

## Vrai ou faux ?

faux



Les protecteurs individuels sont réellement efficaces s'ils sont portés sur toute la durée de l'exposition au bruit. Quelques minutes de non port suffisent déjà à réduire leur efficacité

faux



Si le niveau sonore est élevé, quelques minutes d'exposition sur une journée suffisent pour dégrader l'audition

faux



Le protecteur auditif est une solution entre autres. Mon entreprise a mis en place des mesures de protection collective, des consignes de sécurité, une signalisation... Leur respect me permet également de me protéger

faux



- Augmenter anormalement le niveau sonore de son autoradio ou de sa télévision;  
- Parler fort même dans des environnements calmes;  
- Avoir du mal à suivre des conversations en réunion...  
Autant de situations quotidiennes pouvant être des signes de vigilance

faux



Même si le bruit fait partie de votre quotidien, le risque existe toujours pour votre santé et votre audition

faux



La surdité est malheureusement irréversible. Cette perte auditive peut faire l'objet d'une déclaration en maladie professionnelle (tableau n 42 du régime général de la sécurité sociale si elle est liée au travail)

faux



De nombreuses machines et actions de travail exposent à de hauts niveaux sonores. Presque tous les secteurs d'activité sont concernés. N'oubliez pas non plus vos loisirs (moto, concert, musique, chasse...)!

## Vos interlocuteurs

### L'employeur

Votre encadrement est l'interlocuteur privilégié pour toute question relative à votre poste de travail.  
**Informez-vous ! Formez-vous !**

### Le médecin du travail

**Votre suivi individuel en santé au travail a lieu périodiquement.**

Vous pouvez toutefois demander à rencontrer votre médecin du travail dans d'autres situations : apparition de symptômes, grossesse...

**N'hésitez pas à le contacter !**

Votre médecin du travail peut vous conseiller et répondre à vos questions

AIST 21 • 03 80 77 85 30 • contact@aist21.com • www.aist21.com

Pour toute reproduction, contactez AIST 21.  
  JPM Partner • www.jpm-partner.com • 02/2022



CONSEILS DE SANTÉ AU TRAVAIL

## Idées reçues ?

*Je porte le plus souvent mes bouchons, tout va bien, je me protège efficacement*

*J'utilise ma soufflette pneumatique quelques minutes par jour, je ne suis pas exposé(e) au risque bruit*

*Le seul moyen de me protéger et d'agir contre le bruit est le port de mon protecteur auditif*

*Il n'existe pas de signes précurseurs annonciateurs d'une atteinte auditive*

*Je travaille depuis longtemps dans mon atelier. Je me suis habitué(e) au bruit. Je ne risque rien*

*Si j'arrête d'être exposé(e) au bruit, je r cup rerai mon audition*

*Je ne travaille pas en industrie. Je ne suis pas concerné(e) par ce risque*

## Quelques chiffres :

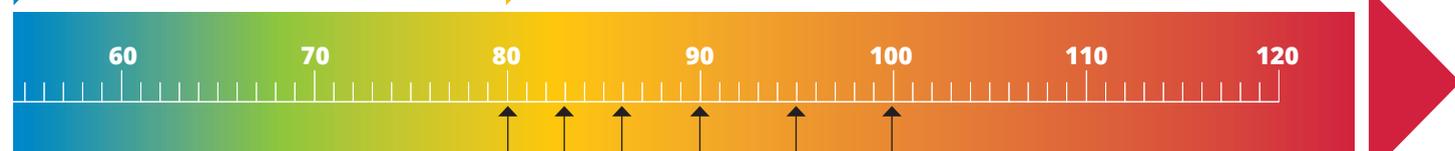
**55**  
décibels (dB)\*  
est le seuil acceptable sans risque de nuisance



Un niveau de bruit constant de **80** décibels provoque des troubles auditifs à long terme



**120**  
décibels = douleur



à partir de **60** décibels le bruit de fond devient gênant



Pétrin, perceuse, sèche cheveux

Machine à coudre, tunnel de lavage

Broyeurs, convoyeurs, centre d'usinage

Ponceuse à bande, meuleuse

Action de martelage, de manipulation de vaisselle...

Soufflettes pneumatiques



## Le saviez-vous ?

UNE EXPOSITION QUOTIDIENNE À 80 DB DURANT 8H ÉQUIVAUT À :

- 4h de machine à coudre =
- 2h d'utilisation de tondeuse à gazon thermique =
- 1h de meulage =
- 3 min 45 s de soufflette



- Fatigue auditive
- Acouphènes, bourdonnements
- Surdité



- Troubles digestifs
- Troubles du sommeil
- Troubles cardio-vasculaires



- Communication difficile
- Vigilance réduite



- Irritabilité
- Stress
- Fatigue physique

## Bouchons, préformés, moulés

**AJUSTEMENT :** facile grâce aux manchons

**DURÉE DE VIE :** de plusieurs mois (préformés)   plusieurs années (moulés)



**ENTRETIEN :** les nettoyer régulièrement à l'eau savonneuse, les rincer puis les sécher

**STOCKAGE :** dans leur boite ou sachet dans un endroit propre et sec à l'abri de la poussière

## Casques antibruit

**AJUSTEMENT :** recouvrir entièrement les oreilles

**DURÉE DE VIE :** plusieurs mois

**ENTRETIEN :** nettoyer les coussinets à l'eau savonneuse, les rincer puis les sécher.



Suivre les indications du fabricant pour le changement des mousses

**STOCKAGE :** dans leur boite ou sachet dans un endroit propre et sec à l'abri de la poussière

## Bouchons à usage unique

**AJUSTEMENT :**   modeler manuellement avant insertion (mains propres)

**DURÉE DE VIE :** les jeter après utilisation (1/2 journée ou journée maxi)



**ENTRETIEN :** ne pas les laver. Le remplacement doit être systématique

**STOCKAGE :** dans leur boite ou sachet dans un endroit propre et sec à l'abri de la poussière

## Le saviez-vous ?

Protecteur porté 7h au lieu de 8h = perte de 70% de son efficacité. Votre protecteur ne vous protège que s'il est en bon  tat ET porté sur toute la durée de l'exposition au bruit