

## Définition

Le son est une sensation auditive provoquée par une onde acoustique. D'un point de vue purement physique, il s'agit d'une vibration se propageant à travers divers milieux ou matériaux (air, eau, acier). Comme tout phénomène vibratoire, le son se caractérise par son intensité (ou volume sonore), sa fréquence (grave ou aiguë) et sa durée.

Bruit : Défini par l'académie française comme un « son ou ensemble de sons qui se produisent en dehors de toute harmonie régulière », on parle de bruit pour désigner un son qui nous dérange, nous déplaît ou nous aresse.

**Monsieur  
BRUIT**



## Notions de son et bruit

Si la sensation de douleur se manifeste vers 120 dB (A), la fatigue auditive survient bien en dessous de ce seuil. Notre oreille commence à souffrir sans que nous le sachions, à partir d'une exposition à 85 dB (A) pendant 8 heures. L'exposition répétée à des niveaux sonores élevés détruit peu à peu les cellules ciliées de l'oreille interne et conduit à une perte auditive progressive et insidieuse.

Le danger représenté par une exposition au bruit est fonction du niveau sonore et de la durée d'exposition. On emploie fréquemment le niveau sonore équivalent (Leq) afin d'évaluer la dose de bruit reçue pendant un temps déterminé.

**Le bruit  
dégagé  
sous un  
préau  
dans une  
école est  
en  
moyenne  
de  
105 dB**



## Sources d'émissions

Les bruits courants émis/entendus au sein des bâtiments d'habitation ont pour principales origines les voies humaines, les appareils de type radio, télévision ou ordinateur, les appareils électroménagers et les équipements du bâtiment. Les nuisances sonores au sein de l'habitat peuvent quant à elles avoir deux origines : le comportement des occupants des logements et l'insuffisance d'isolation acoustique du bâtiment.



**ECOCENE**

Pour comprendre et participer au développement durable en Béarn

# « Bruit et son »

## Impacts sur la santé

L'excès de bruit a des effets sur l'audition qui se traduisent par la fatigue auditive qui est temporaire et les pertes auditives partielles ou totales qui sont irréversibles et peuvent être très handicapantes dans la vie de tous les jours.

De plus, contrairement à une idée reçue, le bruit n'impacte pas seulement le système auditif, il perturbe la communication, altère le sommeil, est facteur de stress et peut entraîner des dysfonctionnements de l'organisme, qu'il s'agisse de l'acuité visuelle, du système cardiovasculaire ou encore de l'équilibre psychologique. Le bruit peut affecter l'individu et entraîner des troubles de formes très diverses : perturbation du sommeil, désordres cardiovasculaires, troubles digestifs, effets sur le système endocrinien, aggravation des états anxio-dépressifs.

**3000 zones de bruit critiques sont répertoriées en France**

## Les bons gestes

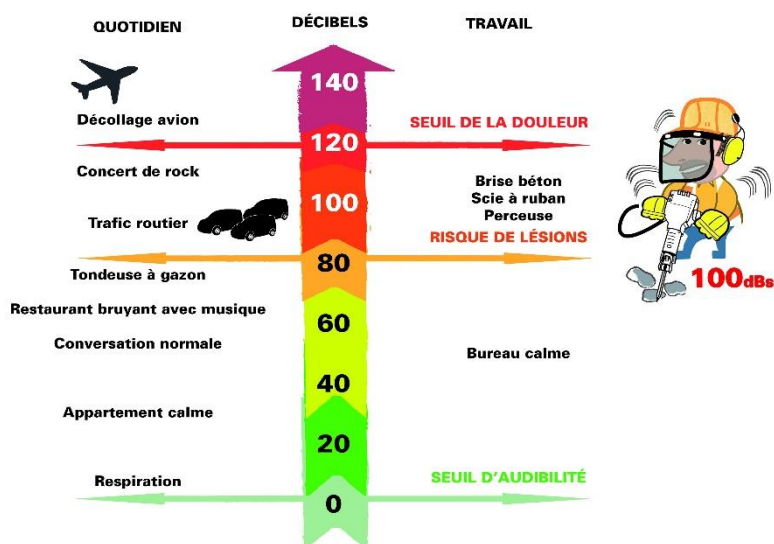
Écrans acoustiques le long des routes, isolation des façades...

Limiter la propagation du bruit dans les bâtiments et favoriser l'isolation acoustique

Réduire la vitesse des véhicules, isolation acoustique des bâtiments, réductions à la source (moteurs) et revêtements moins bruyants.

En concert et en discothèque > S'éloigner des haut-parleurs > S'accorder des pauses (30 minutes toutes les 2 heures) > Porter des bouchons d'oreilles.

Pour les utilisateurs de baladeurs > Éviter l'écoute à plein volume > Ne pas écouter plus d'une heure par jour à volume moyen



## En chiffres

5 millions de Français souffrent de problèmes d'audition dont 2 millions ont moins de 55 ans. (AFSSET, 2004)

En France, 44% des jeunes de 20 ans ont des déficits auditifs

© Editions Tissot

ars Agence Régionale de Santé Aquitaine

GRAINE Aquitaine

ECOCENE

ECOCENE - Maison Leroy - 6 place JB Bareille - 64000 PAU

Tel : 05.59.32.12.36 ► courriel : info@ecocene.fr ► <http://www.ecocene.fr>