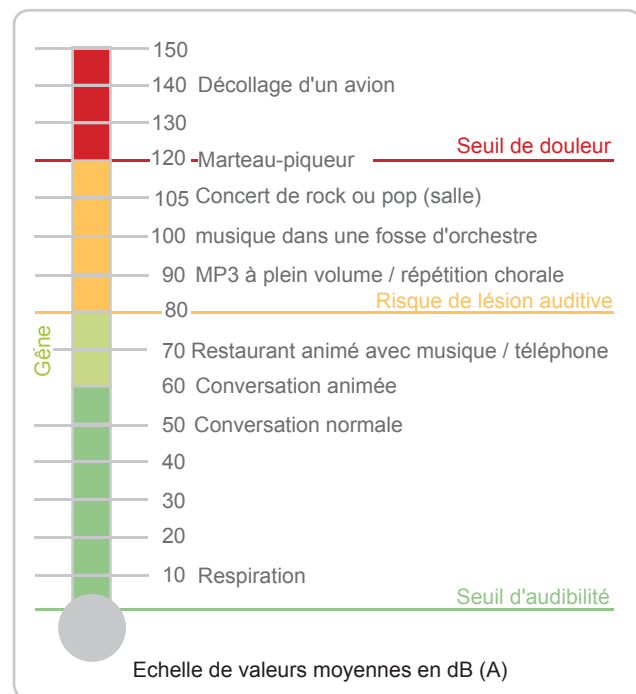


ÉVALUER L'EXPOSITION

L'intensité des sons est mesurée en décibels.

Deux types de décibels sont pris en compte :

- dB (A) : sons perçus par l'oreille humaine
- dB (C) : pression acoustique instantanée (bruit bref et ponctuel)



En matière de santé au travail, appliquer la réglementation pour les zones réservées au public (105 dB) ne suffit pas.

Pour les travailleurs, l'exposition est plus longue et plus fréquente, le Code du travail fixe un seuil maximal d'exposition de 80 dB (A) pour 8 heures de travail.

Durée maximale	8h	4h	2h	1h	30 min	15 min
dB (A)	80	83	86	89	92	95

ASPECTS RÉGLEMENTAIRES ET NORMATIFS

Actions prévues par le Code du travail (art. R4433-1 et 2 et art. R4433-7)

La réglementation spécifie des actions à mettre en oeuvre par l'employeur en fonction des seuils d'exposition des salariés.

Les seuils dB (A) s'entendent pour 8h de travail.

A partir de 80 dB (A)	A partir de 135 dB (C)
<ul style="list-style-type: none"> • Mise à disposition des protections auditives individuelles. • Information et formation individuelle et collective des salariés sur les risques, l'utilisation des protections et la surveillance médicale. • Examen audiométrique à la demande du salarié. 	
A partir de 85 dB (A)	A partir de 137 dB (C)
<ul style="list-style-type: none"> • Mise en oeuvre d'un programme de mesures de réduction d'exposition au bruit. • Signalisation des zones concernées avec limitation d'accès. • Utilisation effectives des protections auditives individuelles. • Surveillance médicale renforcée (SMR) et contrôle audiométrique régulier. 	
A partir de 87 dB (A)	A partir de 140 dB (C)
Valeur limite d'exposition, avec protection auditive individuelle, à ne jamais dépasser.	



PARLEZ-EN À VOTRE MÉDECIN DU TRAVAIL

Si vous êtes exposé au risque sonore, n'hésitez pas à le signaler.

Une équipe de préventeurs du CMB peut intervenir en entreprise pour des conseils de prévention personnalisés.



La prévention avant tout !

Gestion sonore

Préserver la santé au travail des professionnels du spectacle exposés au risque sonore



CMB

26 rue Notre-Dame des Victoires
75086 Paris cedex 02

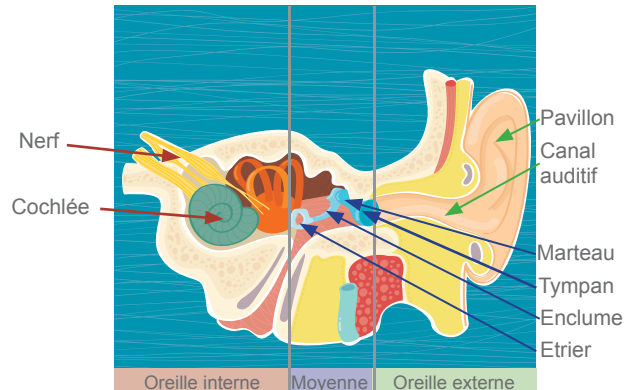
Tél. spectacle : 01 49 27 60 00

Retrouvez d'autres conseils de prévention sur :

www.cmb-sante.fr

CONNAÎTRE SON OREILLE

L'oreille humaine est constituée de 3 parties :



▪ l'oreille externe est formée du pavillon et du conduit auditif qui guident le son jusqu'au tympan. Le rôle du tympan est de capter les variations de pression sonore, comme le fait la membrane d'un micro.

