

**MOINS
FORT**

LE BRUIT



LE BRUIT AU TRAVAIL

Le bruit peut avoir de multiples origines : machines, outils, véhicules... Il peut être gênant à niveau modéré et devient dangereux au-delà d'une certaine limite.

Les risques pour la santé augmentent principalement avec :

- **l'intensité du bruit**, mesurée en décibels (A) [dB(A)] ;
- **la durée d'exposition** du salarié.

1 salarié sur 3 se dit exposé en France à des niveaux sonores dangereux pour la santé*.

VOTRE ENVIRONNEMENT DE TRAVAIL EST-IL TROP BRUYANT ?

- Vous devez élever la voix pour parler avec un collègue situé à 1 m.
- Vos oreilles bourdonnent pendant ou à la fin de votre journée de travail.
- De retour chez vous, après une journée de travail, vous devez augmenter le volume de votre radio ou de votre téléviseur.
- Après plusieurs années de travail, vous avez des difficultés à entendre les conversations dans les lieux bruyants (cantine, restaurant...).

Alors le bruit sur votre lieu de travail représente peut-être un risque pour votre santé !

IL FAUT LE SAVOIR !

Pour une journée de travail de 8 h, votre audition est en danger à partir de 80 dB(A).

Au-delà de 120 dB(A), toute exposition, même de quelques secondes, est dangereuse.

Plus le niveau sonore est élevé et plus la durée d'exposition doit être courte.

« TANT QUE L'ON NE RESSENT PAS DE TROUBLES DE L'AUDITION, CE N'EST PAS LA PEINE DE S'INQUIÉTER DU BRUIT. »

✓ **FAUX** : La surdité professionnelle évolue sans que l'on s'en aperçoive. Lorsque les troubles deviennent perceptibles, l'audition est déjà très altérée de manière irréversible.

Si vous travaillez dans un environnement bruyant, n'attendez pas qu'il soit trop tard.

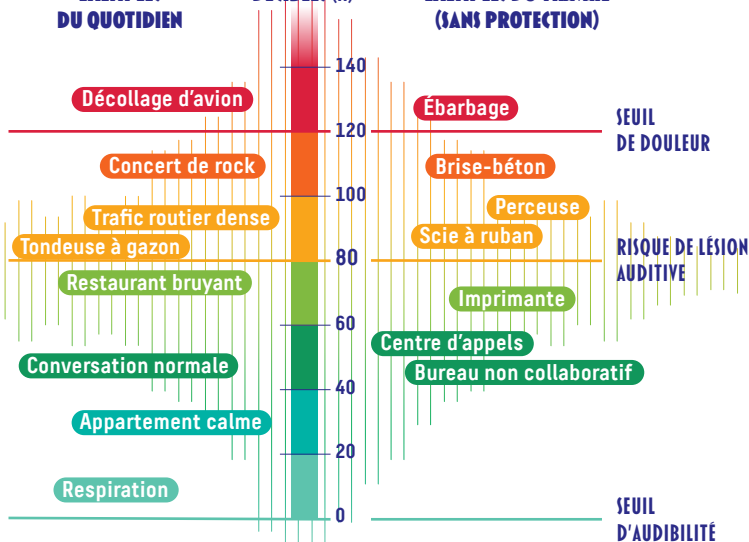


* Source : enquête Sumer 2017

EXEMPLES DU QUOTIDIEN

DÉCIBELS (A)*

EXEMPLES DU TRAVAIL (SANS PROTECTION)



* Le niveau de bruit s'exprime en décibels (dB). Pour prendre en compte la perception de l'oreille humaine, on utilise la pondération (A) pour obtenir des dB(A).

LE BRUIT ET SES DANGERS



> 80 DB[A]

Bourdonnements, sifflements d'oreille, baisse temporaire de l'audition...

Ces signes doivent vous **alerter** !

Ils peuvent être annonciateurs d'une souffrance de la cochlée, voire d'un **début de surdité**. Si l'exposition au bruit se poursuit, vous risquez une **perte irréversible de l'audition**.



< 80 DB[A]

Fatigue, stress, anxiété, troubles de l'attention, troubles du sommeil, troubles cardiovasculaires, hypertension...

Tous ces symptômes sont les **conséquences possibles d'une exposition prolongée au bruit, même à des niveaux modérés**.

Et attention à l'accident ! Car le bruit perturbe la communication, gêne la concentration, détourne l'attention... et augmente les risques d'accident du travail.

IL FAUT LE SAVOIR !

Nous ne sommes pas tous égaux **face au bruit**. En fonction de leur âge, de leur condition physique ou de leurs antécédents médicaux, certaines personnes peuvent être particulièrement vulnérables. De plus, être exposé à la fois au bruit et à certains solvants et médicaments augmente le risque de surdité.

« ON SAIT AUJOURD'HUI SOIGNER LES SURDITÉS PROFESSIONNELLES. »

✓ **FAUX** : La surdité professionnelle est insidieuse, irréversible. Seule la réduction de l'exposition au bruit permet d'éviter les risques.



SACHEZ RÉAGIR FACE AU BRUIT

SI LE BRUIT VOUS GÊNE DANS VOTRE TRAVAIL :

Signalez le problème à l'employeur ou aux représentants du personnel, qui prendront les mesures nécessaires.

Parlez-en également au médecin du travail. En cas de risque pour votre audition, il vous soumettra à un examen audiométrique afin de dresser le bilan des dommages éventuels.

