

Le BRUIT



SOMMAIRE

P3

DÉFINITION DU BRUIT

- LE CADRE JURIDIQUE

P4

LES CONSÉQUENCES...

- SUR LA SANTÉ
- SOCIALES

P5

LA PRÉVENTION POUR RESTER EN SANTÉ



DÉFINITION DU BRUIT

Le bruit est une perception subjective d'un son. Ce dernier est une onde acoustique caractérisée par sa fréquence (Hertz) et son niveau sonore (décibels). Selon les fréquences, la durée d'exposition sonore et le niveau, l'être humain peut **subir des pertes auditives et des conséquences extra-auditives**.

Un bruit (continu ou non) est un son qui provoque toute **sensation auditive désagréable ou gênante**. Cette sensation de gêne est subjective.

La source du bruit est liée **au travail** (utilisation de machines outils...), **au lieu de travail** (open space, centre d'appel, climatiseurs, public...), **à l'environnement** (véhicules bruyants, travaux de voirie, co-activité...), aux habitudes individuelles (port de casque audio...).

LE CADRE JURIDIQUE

Le code du travail pose les valeurs limites d'exposition sonore à 87 dB(A) au quotidien et un **pic maximum à 140 dB(C)** appelé crête.

À partir de 80 dB(A), **des actions individuelles et collectives de prévention** sont entreprises tels le port de protections auditives.



ATTENTION À
VOS OREILLES !



LES CONSÉQUENCES...

SUR LA SANTÉ

EFFETS EXTRA AUDITIFS



- **Anxiété, stress**, troubles du **sommeil**, troubles de l'**humeur**.
- Difficultés de **concentration**, **fatigue**.
- Difficultés et erreurs dans **les communications orales**.
- Troubles **cardiovasculaires** : augmentation de la fréquence cardiaque et de la tension artérielle.
- Troubles **digestifs**.

AUGMENTATION DU
RISQUE D'ACCIDENT

EFFETS SUR LE SYSTÈME AUDITIF



- Fatigue auditive avec **baisse provisoire de l'audition**, parfois accompagnée de bourdonnements, disparaissant au repos.
- **Atteinte irréversible** des cellules de l'oreille interne.
- **Acouphènes** (sifflements persistant intermittents ou chroniques).
- **Perte de l'audition**.

AUGMENTATION DU RISQUE
DE **PERTE IRRÉVERSIBLE
DE L'AUDITION** (SURDITÉ)

SOCIALES



- **Inaptitude**.
- **Perte** d'emploi.
- **Vie familiale modifiée** (diminution de l'intérêt à l'égard d'autrui).
- **Perturbation** de la communication.
- Vie culturelle **diminuée**.
- **Isolement** social

LA PRÉVENTION POUR RESTER EN SANTÉ

QUELQUES CONSEILS



Port des équipements de protection individuelle adaptée au poste de travail dès que l'exposition dépasse le niveau de **80 dB(A)** ou une crête de **135 dB(C)**.



Diminuez le volume sonore de vos écouteurs.



En cas de sensation de gêne, **consultez** votre médecin traitant.



PRÉPARER VOTRE TÉLÉCONSULTATION

POUR TOUTE DEMANDE, CONNECTEZ-VOUS
SUR **VOTRE PASSEPORT SANTÉ** :

- 1** Vous avez besoin d'un ordinateur, d'un smartphone ou d'une tablette équipés **d'une webcam et de votre Passeport Santé**.
- 2** Assurez-vous d'avoir **une connexion internet** avec débit suffisant.
- 3** Choisissez un lieu **calme, lumineux et adapté** où vous ne serez pas dérangé.
- 4** Connectez-vous **quelques minutes avant votre rendez-vous**, placez-vous face à la caméra, parlez assez fort.



*Sont exclues des conditions de téléconsultation
toutes situations dangereuses ou hors de propos :
être au volant, en train de manger, de faire ses
courses, dans la rue ou tout endroit de passage.*

BON À SAVOIR

À tout moment, **vous pouvez solliciter une visite à votre demande** si vous rencontrez des problèmes de santé en rapport avec votre travail.

CONTACTEZ-NOUS



04 84 48 58 75



contact@france-medecine-et-sante-travail.com



france-medecine-et-sante-travail.com

