

Lutter contre les atteintes auditives et les traumatismes sonores aigus liés à l'écoute des musiques amplifiées



Frédéric DEVINANT⁽¹⁾



Application de gestion d'exposition sonore pour iPhone/iPod

Il ne faut pas oublier que les nuisances sonores environnementales subies contre lesquelles il convient de lutter n'atteignent qu'exceptionnellement les niveaux atteints dans des ambiances sonores choisies dans des salles de concerts ou des discothèques voire même à travers un baladeur. Or la qualité sanitaire de l'environnement intérieur repose également sur des ambiances sonores qui ne nuisent pas à la santé en dépit du plaisir recherché, ce qui pose d'autres questions en matière de prévention. Un exemple possible de prévention est présenté à travers cette application smartphone.

La lutte contre les atteintes auditives et les traumatismes sonores aigus liés à l'écoute des musiques amplifiées fait aujourd'hui partie des enjeux de santé publique prioritaires du **2^e Plan National Santé Environnement** (Fiche 6/Action 21/page 42).

En effet, comme rappelé dans la déclinaison de ce plan en région Ile-de-France (**PRSE2011**/Fiche 4/Axe 1/ pages 27 à 30) : « *L'appétence des jeunes pour l'écoute des musiques amplifiées, à fort volume et de manière prolongée, constitue un véritable enjeu de santé publique démontré par de nombreuses études.*

Phénomène aggravant, les jeunes cumulent fréquemment différentes pratiques : utilisation de baladeur, participation à des événements musicaux en plein air, fréquentation de lieux diffusant de la musique amplifiée (discothèques, salles de concerts...). Il est acquis depuis des années que les risques auditifs au travail sont liés à la combinaison du volume et de la durée d'exposition sonores. C'est valable également pour l'écoute des musiques amplifiées.

Aujourd'hui, 1 lycéen sur 10 présente déjà des troubles auditifs, ce qui serait le double d'il y a dix ans. De plus, selon un avis rendu public en octobre 2008, le comité scientifique des risques émergents et

nouveaux de la commission européenne CSRSSEN estime qu'entre 5 à 10 % des six millions d'utilisateurs de baladeurs en France risquent des pertes auditives irréversibles.

Selon l'enquête réalisée par Ad'Hoc Research pour le compte des journées nationales de l'audition en février 2010 auprès de 1 001 jeunes de 12 à 25 ans, 40 % d'entre eux ont déjà ressenti des acouphènes après l'écoute de leur baladeur ou en sortant de discothèques. Par ailleurs, 4 jeunes sur 5 ne savent pas ce que représentent les décibels. Seulement un tiers d'entre eux déclare avoir été informé sur les risques par le biais de campagnes nationales. Après avoir reçu l'information, la grande majorité déclare vouloir changer de comportement et les plus jeunes sont les plus enclins à le faire.

Selon l'enquête métrologique réalisée en 2009 par Bruitparif au sein de vingt lycées d'Ile-de-France, 54 % de lycéens écoutent leur baladeur à des niveaux dépassant les 85 décibels (411 enquêtés). Ils sont 7 % à le régler à plus de 100 décibels, un niveau dangereux qui correspond au bruit émis par un marteau-piqueur, niveau qui ne devrait théoriquement pas être dépassé compte tenu de la réglementation française en vigueur.

Il est à noter que les jeunes en formation professionnelle écoutent à des niveaux sonores beaucoup plus forts (+7 dBA, soit presque quatre fois plus fort) que leurs homologues dans les autres formations. Ce constat est particulièrement inquiétant quand on sait que certains jeunes en formation professionnelle sont également susceptibles d'être plus exposés au bruit dans le cadre de leurs activités quotidiennes au lycée (ateliers...) et qu'ils risquent d'être écartés de l'emploi pour lequel ils se forment au moment des visites médicales d'embauche s'ils présentent un déficit avéré.

Lorsque les jeunes sont conscients des risques liés à l'écoute prolongée à un niveau sonore important, ils ne mesurent pas ce risque pour leur propre santé. 61 % d'entre eux évoquent un risque élevé ou très élevé pour les Français en général. Mais lorsqu'il s'agit d'estimer leur propre risque, ils ne sont plus que 32 % à considérer ce risque élevé ou très élevé

(1) Musicien, ingénieur du son, puis initiateur et coordinateur du programme de prévention rhônalpin « Dose le son ! », Frédéric Devinant est aujourd'hui formateur au GRIM-EDIF (École Supérieure Spectacle & Événementiel) avec lequel il est habilité par l'AFDAS (OPCA du secteur Culture, Communication et Loisirs) pour la délivrance du « Certificat de Compétence Professionnelle en Gestion sonore ». Contact : f.devinant@orange.fr



(enquête menée par le centre d'information et de documentation sur le bruit (CIDB) dans le cadre de la campagne de sensibilisation au bruit menée en 2009 au sein de vingt lycées d'Ile-de-France sur une population de 2 056 lycéens)... ».

