

le bimsa

A A A  

## Nuisances sonores : notre santé en danger

Posté le **10 mars 2016**

— 12 à 15 % de la population française serait affectée par des troubles de l'audition. © Téo Lannié/ CCMSA Image

À l'occasion de la Journée nationale de l'audition, le 10 mars, l'association JNA révèle les résultats de l'enquête nationale JNA-Ifop sur les nuisances sonores et leurs impacts sur la santé. Les risques sanitaires et sociaux pourraient peser lourd sur les finances de santé publique.

Neuf Français sur dix se disent exposés chaque jour à un bruit excessif et près de deux sur trois se sentent plus exposés au quotidien qu'auparavant. Des chiffres que l'**association JNA** (voir colonne de droite) prend au sérieux. Et pour cause : le bruit représente l'une des principales causes de l'altération de l'audition et de fragilisation de l'équilibre général de la santé.

## Un enjeu de santé publique

Le bruit, à fort volume et à force d'expositions, peut provoquer fatigue, stress, hypertension, gastrites... et générer des troubles irréversibles de l'audition, avec des conséquences dramatiques.

*Le trouble de l'audition est la 3<sup>e</sup> cause de maladie professionnelle en France.*

Aucun âge n'est épargné : trouble du langage et des apprentissages chez l'enfant qui peut favoriser l'échec scolaire, dégradation de l'état général de santé et impacts psychologiques chez l'adulte altérant la qualité de vie sociale et professionnelle (risque d'accidents du travail, impacts sur la cellule familiale, etc) ... et chez les seniors, accélération des effets du vieillissement, du déclin physique et cognitif et avec eux un risque accru de chutes notamment.

## Les Français ne s'entendent plus !

D'après l'enquête nationale JNA-Ifop, la gêne est plus intense la nuit qu'en journée. Les Français se sentent particulièrement agressés par le bruit au travail et dans les transports. Chez les actifs, le trouble de l'audition représente d'ailleurs la 3<sup>e</sup> cause de maladie professionnelle en France.

Près de neuf sur dix déclarent être particulièrement gênées pour suivre les conversations dans les restaurants, cafés et bars et dans les transports publics. La cantine scolaire ou le restaurant d'entreprise sont montrés du doigt par 46 % des sondés.

## Les jeunes font la sourde oreille

Sept jeunes sur dix pensent que le bruit ne fait pas courir un risque de surdité définitive. Pire : un jeune sur trois, chez les 15-17 ans, pense que le bruit éduque l'oreille pour qu'elle s'habitue et 38 % estiment que le bruit les rend « euphoriques ». Cela peut expliquer qu'un jeune sur trois écoute 2 à 3 heures par jour de la musique amplifiée via son téléphone mobile, son PC, son MP3, etc. Le bruit fait partie du quotidien et de l'univers des jeunes : le silence est considéré comme anormal et angoissant.



— © Sylvain Cambon/ CCMSA Image

Une enquête, réalisée en partenariat avec l'institut Ipsos a mis en évidence une certaine inertie des jeunes face à la menace de risques auditifs sérieux. Pourtant, les pratiques sonores ont un effet de détérioration irrémédiable du capital auditif.

Paradoxalement, les jeunes intègrent de plus en plus les pauses auditives (adoptées à 56 %), la réduction du volume d'écoute (78 %) et la durée d'écoute (48 %). Un bémol subsiste cependant : seulement un sur trois dit porter des protections auditives lors d'exposition à des volumes sonores excessifs, un concert par exemple.

### Objectif : taire l'agression

Pour le groupe d'experts de l'association JNA, composé de médecins ORL, orthophonistes, spécialistes des acouphènes, audioprothésistes, la santé auditive joue un rôle majeur sur la qualité de vie, la santé et la vitalité en général. Il donne trois conseils simples pour développer forme et bien-être grâce à une meilleure hygiène de santé auditive :



- Maîtriser ses expositions sonores : limiter les expositions, intégrer des pauses auditives, porter des protecteurs auditifs, éviter de couvrir le bruit environnement par de la musique, penser à l'isolation acoustique des logements...
- Réaliser régulièrement un bilan auditif : la capital auditif est fragile, il repose sur des cellules sensorielles qui ont la particularité de ne pas se renouveler. Ils s'abîment et de s'usent avec l'avancée en âge et l'impact du bruit. Un bilan avec un médecin ORL permet de constater une éventuelle perte d'audition afin de mieux préserver le capital restant.
- Mettre en place des solutions dès que des difficultés apparaissent. La presbycusie, phénomène naturel d'usure des cellules sensorielles avec l'avancée en âge, touche 40 % des 60-70 ans et plus de 50 % des plus de 80 ans. Mais les seniors ont tendance à ne pas prendre en charge leur perte auditive. Pourtant de récentes études démontrent la nécessité d'agir afin d'éviter un vieillissement cognitif prématuré.