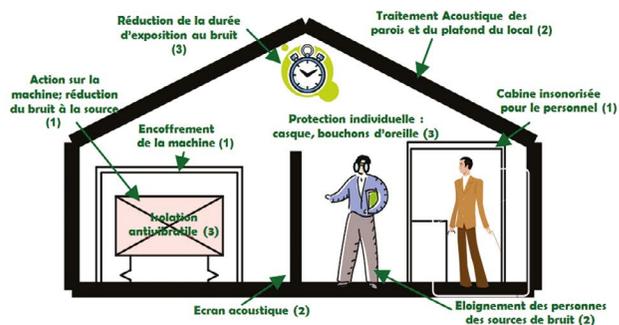


# PRÉVENTION DU BRUIT

Comme tout risque professionnel, le bruit fait l'objet d'une obligation d'évaluation et de prévention prévue par le Code du travail.

## PROTECTION COLLECTIVE

→ Essayez de supprimer ou réduire la source sonore : capotage, éloignement, isolation, etc.



D'après l'INRS - (1) Très efficace, (2) Efficacité moyenne à faible, (3) Solution de dernier recours

## PROTECTION INDIVIDUELLE

→ Porter des équipements de protection individuelle (EPI) : casque, bouchons, etc.

### EPI \* : BONNES PRATIQUES

- Bien lire la notice d'utilisation.
- Se laver les mains avant de mettre les EPI.
- Les insérer avant d'entrer sur le lieu de travail.
- Les ajuster correctement.
- Les porter tant que vous êtes exposé au bruit, même lors d'une conversation.
- Ne les retirer qu'après être sorti de la zone bruyante.
- Nettoyer très régulièrement les bouchons anti-bruit qui ne sont pas à usage unique (eau et savon ou produits fournis avec les équipements moulés).

\* Équipements de Protection Individuelle



**Un bouchon mal ajusté ne protège pas.**

© SIST Ouest Normandie - Février 2022

# BIEN INSÉRER VOS BOUCHONS À FORMER

Les bouchons à former sont à usage unique.

**1** Avec des mains propres, roulez le bouchon entre l'index et le pouce de manière à former un petit cylindre sans plis.

**2** Tirez l'oreille vers le haut et vers l'arrière avec le bras opposé. Avec l'autre main continuez à rouler le bouchon et insérez-le progressivement dans le conduit auditif.

**3** Maintenez le bouchon pendant 30 secondes, jusqu'à ce qu'il ait pris forme dans le conduit auditif.

Pour vérifier la bonne mise en place des bouchons, placez les mains sur les oreilles, puis relâchez. Si vous n'entendez aucune différence c'est que vos bouchons sont bien insérés.

## Une équipe pluridisciplinaire à votre service

- > Mesurer
- > Tester (audiométrie)
- > Proposer / conseiller
- > Aider (pour la déclaration MP)
- > Informer / sensibiliser

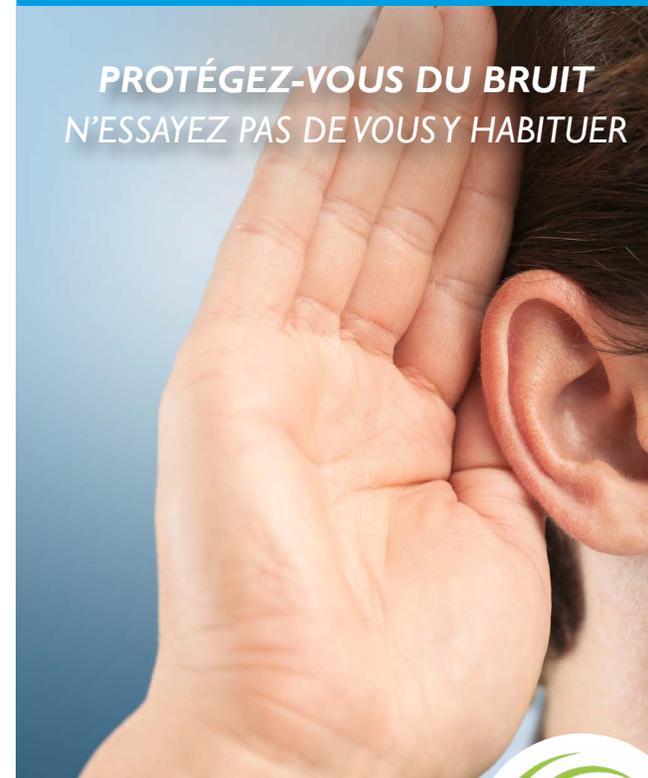
Si vous êtes exposé au bruit et souhaitez obtenir des informations complémentaires, **contactez votre médecin du travail** un conseiller en prévention peut intervenir dans votre entreprise pour des recommandations personnalisées.