Par ailleurs, on peut constater que la prise de conscience n'implique pas forcément un changement de comportement : une étude menée en 2008 par l'ORS Rhône-Alpes concernant le programme de concerts pédagogiques rhônalpin « Dose le son ! » montre que « *si les connaissances des adolescents sont améliorées, les pratiques d'écoute restent inchangées deux mois après les concerts* ».

De plus, pour des raisons de coûts financiers, le volume des actions menées en France auprès des 12-25 ans demeure encore très sporadique. À titre d'exemple, le programme de concerts pédagogiques « Peace & Lobe » promu depuis maintenant quinze ans par l'association AGI-SON ne touche qu'environ 0,2 % des adolescents français.

On peut donc observer que si les pouvoirs publics tirent la sonnette d'alarme avec vigueur et raison, l'impact recherché est encore loin d'être atteint (le nombre de lycéens présentant des troubles auditifs aurait doublé en dix ans...).

Cette situation peut s'expliquer par le fait que les acteurs de la diffusion musicale et de l'audioprothèse associés à la définition et la mise en œuvre des principaux contenus de ces actions évitent en réalité une diminution effective de l'exposition des jeunes. Celle-

ci impacterait en effet inévitablement la fréquentation des salles (donc la vente d'alcool), la vente des produits de diffusion musicale (baladeurs, disques et fichiers musicaux) ainsi que la vente des produits et services liés aux prothèses auditives. Pire, ces actions fournissent à l'évidence pour beaucoup d'entre eux une belle opportunité de promotion et de preuve de « bonne conduite » aux frais de la collectivité.

Aussi, bien que des formes d'actions plus coercitives devront probablement nécessairement être mises en œuvre à terme, à l'exemple de nombreux autres domaines impliquant des conduites à risque, le travail de sensibilisation doit être poursuivi sous la forme d'un faisceau d'actions (chacun possède un mode d'assimilation et d'appropriation des connaissances qui lui est propre), mais doit d'abord et surtout **fournir des repères objectifs** sur les situations d'expositions et les risques encourus.

Le PRSE d'Ile-de-France préconise de privilégier une information personnalisée du risque :

- « Déployer des moyens de sensibilisation individuelle aux risques liés à l'écoute des baladeurs (mesure/conseil personnalisé)... ».
- « Développer des moyens de sensibilisation aux risques auditifs dans le cadre de concerts/festivals en plein air (afficheurs de niveaux sonores, information et prévention) ».

De nombreux autres acteurs en santé publique et santé au travail ont aussi appelé au **développement d'outils** répondant aux besoins du public des loisirs musicaux, notamment en termes de **gestion des temps d'exposition** : **Les baladeurs numériques, un danger pour l'audition ?** (Voir « Une meilleure technologie » et « Un meilleur encadrement », Lycée Charles de Gaulle, 2009), **Cidb** (Forum NoiseAtWork, Lille, 2007), **Sound Level Limits for Personal Music Players and Mobile Phones** (Cenelec, 2011), **Anses** (Impacts sanitaires du bruit 2004 ; besoins de recherches, page 288), **Inpes** ; **Baromètre santé environnement** ; **Techno+** ; **Comité scientifique Agi-son** (Colloque Gestion sonore, Nancy, 2010)...

À titre d'exemple, une application⁽²⁾ pour smartphone (iPhone/iPod dans un premier temps) permettant de calculer le **temps d'écoute conseillé** en fonction du **niveau sonore** et de l'**exposition sonore globale de l'utilisateur** (baladeur, concerts, discothèques, lieux ou travail bruyants...) est proposée pour permettre à chacun de profiter pleinement et le plus longtemps possible du **plaisir** d'écouter de la musique, parfois à fort, **voire très fort volume sonore**, mais en respectant des **durées** et des **fréquences d'exposition** qui permettent de **limiter efficacement le risque de troubles auditifs**, et ainsi éviter d'en supporter les conséquences invalidantes le reste de sa vie.

(2) Cette application se trouve sur le site www.earfox.com, mais aussi sur sa page Facebook sur laquelle un **mini-tutoriel** en cinq écrans permet de comprendre aisément son fonctionnement. Elle peut être téléchargée via l'**Appstore d'Apple** directement sur l'iPhone/iPod des personnes qui souhaitent être sensibilisées sur ces questions.