

ATELIER

SÉMINAIRE CPTS

L’impact de l’environnement sonore sur le bien être et la santé



Animatrice : **Léa BRUSSET**
ORTHOPHONISTE D.E
Présidente de **Peace & Sound**

ON EST ENSEMBLE POUR 40 MINUTES

bienvenue

Objectifs

- S'interroger sur notre **exposition sonore** en tant que professionnel de santé.
- distinguer **risque auditif** et **effets extra-auditifs** ;
- repérer **quelques conséquences possibles du bruit**
- **resituer l'environnement sonore** dans **le suivi des nos patients**

AU PROGRAMME

1. LE **SON ET LA SANTÉ** : QUELQUES CHIFFRES CLÉS
2. **L'ENVIRONNEMENT SONORE** : À QUOI PENSE-T-ON ?
3. **MESURER LE SILENCE**
4. NOS **ENVIRONNEMENTS SONORES AU QUOTIDIEN**
5. **INTÉGRER** LE **SONORE** DANS LE SUIVI DES PATIENTS
6. ET DANS **NOTRE PRATIQUE** ?
7. **DES SUPPORTS** POUR ALLER PLUS LOIN

01

LE SON ET LA SANTÉ : QUELQUES CHIFFRES CLÉS

Quizz

Question 1 - Quelle est la projection de l'OMS du **nombre de personnes concernées par une perte** (ou déficience) **auditive** plus ou moins prononcée **en 2050** ?

n°1

Environ 430 millions de personnes

n°2

Environ 1.5 milliard de personnes

n°3

Environ 2,5 milliards de personnes

Question 1 - Quelle est la projection de l'OMS du **nombre de personnes concernées par une perte** (ou déficience) **auditive** plus ou moins prononcée e**n 2050** ?

n°1

Environ 430 millions de personnes

n°2

Environ 1.5 milliard de personnes

n°3

Environ 2,5 milliards de personnes

En 2050, près de 2,5 milliards de personnes seront, d'après les projections, atteintes d'une perte (ou déficience) auditive plus ou moins prononcée et au moins 700 millions de personnes auront besoin de services de réadaptation.

Question 2 - Selon le **baromètre Ifop 2024** sur les acouphènes, quelle proportion de français **déclare souffrir ou avoir déjà souffert d'acouphènes** ?

n°1

Environ 1 Français sur 10, soit 10%

n°2

Environ 1 Français sur 4, soit 25%

n°3

Plus de 4 Français sur 10, soit 44%

Question 2 - Selon le **baromètre Ifop 2024** sur les acouphènes, quelle proportion de français **déclare souffrir ou avoir déjà souffert d'acouphènes** ?

n°1

Environ 1 Français sur 10, soit 10%

n°2

Environ 1 Français sur 4, soit 25%

n°3

Plus de 4 Français sur 10, soit 44%

44% des Français âgés de 15 ans et plus déclarent souffrir ou avoir souffert d'acouphènes, soit plus de 4 Français sur 10 (réalisé auprès d'un échantillon représentatif de 1 000 Français âgés de 15 ans et plus)

Question 3 - Selon l'enquête IFOP « Bruit et santé auditive au travail », **quelle est la principale répercussion du bruit et des nuisances sonores ressentie par les travailleurs interrogés** ?

n°1

Le stress

n°2

La fatigue, l'assiduité et l'irritabilité

n°3

Les troubles du sommeil

Question 3 - Selon l'enquête IFOP « Bruit et santé auditive au travail », **quelle est la principale répercussion du bruit et des nuisances sonores ressentie par les travailleurs interrogés** ?

n°1

Le stress

n°2

La fatigue, l'assiduité et l'irritabilité

n°3

Les troubles du sommeil

La réponse « fatigue, lassitude et irritabilité » arrive en première position avec 60% des répondants. Elle est suivie par le stress, cité par 50%, puis par la gêne auditive, citée par 37% (enquête réaliséesur un échantillon de 1000 personnes de plus de 18 ans)

Question 4 - Selon l'étude de l'ADEME et du Conseil national du bruit, **à combien est estimé le coût social annuel du bruit sur les lieux de travail en France** ?

