

## COMMENT SE PROTÉGER

### ◆ PROTECTIONS COLLECTIVES

- **Agir sur la source** : acheter du matériel plus silencieux, encoffrement acoustique, réglage et entretien des machines, choix de soufflettes adaptées, réduction des vibrations...
- **Agir sur la propagation des ondes sonores** : traitement anti-réverbération du local, organisation du travail (limitation de la durée d'exposi-

### ◆ PROTECTIONS INDIVIDUELLES

- **Casque antibruit ou bouchons d'oreilles**, de préférence individualisés, moulés.

*À noter que, pour le port de bouchons moulés, une période d'adaptation de 3 semaines peut être nécessaire.*

L'essentiel est de choisir la protection la plus adaptée aux bruits reçus (intensité, fréquence, ...) et à sa propre audition.

- **À porter pendant toute la durée** de votre travail

*Sur une journée de 8h de travail, 1 min de non-port des protections engendre une perte d'efficacité de 25%.*

*En revanche, 60 min de non-port des protections auditives engendrent une perte d'efficacité de 70%.*

## POUR FAIRE LE POINT

En cas de questions, n'hésitez pas à solliciter directement un rendez-vous auprès de votre médecin du travail.



Siège social  
5A rue Victor Sellier 25000 BESANCON  
Tel : 03 81 47 93 93 Fax : 03 81 50 74 97  
[www.ast25-sante-travail.fr](http://www.ast25-sante-travail.fr)

Centre principal Sellier  
Centre annexe Besançon, 20 rue Gambetta  
Centre annexe Valentin, Le Master  
Centre annexe Baume Les Dames, 6 rue Ernest Nicolas  
Centre annexe Haut Doubs, Morteau, 6 rue Colette

Tel : 03 81 47 93 93  
Tel : 03 81 25 07 87  
Tel : 03 81 88 36 22  
Tel : 03 81 84 45 98  
Tel : 03 81 67 50 44