Service Interprofessionnel de Santé au Travail Ouest Normandie

CS 43509 - 107, Rue Auguste Grandin - 50009 SAINT-LÔ Cedex  
Tél. : 02.33.57.12.93 - [www.santetravail-on.fr](http://www.santetravail-on.fr)

# PRÉVENTION DU BRUIT

PROTÉGEZ-VOUS DU BRUIT  
N'ESSAYEZ PAS DE VOUS Y HABITUER



Service Interprofessionnel de Santé au Travail Ouest Normandie  
[www.santetravail-on.fr](http://www.santetravail-on.fr)



- Le bruit
- L'oreille
- Les conséquences
- La prévention



Ce thème est disponible en module de formation E-learning sur notre site internet [www.santetravail-on.fr](http://www.santetravail-on.fr)

Février 2022

# SON ET BRUIT

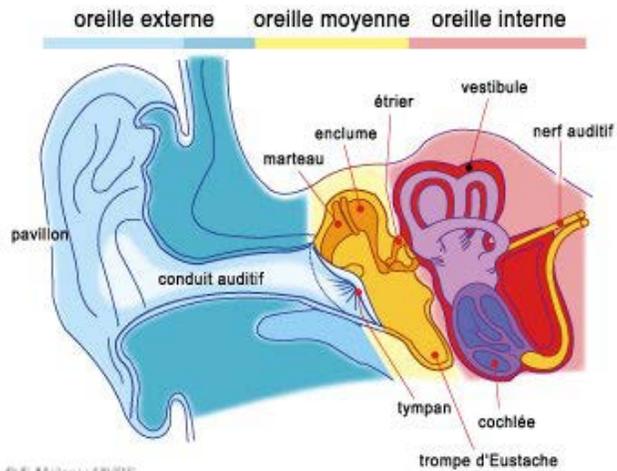
## LE SON

C'est ce que nous entendons.

## LE BRUIT

C'est toute sensation désagréable, gênante, voire dangereuse.

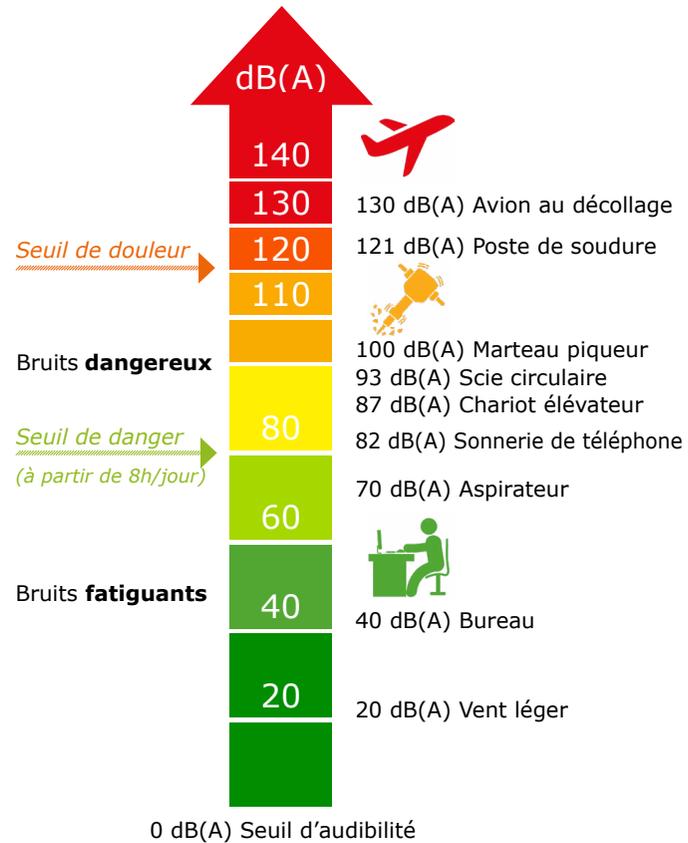
## L'OREILLE



© F. Malgou / BNS

- 1 Le son arrive dans le conduit auditif.
- 2 Le son fait vibrer le tympan.
- 3 Le marteau, l'enclume et l'étrier transmettent les vibrations.
- 4 L'oreille interne transforme les vibrations en signal électrique.
- 5 Le nerf auditif véhicule l'influx vers le cerveau qui interprète le son.

# ÉCHELLE DU BRUIT en décibels dB(A)



Si vous travaillez près de deux machines émettant un niveau de bruit identique, le bruit n'est pas multiplié par deux, mais il est augmenté de 3 dB (décibels).

### La nocivité du bruit est liée à :

- l'intensité sonore
- la durée d'exposition



La surdité peut être reconnue en tant que Maladie Professionnelle (MP n° 42) qui correspond à une **atteinte auditive provoquée par les bruits lésionnels**.

# LES CONSÉQUENCES



## AU TRAVAIL

- Non perception des signaux de dangers.
- Augmentation des erreurs.
- Augmentation des accidents et des incidents.
- Troubles d'attention, isolement et difficultés de communication, etc.



## PHYSIQUES

- Troubles du sommeil, fatigue, etc.
- Maux de tête et anxiété.
- Digestion difficile et tension musculaire.
- Modification du rythme cardiaque, etc.
- Surdité.



## SOCIALES

- Agressivité, déprime.
- Isolement, perte d'intérêt.
- Difficultés relationnelles, etc.

**LA SURDITÉ :** le bruit fatigue et endommage les cellules ciliées qui émettent moins voire plus du tout d'impulsions aux terminaisons nerveuses.

- **La surdité légère :** les fréquences de la parole sont peu touchées, la perte auditive n'est pas perçue par le sujet.
- **La surdité moyenne :** les fréquences aiguës de la conversation sont touchées, le sujet devient « dur d'oreille » et ne comprend plus distinctement.
- **La surdité profonde :** la destruction des cellules auditives est irréversible.

*Le bruit agit sur tout l'organisme !*