

# Protégez vos oreilles!



Aussi disponibles :

Protégez votre dos! / Protect Your Back! LT-006-08-03  
Ces mains qui travaillent! / Our Hands at Work! LT-008-08-03  
Protégez vos yeux! / Protect Your Eyes! LT-007-08-03  
Protégez votre tête! / Protect Your Head! LT-149-06-04  
Protégez vos pieds! / Protect Your Feet! LT-148-06-04  
Protégez votre peau! / Protect Your Skin! LT-158-09-05

Vous pouvez obtenir d'autres exemplaires de cette publication, en indiquant le numéro de catalogue du Ministère LT-045-08-03 :

Centre de renseignements  
Ressources humaines et  
Développement des compétences Canada  
140, Promenade du Portage  
Phase IV, niveau 0  
Gatineau (Québec)  
K1A 0J9  
Télécopieur : (819) 953-7260  
Courriel : [publications@hrsdcc-rhdcc.gc.ca](mailto:publications@hrsdcc-rhdcc.gc.ca)

Médias substitués disponibles sur demande. Faites le 1 866 386-9624 (sans frais) sur un téléphone à clavier.

©Sa Majesté la Reine du Chef du Canada, 2003

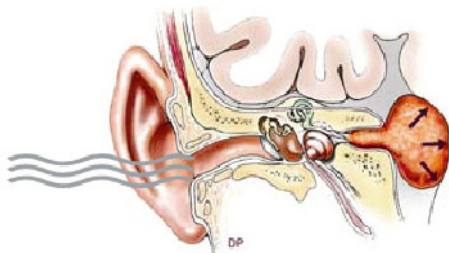
No de cat. : L2-40/2003  
ISBN : 0-662-67588-6

---

## — Protégez vos oreilles!

### — Qu'est-ce que le son?

Lorsque vous tapez des mains, donnez un coup de marteau ou fredonnez une chanson, l'air environnant se déplace sous forme d'ondes, un peu comme les vagues sur l'eau. Ces ondes heurtent le tympan, sorte de tambour qui, par une série d'osselets, transmet ces vibrations à un liquide contenu dans un tube spécial roulé en forme de limaçon. Les parois de ce tube sont recouvertes de cils. Si le son est grave, il n'ira pas loin. Si le son est aigu, il ira loin dans la cochlée. Selon l'endroit où les cils vibrent dans l'oreille, le son sera différent.



### — Qu'est-ce que le bruit?

La meilleure définition que l'on puisse donner au bruit est qu'il est un son désagréable. La plus belle chanson peut vous paraître comme un bruit si vous essayez de dormir. Un autre son peut vous sembler intolérable simplement parce qu'il est trop fort.

Il n'existe aucun moyen direct de mesurer le bruit. On ne peut que mesurer le son sous forme de pression de l'air exercée sur le tympan. À partir de critères déterminés par des expériences, on peut juger qu'un niveau acoustique est intolérable ou dangereux pour l'ouïe.

### — Le son est-il dommageable?

Dans certaines circonstances, oui. Cela dépend de divers facteurs. Les plus importants sont le niveau du son, sa hauteur tonale ou sa fréquence, la durée d'exposition et la manière dont vous réagissez

---

---

au son.

Tout le monde sait que l'organisme s'affaiblit avec l'âge et qu'il fonctionne de moins en moins bien. La fonction de l'ouïe n'échappe pas à cette règle. Vos facultés auditives diminuent à mesure que vous vieillissez. L'ampleur des pertes auditives peut varier d'une personne à l'autre, mais elles n'en sont pas moins réelles. L'exposition prolongée à des niveaux acoustiques élevés accélère ces pertes auditives.

### — Est-ce que le bruit dérange tout le monde?

La plupart des personnes disent s'habituer aux bruits qui les entourent, notamment lorsque ces bruits font partie de leur environnement quotidien. Elles racontent qu'elles y sont « accoutumées » ou que « le bruit ne les dérange pas ». Cela ne veut pas dire que le fait d'être continuellement exposé aux bruits n'endommage pas leur faculté auditive. Au contraire, cela pourrait vouloir dire que leur ouïe est déjà endommagée. Par conséquent, les bruits élevés ne les dérangent pas puisqu'elles sont partiellement sourdes!

Le bruit endommage l'ouïe même si vous ne ressentez aucune douleur. Le phénomène est tellement lent que la plupart des gens pourraient perdre leurs facultés auditives sans s'en rendre compte. Certaines personnes compensent leurs pertes auditives en lisant sur les lèvres et en augmentant le volume de la radio, de la chaîne stéréo ou du téléviseur.

D'autres sont peu sensibles aux niveaux acoustiques élevés. Malheureusement, il n'est pas possible de le savoir d'avance. Par conséquent, si vous ne prenez pas les précautions nécessaires pour protéger votre ouïe contre les niveaux acoustiques élevés, vous risquez de perdre vos facultés auditives. Lorsque vous vous rendez compte que vous n'entendez plus, il sera alors trop tard. N'oubliez jamais que les pertes auditives causées par une

---

---

exposition à des niveaux acoustiques élevés sont permanentes, car ceux-ci détruisent les cils dans le limaçon. Et ils ne repousseront pas!

### — **Que faire au sujet du bruit dans votre milieu de travail?**

Si votre employeur est de compétence fédérale, la partie II du *Code canadien du travail* vous garantit la protection de votre santé dans votre milieu de travail. La partie VII du *Règlement canadien sur la santé et la sécurité au travail*, intitulée « niveaux acoustiques », traite de l'exposition aux bruits élevés en milieu de travail. Tous les employeurs de compétence fédérale doivent respecter ce *Règlement*.

