elles pendant ou à la fin de votre journée de travail ?
- Après une journée de travail, devez-vous augmenter le volume de votre radio ou de votre téléviseur ?
- Avez-vous des difficultés à entendre des conversations dans les lieux bruyants (transports collectifs, stade...) ?

Si vous avez répondu OUI à au moins une de ces questions...

... le bruit sur votre lieu de travail représente peut-être un risque pour votre santé.

DÉMARCHE D'ÉVALUATION ET PRÉVENTION DES RISQUES LIÉS AU BRUIT

Les risques liés au bruit doivent être évalués et consignés dans le **Document unique**, qui sert de base à la mise en place d'un plan d'actions de prévention.

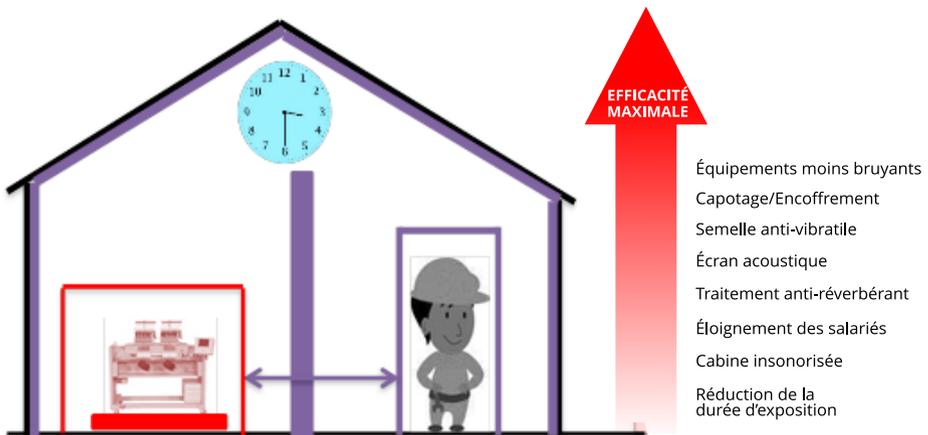
Le **risque auditif** peut être estimé de manière sommaire à partir d'observations sur la possibilité de communiquer dans l'ambiance sonore du poste, ainsi que l'absence d'évènements acoustiques rares et intense.

Si le risque est avéré ou possible, **des mesures** doivent être réalisées pour évaluer les niveaux d'exposition et préconiser des mesures de prévention adaptées.



PRÉVENTION ET PROTECTION COLLECTIVE

La mise en œuvre d'actions de prévention en amont et de protection collective doit être favorisée pour réduire l'exposition au bruit.



PROTECTION INDIVIDUELLE

Les protecteurs individuels contre le bruit (PICB) sont un dernier recours, souvent indispensable !

Leur choix doit tenir compte de différents critères : marquage CE, niveau d'exposition, nature des activités, confort, compatibilité avec d'autres EPI.

Le type de PICB doit être adapté aux modalités de port et les facteurs individuels : casque, bouchons préformés ou modelables, bouchons moulés sur mesure, arceau.



Leur efficacité dépend du niveau d'atténuation (ni trop faible, ni trop élevé !) ainsi que de leur mise en place et du port rigoureux lors des phases d'exposition.

Quelques règles à respecter pour assurer une bonne protection individuelle :

- >> **Former les salariés** aux risques et à la protection pour permettre une bonne mise en place et un port systématique des PICB
- >> **Signaler** les locaux bruyants et l'obligation de port par un affichage
- >> Mettre les PICB **avant d'entrer** en zone bruyante et les porter **pendant toute la durée** de l'exposition. Soyez vigilants aux situations de coactivité !
- >> Veiller à l'entretien et au renouvellement.



LE SAVIEZ-VOUS ?

Pour une durée d'exposition de 8 heures, ne pas porter ses protecteurs pendant 10 minutes suffit à diminuer leur efficacité de moitié !

Le meilleur PICB est celui qui est bien porté !

SUIVI MÉDICAL

Visite périodique au sein du service de Prévention et de Santé au travail avec réalisation d'un audiogramme et informations sur le bruit.

La surdité peut être reconnue comme maladie professionnelle selon les critères définis par le **tableau 42** des maladies professionnelles.

N'OUBLIEZ PAS

On peut être exposé au bruit en dehors du travail : jardinage, bricolage, concert... Alors, protégez-vous !

POUR ALLER PLUS LOIN

“ VRAI ou FAUX ?

D'autres réponses à vos questions sur le bruit à découvrir sur stc-quimper.org



Votre service de prévention et de santé au travail vous accompagne :

- Mise en place de mesures de prévention
- Accès sur le site stc-quimper.org au module de sensibilisation en e-learning (partenariat avec l'Afometra)
- Ateliers de prévention proposés toute l'année (agenda sur le site stc-quimper.org)

N'hésitez pas à nous contacter.