



LE BRUIT

QU'EST-CE QUE LE BRUIT ?

Les **sons** = des vibrations de l'air se propageant sous la forme d'ondes acoustiques.

Le **bruit** = ensemble de sons perçus comme gênant.

Cette notion est subjective : un même son peut être entendu comme utile, agréable ou gênant selon la personne et le moment. Cependant au-delà d'une certaine limite (niveau sonore très élevé) tous les sons sont gênants et même **dangereux**.

Le niveau de bruit est mesuré en **décibels (dB)**.

Durée de tolérance :

Ci-contre les durées maximales tolérées hors **PICB** (**P**rotecteur **I**ndividuel **C**ontre le **B**ruit) afin d'être en dessous du seuil d'exposition quotidien réglementaire de 80 dB (Ex : 8h à 80 dB équivaut à 30s à 110 dB = bruit d'une tronçonneuse)

LES EFFETS SUR LA SANTE

L'exposition prolongée au bruit ou à une source sonore ponctuelle et violente engendre des risques pour votre audition et peut avoir des répercussions sur votre état de santé et dans votre vie professionnelle et personnelle.

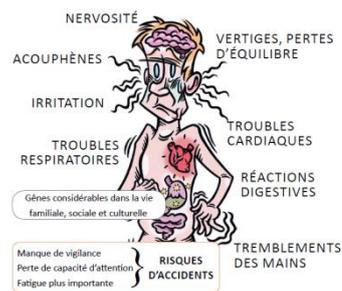
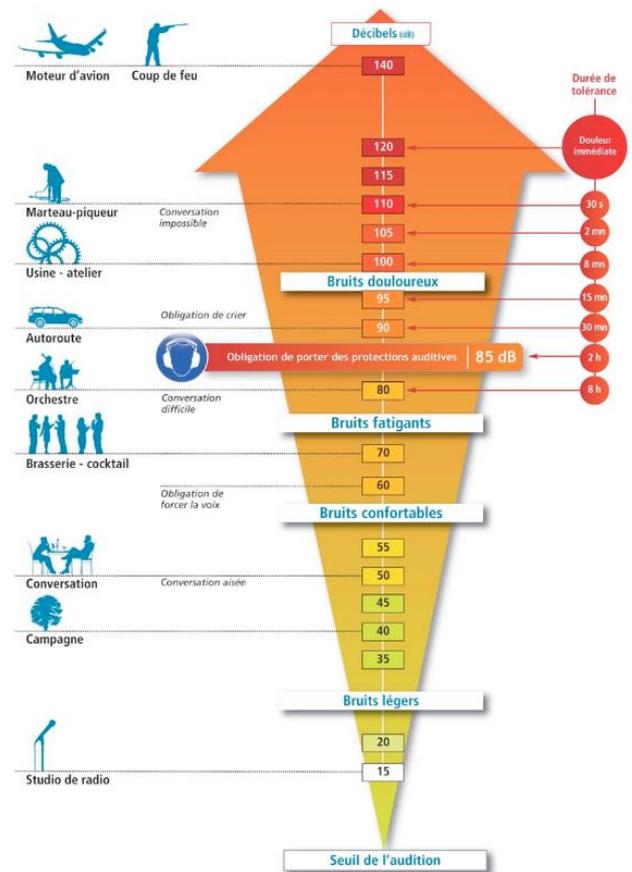
✓ Les risques pour votre audition :

- Fatigue auditive : sifflement / bourdonnement
- Perte auditive : baisse de l'audition / difficulté à entendre et à échanger
- Surdité : ne plus entendre les voix basses ou chuchotées

✓ Les risques pour votre santé :

- Perturbation du sommeil
- Nervosité / stress
- Vertiges / perte d'équilibre
- Troubles cardio-vasculaires
- Hypertension
- Troubles digestifs
- ...

L'échelle du bruit



LES REPERCUSSIONS AU TRAVAIL

Une exposition au bruit a également des répercussions sur votre travail et peut influencer sur la sécurité et le confort de travail.

