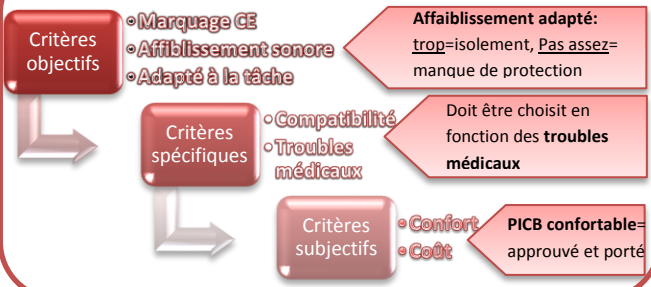


# Protections individuelles contre le bruit (PICB)

## Comment choisir ses PICB ?



## Les différents PICB sur le marché

Protecteurs	Avantages	Inconvénients
<p>Bouchons moulés</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Plus faciles à insérer et plus confortables que les autres protecteurs du fait de son moulage</li> <li>• Durée de vie</li> <li>• Bon ajustement</li> <li>• Peu de manipulation (diminution du risque d'infection)</li> <li>• Formation souvent proposée avec l'achat</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Entretien</li> <li>• Prise d'empreinte doit être effectuée par des professionnels</li> <li>• A proscrire pour les oreilles malades</li> </ul>
<p>Bouchons souples</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Peu coûteux à l'achat</li> <li>• Meilleur ajustement que les bouchons plastique et arceau</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Salissants</li> <li>• Démangeaisons possibles</li> <li>• Renouvelés régulièrement</li> <li>• A proscrire pour les oreilles malades</li> </ul>
<p>Bouchons de plastiques</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pas de manipulation de la partie introduite dans l'oreille</li> <li>• Peu coûteux à l'achat</li> <li>• Peuvent être lavées et réutilisées</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Les instructions d'insertion doivent être respectées pour une bonne efficacité</li> <li>• Bouchons avec arceau ont une efficacité réduite du fait que les bouchons ne font que s'appuyer sur l'entrée du conduit</li> </ul>
<p>Bouchons avec arceau</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pratiques pour un port intermittent</li> <li>• Peuvent être lavées et réutilisées</li> <li>• Pas de manipulation de la partie introduite dans le conduit auditif</li> </ul>	
<p>Coquilles</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pratiques pour un port intermittent</li> <li>• Moins pertes ou vols</li> <li>• Ajustement facile</li> <li>• Port possible pour les oreilles infectées ou malades</li> <li>• Bonne atténuation des sons graves</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Peu confortables si la chaleur est excessive (malgré les coussinets d'absorption qu'on peut rajouter)</li> <li>• Efficacité réduite lors de port de lunettes, d'un chapeau ou morphologie du visage</li> <li>• Créer une pression forte et inconfortable</li> </ul>

Les bonnes conditions pour un **taux de port à 100%** :

1. Un PICB qui soit confortable
2. Le porteur doit être associé au choix du PICB
3. Un affaiblissement adapté ni trop, ni trop peu
4. Une sensibilisation du salarié au risque du bruit
5. Une formation du salarié à la mise en place du PICB

**Le taux de port à 100% est vital pour préserver l'audition du salarié.**

**Il faut savoir que si les PICB ne sont pas portés 5 minutes sur le temps d'exposition au bruit on a une perte d'efficacité de 33%.**



**ZONE DE BRUIT SUPERIEUR A 85 dB**



**Equipement anti-bruit obligatoire**

[www.medecinetravail2b.com](http://www.medecinetravail2b.com)

Notre équipe propose aux entreprises adhérentes :

- *Le suivi médical de votre personnel*
- *Des conseils pour la prévention des accidents du travail et des maladies professionnelles*
- *Des conseils pour l'amélioration des conditions de travail*

*Où se documenter pour aller plus loin...*

INRS

*Ed 962 et 997- Techniques de réduction du bruit en entreprise*

*Ed 868- Equipements de protection individuelle de l'ouïe*

*Ed 6103- Traitement acoustique des locaux de travail*



## Le Bruit au Travail

*Apprenez à écouter le bruit !*



**Etes-vous concerné par le bruit ?**

Afin de donner une idée sur le niveau de bruit présent sur votre lieu de travail il existe un test simple basé sur deux critères :

- La communication
- La présence d'évènements acoustiques rares et intenses

### Test

	OUI	NON
Pouvez-vous communiquer normalement avec une personne située à 0.5 m de distance?		
Rencontrez-vous lors de votre journée de travail des bruits soudains que vous qualifieriez de « violent » ?		

*Si vous répondez « NON » à la première question et « OUI » à la deuxième question, vous êtes susceptible d'être dans un environnement sonore considéré comme gênant ou nocif pour l'audition.*

**Il est fortement conseillé de faire une évaluation du bruit. Pour cela adressez-vous à un organisme agréé pour une expertise ou à votre service de santé au travail pour réaliser une estimation.**

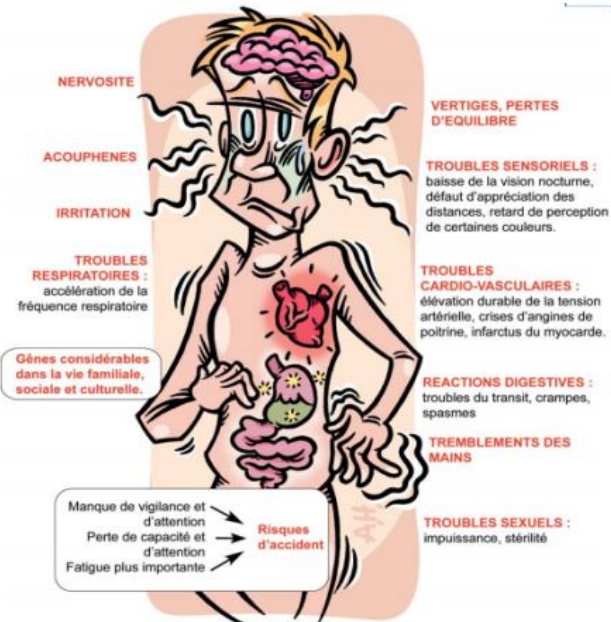
## Qu'est ce que le bruit ?