Protégez-vous ! Portez un casque antibruit ou des bouchons d'oreilles. Mais, sachez-le, pour que votre protection individuelle soit efficace, il faut :

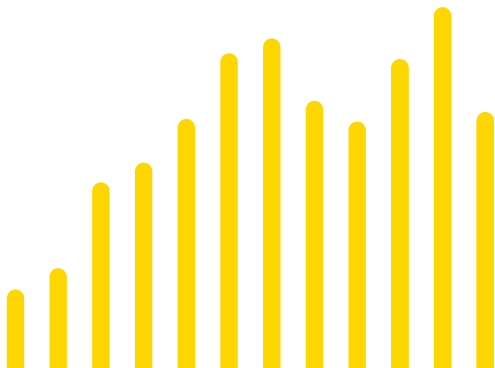
- qu'elle atténue suffisamment le bruit ;
- la mettre en place avant d'entrer dans un lieu bruyant ;
- l'ajuster correctement, bien l'appuyer ou l'enfoncer pour éviter les fuites ;
- la porter tant que vous êtes exposé au bruit ;
- ne la retirer qu'après être sorti de la zone bruyante.

ATTENTION !

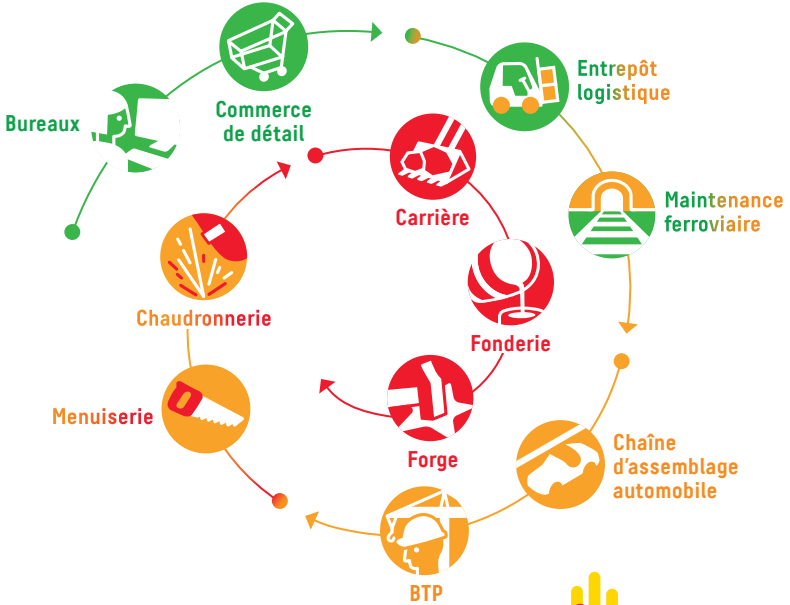
→ **N'enlevez jamais votre protection auditive dans la zone de bruit !**

Si vous la retirez, même un court instant, vous diminuez considérablement son efficacité.

Pour éviter tout risque d'infection, **lavez-vous soigneusement les mains** avant de mettre ou de retirer vos bouchons d'oreilles.



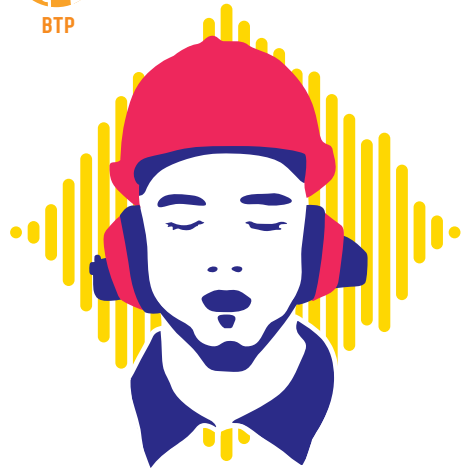
LES DIFFÉRENTS SECTEURS D'ACTIVITÉ ET LE RISQUE BRUIT



C'EST LA LOI !

La réduction des risques liés au bruit passe tout d'abord par des **actions de prévention collective**. Il est de la responsabilité de l'employeur de mettre en place des mesures adaptées :

- traitement acoustique des locaux ;
- achat de machines moins bruyantes ;
- actions de réduction du bruit (encoffrement des machines, pose d'écrans acoustiques...) ;
- signalisation des zones bruyantes ;
- information des salariés concernés.



Votre employeur est par ailleurs tenu de mettre à votre disposition des équipements de protection individuelle (casque antibruit, bouchons d'oreilles) et d'organiser le suivi individuel de votre état de santé (par un service de santé au travail).

POUR EN SAVOIR PLUS

<https://www.inrs.fr/risques/bruit>

Pour obtenir plus de renseignements
sur la prévention des risques liés au bruit,
contactez les services de prévention
de votre caisse régionale (Carsat/Cramif/CGSS)
ou votre service de santé au travail.



Institut national de recherche et de sécurité
pour la prévention des accidents du travail et des maladies professionnelles
65, boulevard Richard-Lenoir 75011 Paris • Tél. 01 40 44 30 00 • info@inrs.fr

Édition INRS ED 6020

2^e édition (2021) révisée en juillet 2025 • 20 000 ex. • ISBN 978-2-7389-2630-2
Conception graphique : Blue Graphic / Madehok. Illustrations : Françoise Maurel. Impression : Monsoise

L'INRS est financé par la Sécurité sociale
Assurance maladie - Risques professionnels

www.inrs.fr   