- ✓ Problème de communication au sein de l'équipe
- ✓ Perturbation de la vigilance
- ✓ Trouble de la concentration pour effectuer certaines opérations
- ✓ Source de fatigue et de stress

**RISQUE
D'ACCIDENTS**



LA REGLEMENTATION

L'employeur doit prendre des mesures de prévention visant à supprimer ou à réduire au minimum les risques résultant de l'exposition au bruit, en tenant compte du progrès technique et de la disponibilité des mesures de maîtrise du risque à la source. (Articles R. 4431-1 et suivants du code du travail)

	Seuils	Exigences Réglementaires
	Quel que soit le niveau	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Evaluer le risque : mesurage du niveau de bruit ▶ Supprimer ou réduire le bruit à la source, si possible ▶ Consulter et faire participer les agents à la réduction du risque et pour le choix des PICB
	Valeur d'exposition inférieure déclenchant l'action (VAI°)	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Mettre à disposition des PICB et contrôler leur utilisation ▶ Informer et former les agents sur les risques, les niveaux d'exposition... ▶ Proposer une surveillance médicale adaptée
	Exposition moyenne (Lex,8h) 80 dB(A)	
	Niveau de crête (Lp,c) 135 dB(C)	
	Valeur d'exposition supérieure déclenchant l'action (VAS)	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Mettre en œuvre un programme de mesures de réduction d'exposition au bruit ▶ Signaler les lieux bruyants et en limiter les accès ▶ Contrôler l'utilisation des PICB ▶ Proposer une surveillance médicale adaptée
	Exposition moyenne (Lex,8h) 85 dB(A)	
	Niveau de crête (Lp,c) 137 dB(C)	
	Valeur limite d'exposition (VLE*)	<p style="text-align: center;">Ne pas dépasser ce seuil !</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ Adopter immédiatement des mesures de réduction de bruit
	Exposition moyenne (Lex,8h) 87 dB(A)	
	Niveau de crête (Lp,c) 140 dB(C)	

* en tenant compte de l'atténuation liée au port éventuel de protecteurs individuels contre le bruit (PICB)

LES BONNES PRATIQUES DE PREVENTION

✓ Prévention collective :

- **L'aménagement de l'atelier / chantier :**
 - Isoler l'activité la plus bruyante
 - Indiquer par le biais de pictogrammes les zones bruyantes où le port de PICB est obligatoire
- **L'organisation du travail :**
 - Réaliser les tâches les plus bruyantes lorsqu'il y a le moins de monde
 - Aménager des pauses ou alterner les tâches afin de limiter l'exposition
- **Les machines et outillages :**
 - Avoir le marquage CE (Conformité Européenne)
 - Privilégier ceux qui sont le moins bruyantes possible (indications dans la notice ou sur l'étiquetage)
 - Entretien régulièrement
 - En atelier : capoter les machines, installer sous certaines machines des tapis pour limiter l'émission de bruit en cas de chute d'objet
- **Former et sensibiliser les salariés sur :**
 - Les zones ou postes à risque
 - L'impact du bruit sur la santé
 - Le bon port des Equipement de Protection Individuelle (EPI) et leur rappeler les règles d'hygiène



✓ Prévention individuelle :

- Choisir correctement son PICB lorsque la prévention collective n'est pas suffisante



✓ Prévention personnelle :

- Ne pas écouter la musique trop forte
- Se protéger lors de concert
- Privilégier l'utilisation de casques et oreillettes à un volume modéré

CHOISIR CORRECTEMENT SON PICB

✓ Les 2 familles de PICB

Les serre-têtes



Les bouchons



✓ Comment choisir sa protection auditive ?

