

## LA RÉGLEMENTATION

Le décret n°2006-892 du 19 juillet 2006, retranscrit dans le Code du travail, fixe les valeurs limites d'exposition professionnelle et les actions à mettre en œuvre. Ces valeurs d'exposition au bruit prennent en compte deux paramètres mesurables :

- > **Lex,8h** : moyenne du niveau de bruit sur une journée de travail de 8 heures, exprimée en décibels A, ou dB(A).
- > **Lpc** : niveau de bruit instantané le plus élevé (de type impulsionnel), exprimé en décibels C, ou dB(C).

### LES VALEURS LIMITES D'EXPOSITION :

**LEX,8h = 87 dB(A) Lpc = 140 dB(C)**

Dépassement des valeurs limites d'exposition

(Considérer l'atténuation des EPI)

- > Prise immédiate de mesure par l'employeur pour réduire l'exposition en-dessous des valeurs limites d'exposition.

**LEX,8h = 85 dB(A) Lpc = 137 dB(C)**

Dépassement des valeurs d'exposition supérieures

(Ne pas considérer l'atténuation des EPI)

- > Programme de mesure visant à réduire l'exposition au bruit (mesures techniques et d'organisation de travail).
- > Signalisation et délimitation des zones à risques.
- > Port obligatoire des protecteurs auditifs sous la responsabilité de l'employeur.

**LEX,8h = 80 dB(A) Lpc = 135 dB(C)**

Dépassement des valeurs d'exposition inférieures

(Ne pas considérer l'atténuation des EPI)

- > Mise à disposition des salariés de protecteurs auditifs individuels si aucun autre moyen de réduire l'exposition.
- > Campagne d'information et de sensibilisation.
- > Examen audiométrique sur demande.

ON CONSIDÈRE QU'UN RISQUE EXISTE  
DÈS QUE L'OREILLE S'EXPOSE À  
80 DB(A) SUR 8 HEURES.

## Quelques liens utiles

[www.inrs.fr](http://www.inrs.fr)

[www.travailler-mieux.gouv.fr](http://www.travailler-mieux.gouv.fr)



Plus d'information  
sur notre site internet

[sstrn.fr](http://sstrn.fr) [sstrn44](https://www.linkedin.com/company/sstrn44) [sstrn\\_44](https://www.instagram.com/sstrn_44) [@sstrn44](https://www.youtube.com/@sstrn44) [#Masantéautaf](https://www.tiktok.com/@sstrn44)

SSTRN  
Service de prévention et de santé  
au travail de la région nantaise  
2, rue Linné - BP 38549 - 44185 NANTES Cedex 4



RÉSEAU  
**présanse**  
PRÉVENTION ET SANTÉ AU TRAVAIL

LE SERVICE DE SANTÉ AU TRAVAIL  
DE LA RÉGION NANTAISE



LES CONSEILS du *Sstrn*<sup>+</sup>  
PRÉVENTION

# LE BRUIT AU TRAVAIL

ATTENTION À VOS OREILLES !

## LE BRUIT DE QUOI PARLE-T-ON ?

Le bruit est un son qui devient gênant voire dangereux au-delà d'une certaine limite. Les risques pour la santé augmentent principalement avec **l'intensité du bruit** et **la durée d'exposition**.

## LES RISQUES SUR LA SANTÉ

### EFFETS SUR L'AUDITION

- > fatigue auditive
- > acouphènes
- > surdité progressive, profonde, irréversible

Le risque majeur est la perte d'audition. Elle apparaît suite à des expositions trop intenses ou trop longues... et elle est irréversible.

La surdité ne veut pas dire ne plus rien entendre, mais ne plus comprendre ce que l'on entend.

### EFFETS SUR L'ORGANISME

- > fatigue, troubles du sommeil
- > troubles digestifs
- > nervosité, agressivité, irritabilité, anxiété
- > augmentation de la fréquence respiratoire, du rythme cardiaque, de la tension artérielle
- > contractures musculaires

### EFFETS SUR LE TRAVAIL

- > difficultés de concentration, risque d'erreur dans la tâche à accomplir
- > perturbations de la communication, pertes d'information
- > effets de masque, fatigue auditive
- > risque d'accident du travail

LES PREMIERS SYMPTÔMES DE LA SURDITÉ  
PROFESSIONNELLE N'APPARAÎSSENT  
QU'APRÈS PLUSIEURS ANNÉES D'EXPOSITION.  
PROTÉGEZ-VOUS !

## VRAI OU FAUX ?

FAUX

*Tant qu'on n'a pas mal aux oreilles, il n'y a pas de danger !*

La surdité s'installe dans la durée et elle n'est pas douloureuse : généralement, vous ne vous apercevez pas que vous devenez sourd !

FAUX

*À force de travailler dans le bruit, mon oreille s'est habituée.*

Ce n'est pas l'oreille qui s'habitue, c'est le cerveau qui apprécie le bruit à un niveau sonore élevé. Le seuil de danger se situe à 80 dB(A) et le seuil de douleur est à 120 dB(A). Ces seuils ne varient pas, même si vous êtes « habitué » à travailler dans le bruit.

VRAI

*J'ai un casque pour atténuer le bruit, si je l'enlève régulièrement, c'est dangereux ?*

Il suffit de retirer votre protection auditive quelques minutes pour recevoir une dose de bruit dangereuse pour vos oreilles.

## COMMENT ÉVALUER LE NIVEAU SONORE QUI VOUS ENTOURE ?

- Si, lorsque vous vous trouvez à un mètre d'une autre personne, vous pouvez avoir une conversation normale, le niveau sonore est inférieur à 70 dB(A).
- Si vous devez élever la voix, le niveau est supérieur à 80 dB(A).
- S'il faut crier pour vous faire comprendre, il est supérieur à 90 dB(A).
- Si toute compréhension est impossible, le niveau est supérieur à 105 dB(A).

*DEVENIR SOURD N'EST PAS DOULOUREUX, DONC N'ATTENDEZ PAS D'AVOIR MAL POUR VOUS PROTÉGER !*

## OÙ EN ÊTES-VOUS ? FAITES LE TEST

1. Vos oreilles bourdonnent pendant ou à la fin de votre journée de travail ?
2. Vous mettez l'autoradio plus fort le soir que le matin ?
3. De retour chez vous après une journée de travail, vous devez augmenter le volume de votre téléviseur ?
4. Vous avez des difficultés à entendre les conversations dans les lieux bruyants comme la cantine ou le restaurant ?
5. Vous faites répéter ?

**Si vous avez répondu oui à au moins une de ces questions, alors le bruit sur votre lieu de travail représente peut-être un risque pour votre santé.**

## LA PRÉVENTION QUE DOIS-JE FAIRE ?

- Vous devez être acteur de la protection de votre audition. Il est important de signaler des situations bruyantes ou gênantes et de proposer des solutions d'amélioration.
- Lorsque des protecteurs individuels contre le bruit sont mis à votre disposition, portez-les pour vous protéger.
- N'hésitez pas à demander des conseils sur l'entretien et la bonne mise en place de vos protecteurs.

*POUR ÊTRE EFFICACE, UN PROTECTEUR INDIVIDUEL CONTRE LE BRUIT DOIT ÊTRE PORTÉ PENDANT 100% DU TEMPS D'EXPOSITION AU BRUIT !*



## QUELQUES REPÈRES AVEC L'ÉCHELLE DES DÉCIBELS