On parle de bruit lorsqu'un ensemble de sons est perçu comme gênant. A partir d'un certain niveau, il peut même être considéré comme dangereux

dB(A)	Sons perçu par l'oreille humaine (avec atténuation naturelle de l'oreille)
dB(C)	Sons perçu par l'oreille interne

## Effets du bruit au travail

Effets physiques	Effets psychologiques	Enjeux économiques	Enjeux sociaux
Acouphènes, vertiges	Nervosité	Indemnisation de la maladie professionnelle	Diminution de la communication
Troubles sensoriels	Anxiété	Inaptitude au poste	
Troubles digestifs	Dépression	Facteur de pénibilité (Lex8h>80 dB(A))	Irritabilité
Troubles respiratoire	Fatigue		
Troubles cardio-vasculaires	Stress		
Troubles sexuels			



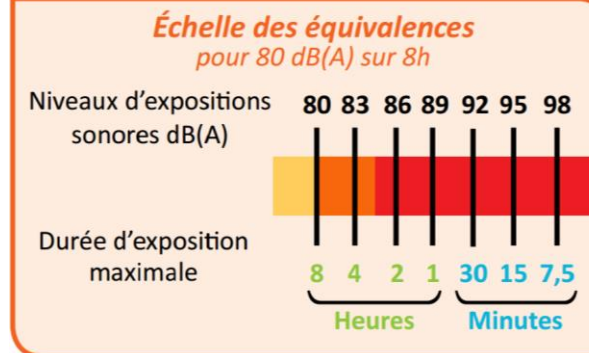
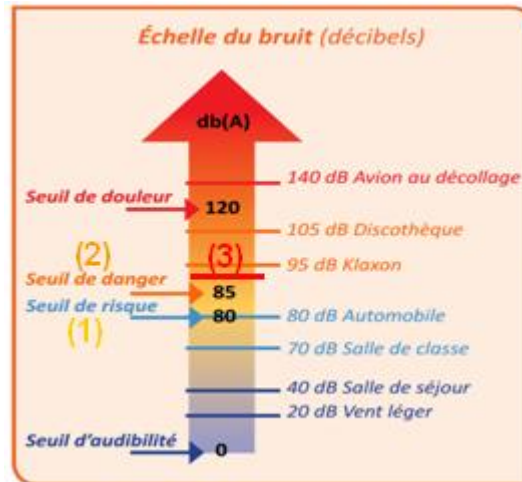
**Le bruit entraîne des troubles sur l'ensemble de nos sens.**

## La Réglementation

Article R4431-1 à R 4437-4 du code du travail

### 3 seuils réglementaires :

- Seuil d'exposition inférieur déclenchant l'action de prévention (1)
- Seuil d'exposition supérieur déclenchant l'action de prévention (2)
- Valeurs limites d'exposition (3)



### Surveillance Médicale Renforcée (SMR)

Tous les salariés exposés au bruit au-dessus des seuils réglementaires (80 dB(A)) doivent être déclarés en Surveillance médicale renforcée. Une fiche de prévention des expositions doit être établie pour chaque salarié exposé.

Exemple de fiche: <http://christian.crouzet.pagesperso-orange.fr/>

## Ce qu'il faut savoir !



La surdité professionnelle est l'une des maladies professionnelles les plus coûteuses du tableau des maladies professionnelles n°42 pour le régime général et n°46 pour le régime Agricole (près de 100 000€ d'indemnisation par la sécurité sociale)



Le bruit entraîne des troubles de l'oreille irréversibles considérés comme maladie professionnelle. Pour une journée de travail de 8h, l'audition est en danger à partir de 80dB(A). Au-delà de 130 dB(A), toutes expositions, même de très courte durée est dangereuse.



N'enlevez jamais votre équipement de protection auditif dans la zone de bruit ! Si vous le retirez, même un cours instant, vous diminuez considérablement son efficacité.

## La Prévention collective

### Moyens organisationnels

- Délimiter et signaler les zones bruyantes
- Limiter le temps d'exposition : faire des pauses, alterner les tâches...
- Isoler les travailleurs le plus souvent possible des zones bruyantes
- S'assurer de la mise à disposition et du port des protections auditives individuelles
- Faire réaliser des mesures d'ambiance sonore

### Moyens techniques

- Réduire le bruit à la source (isolation et insonorisation de machines)
- Choisir du matériel moins de bruyant
- Entretenir et contrôler régulièrement les machines et équipements
- Traiter acoustiquement les locaux
- Porter des protections auditives

### Moyens humains

- Informer et former les travailleurs sur le risque et sur le port des équipements de protections
- Assurer l'hygiène des protecteurs auditifs