n°1

Environ 7 milliards d'euros par an

n°2

Environ 21 milliards d'euros par an

n°3

Environ 47 milliards d'euros par an

Question 4 - Selon l'étude de l'ADEME et du Conseil national du bruit, **à combien est estimé le coût social annuel du bruit sur les lieux de travail en France** ?

n°1

Environ 7 milliards d'euros par an

n°2

Environ 21 milliards d'euros par an

n°3

Environ 47 milliards d'euros par an

Le coût social du bruit sur les lieux de travail est estimé à 21 milliards d'euros par an, soit environ 14% du coût social total du bruit en France. Ce montant concerne les milieux industriel, tertiaire, scolaire et hospitalier.

Question 5 - Selon l'Organisation mondiale de la Santé, **le bruit est la deuxième cause environnementale de morbidité et de mortalité en Europe, après la pollution atmosphérique.**

n°1

VRAI

n°2

FAUX

Question 5 - Selon l'Organisation mondiale de la Santé, **le bruit est la deuxième cause environnementale de morbidité et de mortalité en Europe, après la pollution atmosphérique.**

n°1 VRAI

n°2 FAUX

Le bruit environnemental est considéré comme le deuxième facteur de risque environnemental pour la santé en Europe, après la pollution de l'air.
L'OMS Europe souligne que l'exposition au bruit — notamment lié aux transports, aux loisirs ou à certaines infrastructures — a des effets documentés sur la santé et le bien-être : perturbation du sommeil, gêne, maladies cardiovasculaires et effets cognitifs.



02

ENVIRONNEMENT SONORE

MESURER LE SILENCE

03

Questions

n°1

Est-ce que vous qualifieriez cette pièce de silencieuse ?

n°2

Qu’est-ce que le sonomètre capte ?

n°3

Que se passerait-il si cette ambiance était présente toute la journée ?

04

Nos environnements sonores au quotidien



04

NOS ENVIRONNEMENTS SONORES AU QUOTIDIEN

« Dans quel environnement sonore êtes-vous le plus exposé au cours d'une journée ou d'une semaine habituelle ? »

votre vécu

04 NOS ENVIRONNEMENTS SONORES AU QUOTIDIEN

« Parmi ces environnements, lequel est le plus difficile à supporter pour vous ? »

votre vécu

Pourquoi ?

04 NOS ENVIRONNEMENTS SONORES AU QUOTIDIEN

Environnement	**Sons ou source sonore**	**Ce que cela entraine**
Travail / soins	Téléphone (répétitif, imprévisible)	Interrompt l'attention
Transports	Écouteurs + métro (Volume augmenté pour couvrir l'ambiance)	Fatigue auditive, exposition prolongée
Domicile	Télévision / voisinage Continu ou nocturne	Sommeil, irritabilité
Loisirs	Concert Fort, ponctuel, proche des enceintes	Acouphènes, sensation d'oreilles cotonneuses

Sources

Écouteurs / casque

Gaming

Concert / discothèque

Open space

Conversations

Téléphone

Alarmes

Salle d’attente

Ventilation

Circulation

Fort

Continu

Répétitif

Imprévisible

Intrusif

Difficile à contrôler

Musique amplifiée

Casque de gaming

Télévision

Écouteurs

Stress

Fatigue

Irritabilité

Difficulté à se concentrer

Effort pour comprendre

Besoin de calme

Acouphènes

Sommeil perturbé

Actions

S’éloigner

Baisser le volume

Faire une pause

Se protéger

Récupérer au calme

05

INTÉGRER LA DIMENSION SONORE DANS LE SUIVI DES PATIENTS

On crée des questions sous trois angles :

exposition, effets ressentis,

capacité de récupération.