IMC BESANCON Ne pas jeter sur la voie publique



## Santé Travail MÉMO BRUIT



## Surdité *mais aussi...*

Fatigue

Irritabilité

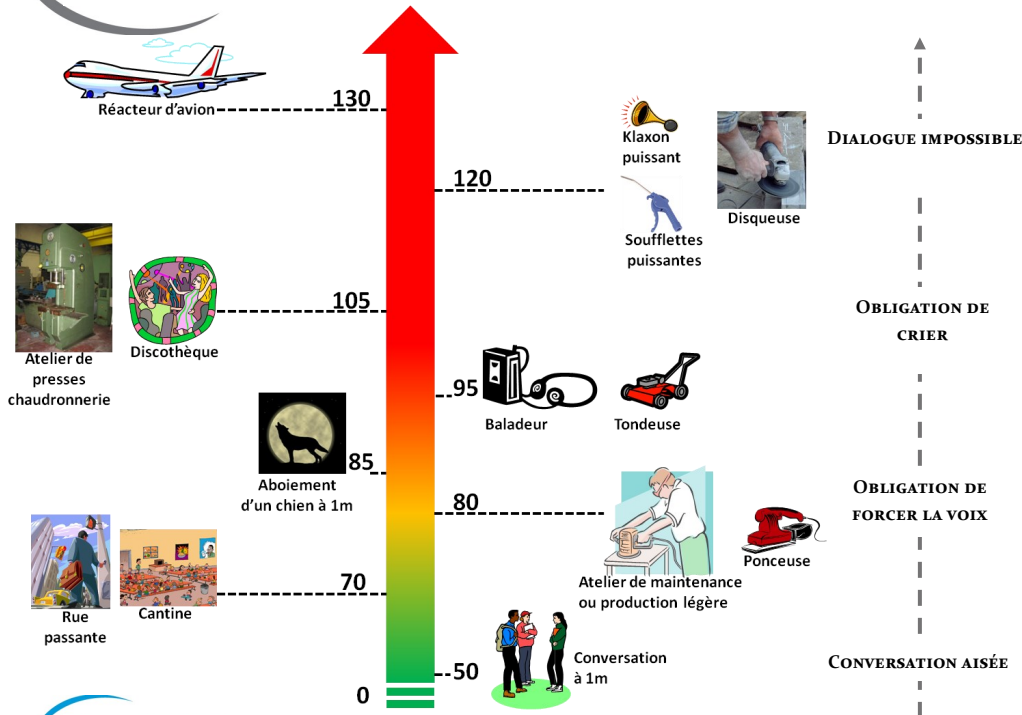
Baisse de concentration

Effets sur le système  
cardio-respiratoire

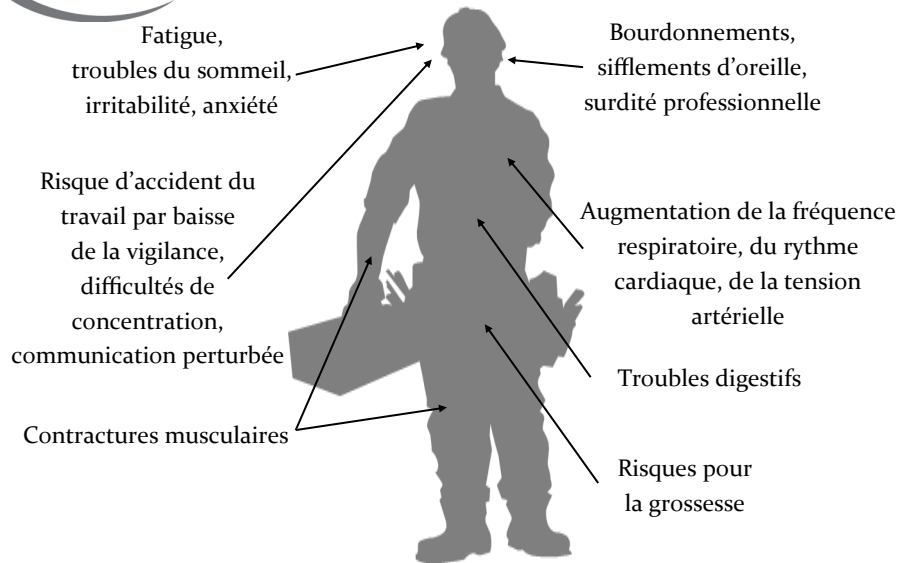
Troubles digestifs

Parce que tous ces symptômes peuvent vous  
affecter dans votre activité professionnelle,  
voici quelques conseils pratiques de prévention.

## QUEL NIVEAU DE BRUIT?



## LE BRUIT ET VOTRE SANTÉ



## LE BRUIT EST RÉGLEMENTÉ

DÉCRET 2006-892 DU 19/07/06 (ART. R 4431-2 DU CODE DU TRAVAIL)

**Valeur Limite d'Exposition** (ou VLE) tenant compte de l'atténuation des protections : Lex (8h) exposition quotidienne = 87 dB(A)

- À partir d'un niveau sonore quotidien (Lex,8h) de **80 dB(A)** et d'un niveau de crête de 135 dB(C) = **seuil d'alerte**, déclenchement de l'action de prévention

- À partir d'un niveau sonore quotidien (Lex,8h) de **85 dB(A)** et d'un niveau de crête de 137dB(C) = **seuil de danger, obligation de protections collectives et individuelles**

**Le saviez-vous ?**

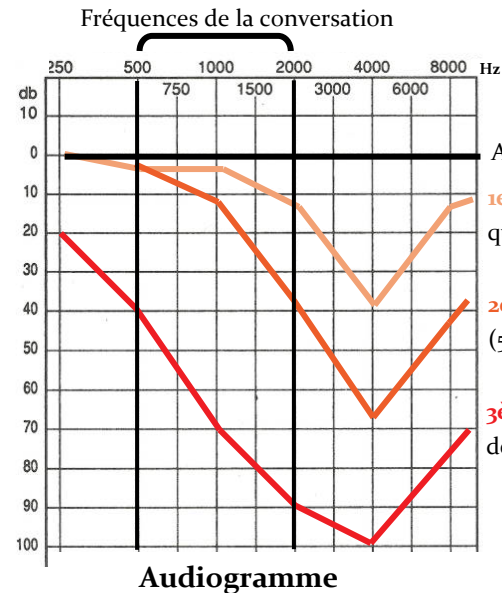
3 mn45s d'exposition à 101 dB(A) (soufflette) ou 1 seconde à 125 dB(A) (coup de soufflette dans 1 trou borgne) équivalent à 8h de travail exposé à 80 dB(A)

La loi 2010-1330 du 09 septembre 2010 portant réforme des retraites considère le bruit comme facteurs de pénibilité au travail.

## LA SURVEILLANCE : L'AUDIOGRAMME

**Les pertes auditives sont définitives et irréversibles à tous les stades.**

**Elles sont difficilement appareillables.**



**1er stade** : la perte auditive touche les fréquences aiguës, autour des 4000 Hz

**2ème stade** : les fréquences de la conversation (500 à 2000 Hz) sont atteintes

**3ème stade** : la surdité est profonde : de nombreuses cellules auditives sont détruites  
*Possibilité de reconnaissance en maladie professionnelle.*