

# LE BRUIT : NUISANCE ET DANGER AU TRAVAIL

Le bruit fait partie de votre quotidien au travail ? Même s'il peut sembler banal, il peut avoir des effets néfastes sur votre santé : fatigue, troubles du sommeil, perte auditive, etc.

Cette fiche a pour objectif de vous aider à mieux comprendre ce qu'est le bruit, les risques qu'il représente pour votre santé, les obligations de votre employeur en la matière, ainsi que les bons réflexes à adopter pour vous protéger et préserver votre bien-être.



## Qu'est-ce que le bruit ?

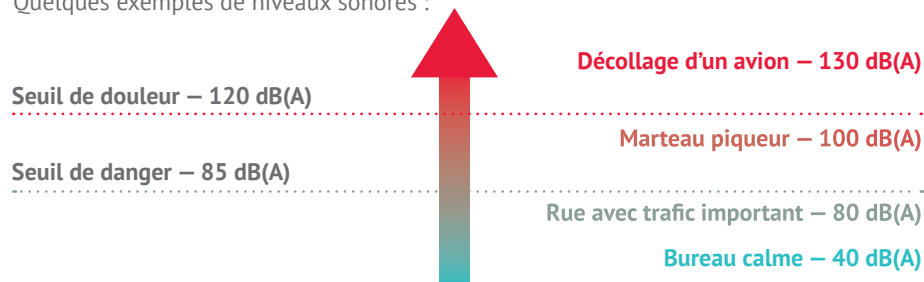
Le **son** est une oscillation de l'air qui, en frappant le tympan, est interprétée par l'oreille et le cerveau. Quand ces sons deviennent gênants, désagréables ou dangereux pour la santé, on parle de **bruit**. Et ce bruit, omniprésent dans certains environnements professionnels, peut nuire à votre audition... et pas seulement.

Un bruit se caractérise par :

- Sa **fréquence** (en Hertz - Hz) : une tonalité grave, aigue,...
- Son **niveau sonore**, (en Décibel - dB) : un volume faible, fort,...

Notre oreille est particulièrement **sensible aux sons  $\geq 55$  dB(A)**, médiums ou aigus. Ils impactent plus rapidement notre système auditif.

Quelques exemples de niveaux sonores :



**! Les niveaux sonores ne s'additionnent pas.**

Par exemple, 1 marteau piqueur (100dB(A)) + 1 marteau piqueur (100dB(A)) = 103 dB(A), et non 200dB(A).



## Quand le bruit devient-il dangereux ?

L'exposition au bruit devient dangereuse selon certains facteurs :

- Un **niveau sonore élevé** (trop fort)
- Une **durée d'exposition prolongée** (trop longtemps), même à des niveaux modérés
- Des sons de **haute fréquence** (aigus)
- Des bruits **impulsifs** (soudains comme un marteau piqueur, une alarme)

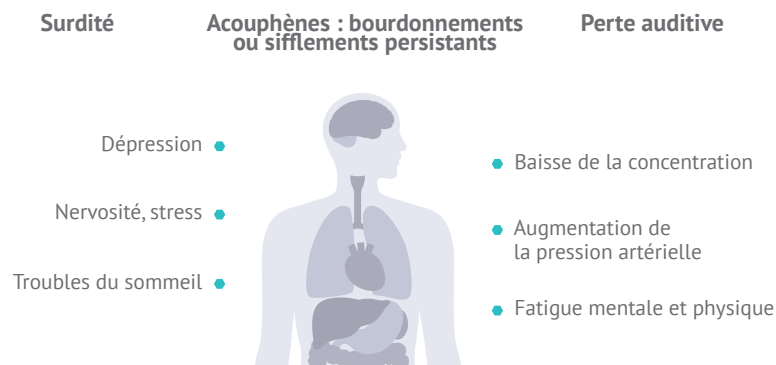
Certaines personnes sont, également, plus sensibles au bruit :

- Celles souffrants d'hypoacousie ou ayant une prédisposition génétique
- Les personnes âgées chez qui le risque de perte auditive augmente avec l'âge
- Les individus atteints de certaines pathologies (hypertension, diabète)





## Quels sont les risques pour la santé ?



Le bruit est aussi un facteur de risque d'accident : il perturbe la communication, masque les signaux d'alerte et réduit la vigilance.



## Et vous, que pouvez-vous faire ?

Pour préserver votre santé et votre sécurité, il est essentiel de vous équiper correctement et d'adopter les bons réflexes.

Plusieurs types de **protections auditives** existent :

- bouchons jetables ou bouchons réutilisables
- bouchons sur mesure (otoplastiques)
- casque antibruit

Leur choix dépend du niveau de bruit, de la durée d'exposition, du type de travail, du port éventuel d'autres EPI, du confort,...

Pour garantir une protection efficace :

- **Portez correctement et systématiquement** vos protections auditives, même pour de courtes durées
- Vérifiez régulièrement leur ** tat** (usure, propreté)
- Ne les partagez pas avec d'autres travailleurs
- En cas de g ne, douleur ou de perte auditive ou si vous êtes exposé à un bruit excessif : **signalez-le immédiatement**   votre employeur ou au médecin du travail.



## Quelles sont les obligations de votre employeur ?

En Belgique, la protection contre le bruit fait partie des **obligations légales en matière de bien-être au travail**. Votre employeur doit, donc, prendre toutes les mesures nécessaires afin de préserver votre santé et sécurité en :

-  valuant les risques liés à l'exposition au bruit sur votre lieu de travail,
- Identifiant les postes et situations à risque,
- Veillant au respect des valeurs limites d'expositions (cf. infos ci-dessous)
- Mettant en œuvre des mesures de prévention et de protection en donnant la priorité aux mesures collectives (suppression ou réduction du bruit à la source, réorganisation du travail,...) puis, en dernier recours, aux mesures individuelles.

Dans le cadre de la protection de la maternité, une femme enceinte ne peut pas être exposée sur son lieu de travail, à des niveaux sonores  $\geq 80$  dB(A) (pour 8 heures par jour). Cette interdiction s'applique pendant toute la durée de la grossesse.

**$\geq 80$  dB(A)**



- Information et formation
- Mise à disposition des protections auditives adéquates
- Organisation d'un examen médical avec audiométrie tous les 5 ans

**$\geq 85$  dB(A)**



- Utilisation obligatoire des protections auditives
- Mise en œuvre d'un programme de mesures de réduction au bruit
- Signalement et délimitation des zones dangereuses
- Organisation d'un examen médical avec audiométrie tous les 3 ans

**$\geq 87$  dB(A)**



- Valeur limite : ne peut être dépassée

**En cas de dépassement :**

- Mise en œuvre de mesures immédiates pour réduire l'exposition à un niveau inférieur aux valeurs limites
- Identification de la cause de dépassement
- Adaptation des mesures de prévention et de protection en vue d'éviter toute récurrence
- Organisation d'un examen médical annuel