



## 2019-08 : le bruit au travail !

Le bruit constitue une nuisance majeure dans le milieu professionnel. Il peut provoquer des surdités mais aussi stress et fatigue qui, à la longue, ont des conséquences sur la santé du salarié et de la qualité de son travail. Pourtant, des moyens existent pour limiter l'exposition des travailleurs aux nuisances sonores.

On considère que l'ouïe est en danger à partir d'un niveau de 80 décibels durant une journée de travail de 8 heures. Si le niveau est extrêmement élevé (supérieur à 130 décibels), toute exposition, même de très courte durée, est dangereuse. Elle peut conduire à une surdité, phénomène irréversible. Les surdités peuvent être reconnues comme maladies professionnelles.

Comme écrit précédemment, le bruit est cause de fatigue et de stress et agit sur les systèmes nerveux, cardiovasculaire et digestif. Mais il n'affecte pas seulement la santé. En empêchant de se concentrer, il nuit également à la qualité du travail et peut même être à l'origine d'accidents.

Les nuisances sonores provoquant un risque ou une gêne pour l'ouïe peuvent être diminuées de manière significative par l'utilisation de moyens de protection individuels. Dans le cadre d'activités bruyantes, les salariés doivent donc utiliser des protecteurs d'ouïe.

Dans la pratique, on considère que toute personne exposée à un niveau sonore supérieur ou égal à 85 dB(A) doit en être équipée. Même si les valeurs limites sont souvent plus élevées, cette règle est simple à retenir et donc à appliquer.

Comme nous l'avons compris, le bruit est omniprésent dans les métiers techniques. Mais qu'en est-il dans l'administration et les bureaux ? Il existe toutes sortes de mesures de réduction du bruit mais la première est de faire preuve de savoir-vivre envers vos collègues.

Votre voix porte-t-elle au-delà de l'enceinte de votre bureau ? Ne faudrait-il pas fermer votre porte en cas de discussion passionnée sur un sujet ou un autre ? Afin d'éviter de partager vos discussions avec vos voisins et également dans un souci de confidentialité, il y a toujours moyen de s'isoler en fermant la porte de son bureau ou en allant dans une salle de conférence pour faire un brainstorming.

**« Le bruit est un problème trop bruyant pour être ignoré »**