- Le marquage CE
- La compatibilité avec les autres EPI

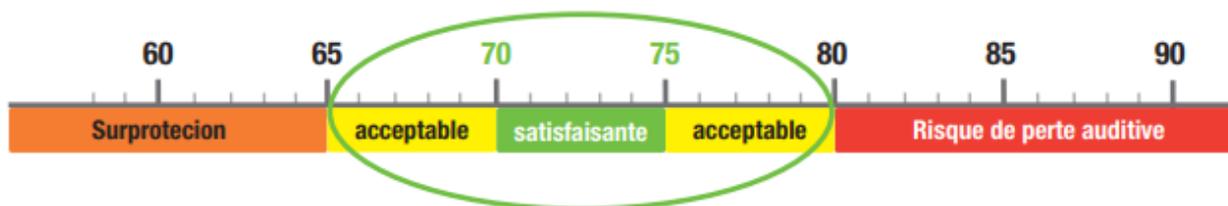
- Le confort et la facilité d'utilisation
- L'adaptabilité à l'environnement de travail
- L'adaptation **de l'affaiblissement acoustique**
- Pour les serre-têtes, vérifier l'étanchéité c'est-à-dire la bonne taille et le bon serrage

L'AFFAIBLISSEMENT ACOUSTIQUE

Un PICB qui atténue fortement le bruit n'est pas toujours le plus favorable car une surprotection peut engendrer des risques supplémentaires (ex : ne pas entendre un signal d'alarme / ne pas pouvoir communiquer avec ses collègues).

Ex : Dans un environnement à 90 dB(A), il est déconseillé de fournir un PICB dont l'atténuation est de 35 dB ($90-35 = 55$ dB = surprotection). Il est préférable de fournir un PICB avec un SNR* entre 15-20 dB ($90-15 = 75$ = satisfaisant)

* SNR : *Single Number Rating* = Indice global d'affaiblissement acoustique d'un PICB (indiqué sur la fiche produit)



✓ L'utilisation d'un PICB

- Se laver les mains avant de mettre des bouchons
- Les ranger après chaque utilisation. **Les bouchons jetables sont utilisables qu'une seule fois.**
- Vérifier régulièrement leur état d'usure et de propreté.

BON A SAVOIR

Décibel (dB) : unité de mesure du son

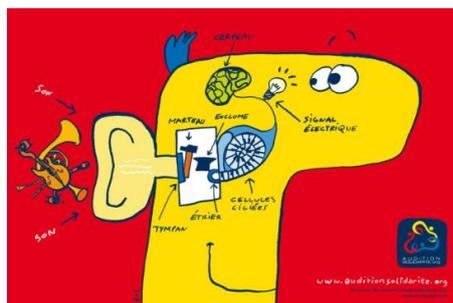
dB(A) : mesure que perçoit l'oreille

PICB : Protecteur Individuel Contre le Bruit

SNR : Single Number Rating, c'est-à-dire l'indice global d'affaiblissement acoustique d'un PICB (indiqué sur la fiche produit).

Les Protecteurs Individuels Contre le Bruit (PICB) sont efficaces seulement s'ils sont portés en continu. Ex : sur une journée de 8h à 80 dB, le non port de PICB pendant 2 minutes réduit l'efficacité à 25%. Elle tombe à 90 % si vous ne les portez que la moitié du temps de l'exposition au bruit.

L'INRS a créé une calculatrice en ligne qui permet d'estimer le niveau global d'exposition sur une journée de travail à partir de chaque phase d'exposition.



REGLEMENTATION

- Décret n° 2006-892 du 19 juillet 2006 relatif aux prescriptions de sécurité et de santé applicables en cas d'exposition des travailleurs aux risques dus au bruit et modifiant le code du travail.
- Articles R.4431-2 à R.4431-4 du Code du travail : seuils réglementaires.
- Articles R.4432-1 à R.4432-3 du Code du travail : principes de prévention.
- Articles R.4433-2 à R.4433-7 du Code du travail : évaluation des risques liés au bruit.
- Articles R.4434-1 à R.4434-6 du Code du travail : protections collectives.
- Articles R.4434-7 à R.4434-10 du Code du travail : protections individuelles.
- Articles R.4435-2 à R.4435-5 du Code du travail : surveillance médical.
- Article R.4436-1 du Code du travail : information et formation des travailleurs exposés au bruit.
- Articles R.4437-1 à R.4437-4 du Code du travail : dispositions dérogatoires.



**Pour toute information complémentaire, veuillez vous adresser à
notre conseiller en Hygiène et Sécurité.**

Ce document est également disponible sur www.cdg50.fr