▪ l'oreille moyenne est constituée par une chaîne de 3 osselets (marteau, enclume et étrier) qui transmet les vibrations du tympan à l'oreille interne ;

▪ l'oreille interne : excités par les vibrations, les cils situés sur la paroi de la cochlée transmettent l'information sonore au cerveau via le nerf auditif. Les centres nerveux du cerveau analysent et interprètent les sons.

L'audition se dégrade plus ou moins avec l'âge (presbycusis) néanmoins, l'exposition importante au bruit entraîne la destruction prématurée et irréversible des cellules ciliées de l'oreille interne et donc l'altération de l'audition.

Les risques pour l'audition augmentent avec :

- **l'intensité du niveau sonore** (niveau d'exposition)
- **la durée** d'exposition du salarié

LE NIVEAU SONORE ET SES RISQUES

Conséquences sur l'audition :

▪ **Fatigue auditive** :

- Accouphène : sifflement, bourdonnement douloureux
- Hyperacousie : hypersensibilité aux sons quotidiens

▪ **Surdité *** : baisse de l'acuité auditive (perte de fréquences d'écoute) provoquée par la mort prématurée des cellules ciliées.

Elle peut être subite, due à un traumatisme, ou graduelle (l'exposition répétée fatigue les cellules ciliées).

* Cette surdité peut être reconnue maladie professionnelle selon les critères de la Sécurité Sociale.

Conséquences sur le travail :

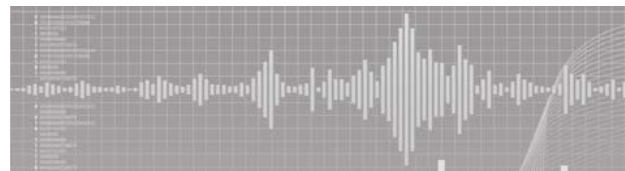
- baisse de la performance et de la qualité du travail,
- perturbation de la communication,
- difficulté de concentration,
- fatigue,
- nervosité,
- risque d'interruption ou de rupture de carrière.

Conséquences sur l'organisme :

- anxiété,
- stress,
- troubles du sommeil,
- hypertension,
- maux de tête, etc.

Conséquences sociales :

La surdité constitue un handicap social et familial.



COMMENT SE PROTÉGER ?

Protection collective

- **Limiter le temps d'exposition** : faire des pauses (10 min pour 45 min d'exposition, 30 min pour 2h)
- **Réduire le niveau sonore** : utilisation de sourdine, atténuateur de puissance "powerbrake", "ear monitor", diminution de volumes des enceintes, etc.
- **Informé** : affichage des niveaux sonores dans les salles, indiquer les valeurs limites (Code du travail), les zones du lieu de travail les plus exposées.
- **Gérer l'organisation du travail et la co-activité** : éviter que le brouhaha élève le niveau sonore. Prévenir lors de changements de niveau sonore (balances...)

Préférer des locaux adaptés à la diffusion sonore : traitement acoustique (parois, sols et plafonds)



Placer plutôt les enceintes en hauteur pour permettre une bonne diffusion sonore sans augmenter le niveau sonore.

Protection individuelle

▪ **Utiliser des bouchons d'oreilles adaptés à l'activité afin de ne pas perturber le travail** :

- bouchons à usage unique : réduction complète du niveau sonore
- bouchons réutilisables avec filtre : permet de diminuer le niveau sonore de 9/15/25 dB et/ou de filtrer certaines fréquences
- bouchons réutilisables moulés : adaptés à l'oreille et personnels, ils peuvent également être dotés d'un filtre

Lisez la notice du fabricant avant de mettre vos bouchons d'oreille, un bouchon mal ajusté ne protège pas.

▪ **Eviter si possible les environnements bruyants en dehors du travail** (MP3, etc.)