

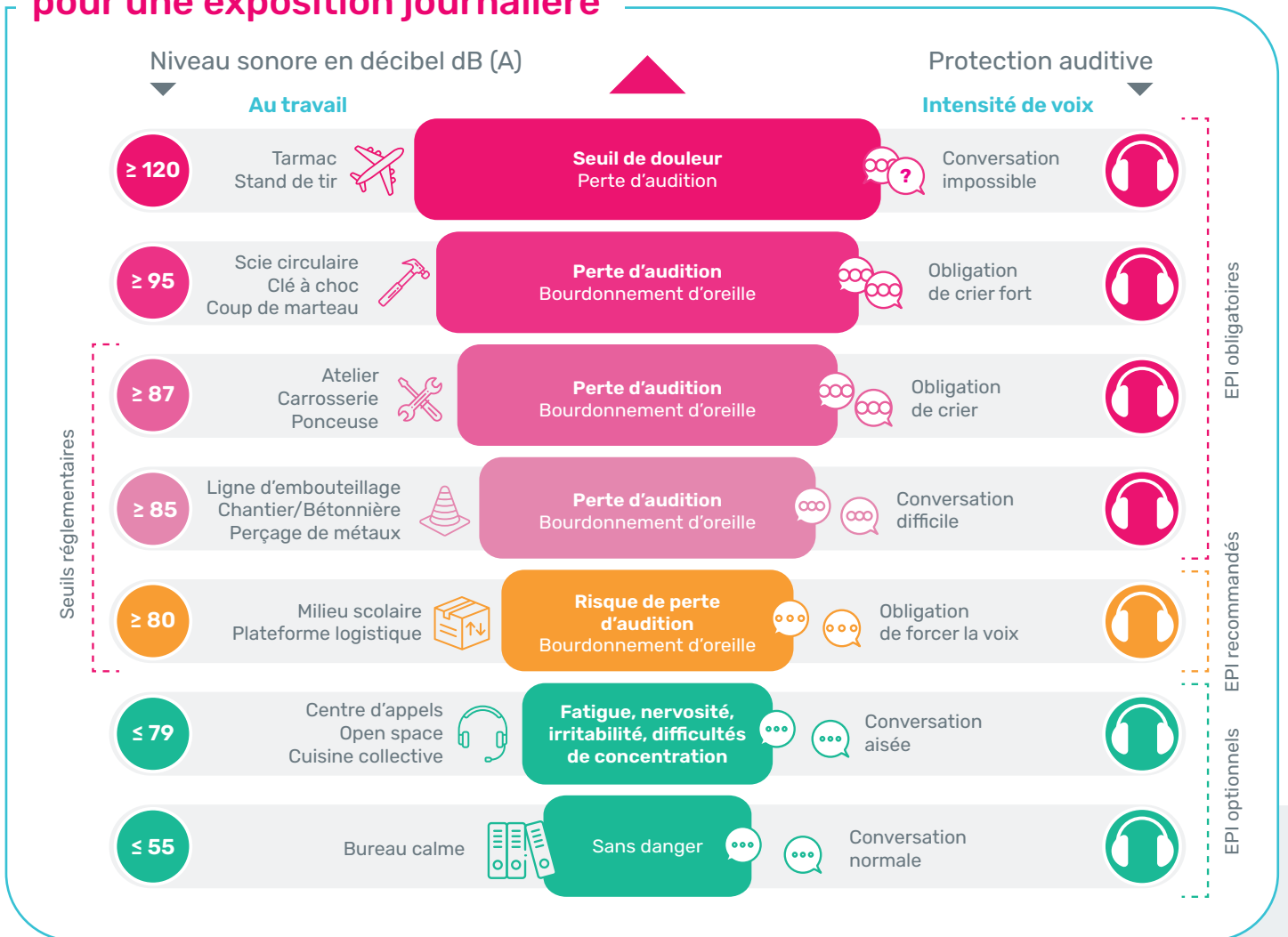
Le bruit au travail

Sans protection, votre audition est en danger !

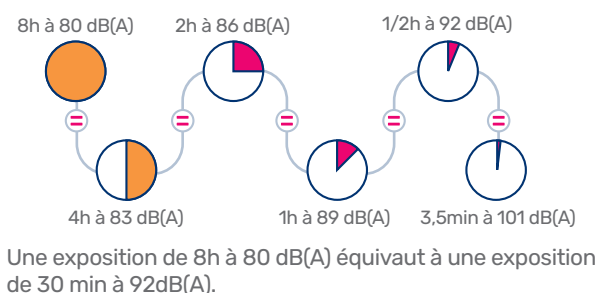
Le bruit constitue une nuisance majeure dans le milieu professionnel. Il peut provoquer non seulement des surdités mais aussi de la gêne, de la fatigue cognitive et du stress qui, à la longue, ont des conséquences sur votre santé.



Intensité du bruit et impacts sur votre santé pour une exposition journalière



Plus le niveau sonore est élevé, plus il faut réduire le temps d'exposition



D'autres effets sur la santé

- Tension artérielle
- Irritabilité et nervosité
- Gêne considérable dans la vie familiale et sociale
- Risque durant la grossesse au cours des 3 derniers mois pour l'appareil auditif du fœtus
- Troubles du sommeil
- Maux de tête
- Fatigue plus importante
- Diminution de l'attention et perte de capacité de concentration
- Augmentation du risque d'accident**

Conseils de prévention

Réagir face au bruit



Pour prévenir le risque bruit :

- Eloignez-vous, quand c'est possible, des zones de bruit
- Réalisez des pauses dans un endroit calme

Si le bruit vous gêne dans votre travail :

- Signalez le problème à votre employeur ou aux représentants du personnel, afin qu'ils prennent les mesures nécessaires.
- Parlez-en également au médecin du travail. En cas de risque pour votre audition, il pourra vous soumettre à un examen audiométrique (test de votre audition).
- Protégez-vous ! Portez vos protections auditives.

Pour que vos protections individuelles soient efficaces, il faut :

- les mettre en place avant d'entrer dans les zones bruyantes,
- les ajuster correctement,
- les porter tant que vous êtes exposé au bruit,
- toujours suivre les instructions d'utilisation fournies avec les protections auditives pour le nettoyage et le stockage.



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.



Vous avez du mal à supporter le bruit environnant.

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

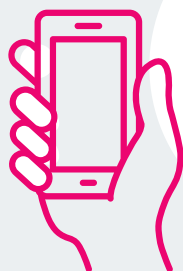
Le saviez-vous ?



La surdité professionnelle évolue sans que l'on s'en aperçoive.

Lorsque les troubles deviennent perceptibles, l'audition est déjà altérée de manière irréversible.

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



Vous pensez être exposé au bruit ? Faites **le quiz** !

Le port de protections individuelles :



Les protections auditives ne sont efficaces que si elles sont portées durant toute la durée d'exposition au bruit.