Co-construction

Comment transposer cette réflexion auprès d'un patient ? »

05

INTÉGRER LA DIMENSION SONORE DANS LE SUIVI DES PATIENTS

Vos idées de questions pour les patients

On co-construit

EXPOSITION

« Au travail, dans les transports ou dans vos loisirs, êtes-vous régulièrement exposé(e) à des sons forts, prolongés ou répétés — par exemple avec des écouteurs, un casque, de la musique amplifiée, des machines ou une circulation importante ? »

EFFETS RESSENTIS

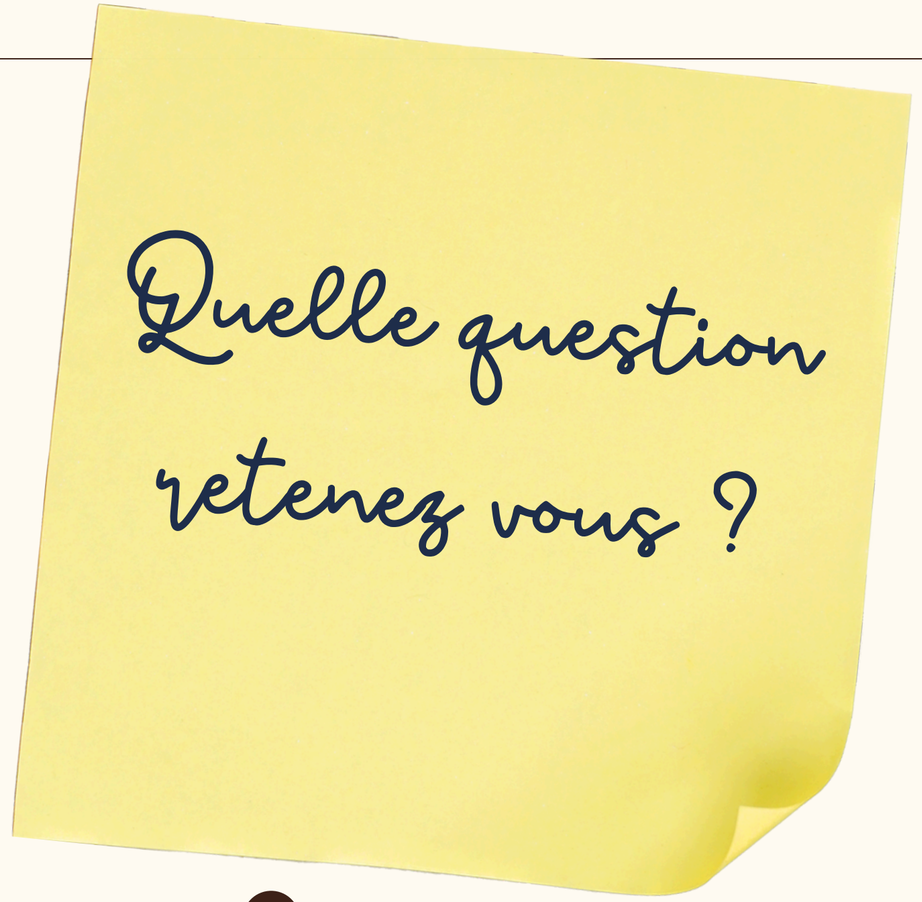
« Est-ce que certains environnements sonores ont un impact sur vous : fatigue, difficulté à vous concentrer ou à comprendre les conversations, stress, sommeil perturbé, sifflements ou sensation d’oreilles bouchées ? »

RECUPÉRATION

« Après une journée ou une activité sonore, pouvez-vous vous éloigner du bruit et retrouver des moments suffisamment calmes pour récupérer ? »

EXERCICE DE CLÔTURE

pour de bonnes habitudes



Sur un post-it, écrivez une question que vous pourriez utiliser face à un patient ?

Vous le collez à un endroit que vous voyez tous les jours.

Ensuite, complétez mentalement – ou au dos – cette phrase :
“Lors de ma prochaine consultation où …, je demanderai …” »

POUR ALLER PLUS LOIN

- Une newsletter mensuelle, courte sur nos actions à venir
- Des infos sur nos réseaux FB, Insta et Tiktok
- Des supports à utiliser avec vos patients
- Conférence de presse
  11e Semaine de la Santé Auditive au Travail
  (12-16 oct.2026)
  Jeudi 15 octobre 2026 de 10h à 11h00



LÉA BRUSSET

à bientôt !

mes coordonnées



06 18 76 63 24
peaceandsound.prevention@gmail.com