Si vous croyez être régulièrement exposé à des niveaux acoustiques élevés dans votre milieu de travail, informez-en votre employeur. Celui-ci doit confier à une personne qualifiée la responsabilité de faire enquête, en collaboration avec le comité local de santé et de sécurité.

Rappelez-vous que vos facultés auditives sont en jeu. Par conséquent, si vous croyez que vous êtes exposé à des niveaux acoustiques excessifs dans votre milieu de travail, n'hésitez pas à poser des questions à votre employeur, à votre syndicat, à votre comité ou à votre représentant en santé et sécurité.

Si votre employeur n'est pas de compétence fédérale, nous vous conseillons de communiquer avec les autorités provinciales ou territoriales chargées de la protection de la santé et de la sécurité du travail.

---

---

## — Partie VII du Règlement – « Niveaux acoustiques »

La partie VII du *Règlement* a pour objet de vous éviter des problèmes d'audition. Le *Règlement* ne précise pas un niveau de pression acoustique maximal. Il porte plutôt sur l'exposition moyenne au bruit. On utilise l'expression « niveau d'exposition », qui vise tant le niveau acoustique que la période pendant laquelle vous y êtes exposé.

Le *Règlement* stipule que votre niveau d'exposition doit être, en moyenne, d'au plus 87 dBA, au cours d'une période de huit heures.  
**Durée maximale d'exposition permise en vertu du Règlement**

Niveau Acoustique en dBA	Durée maximale d'exposition en heures par employé par période de 24 heures	Niveau Acoustique en dBA	Durée maximale d'exposition en heures par employé par période de 24 heures
87	8,0	104	0,16
88	6,4	105	0,13
89	5,0	106	0,10
90	4,0	107	0,080
91	3,2	108	0,064
92	2,5	109	0,050
93	2,0	110	0,040
94	1,6	111	0,032
95	1,3	112	0,025
96	1,0	113	0,020
97	0,80	114	0,016
98	0,64	115	0,013
99	0,50	116	0,010
100	0,40	117	0,008
101	0,32	118	0,006
102	0,25	119	0,005
103	0,20	120	0,004

---

---

Vous pouvez ainsi être exposé à des niveaux acoustiques de plus de 87 dBA pendant de courtes périodes pourvu que la moyenne sur huit heures ne dépasse pas 87 dBA. (Voir le tableau ci-bas).

Le dBA est l'unité de mesure de la pression acoustique qui arrive au tympan. On le mesure avec un sonomètre pour obtenir le niveau actuel ou un dosimètre pour obtenir une moyenne sur une période donnée, par exemple, huit heures.

— **Quelles mesures pouvez-vous prendre si les niveaux acoustiques dans votre milieu de travail sont supérieurs aux limites?**

En vertu du *Règlement*, l'employeur est tenu de maintenir votre niveau d'exposition au bruit sous les 87dBA en ayant recours à des dispositifs techniques pour atténuer le bruit ou en écourtant la durée d'exposition. Si, malgré ses efforts, votre niveau d'exposition risque de dépasser 87dBA, l'employeur doit présenter un rapport à Développement des ressources humaines Canada – Programme du travail, en remettre une copie au comité local ou au représentant de santé et de sécurité, et vous fournir les protecteurs auditifs appropriés.

— **Voici des mesures que doit prendre l'employeur pour protéger votre ouïe :**

- Si vous courez un risque, même minime, d'être exposé à des niveaux acoustiques élevés, l'employeur est tenu de demander à une personne qualifiée de faire une enquête à ce sujet.
  - Si le niveau d'exposition au bruit oscille entre 84 et 87dBA, cette personne qualifiée doit déterminer si vous devez porter des protecteurs auditifs ou non.
  - Si le niveau d'exposition au bruit est égal ou supérieur à 84 dBA, l'employeur doit vous remettre de l'information expliquant les dangers reliés à une exposition à des niveaux acoustiques élevés et doit afficher le rapport de l'enquête dans un endroit bien en vue sur le lieu de travail.
-

- 
- Si vous avez besoin de protecteur auditif, votre employeur, en consultation avec le comité local ou le représentant de santé et de sécurité doit vous former sur la façon de l'ajuster, de l'entretenir et de l'utiliser.
  - Des panneaux d'avertissement doivent être placés dans les lieux de travail où il y a risque d'exposition à des niveaux acoustiques élevés.

Selon le *Règlement*, toute personne, autre qu'un employé, visitant le lieu de travail doit porter un protecteur auditif si son niveau d'exposition au bruit est susceptible de dépasser 87 dBA.

### — **Comment pouvez-vous savoir si le niveau acoustique est trop élevé?**

Si vous devez parler à haute voix lorsque vous êtes côte à côte ou en face de quelqu'un ou si vous devez crier directement dans l'oreille d'une personne pour vous faire entendre, il est plus que probable que le niveau acoustique auquel vous êtes exposé dépasse les limites permises.

### — **Comment pouvez-vous savoir que vous perdez vos facultés auditives?**

- Si, à la fin de votre journée de travail, vous entendez des bruits sourds, des sifflements, des pneus qui se dégonflent ou des tintements, vous avez probablement été exposé à des bruits qui dépassent votre niveau de tolérance personnelle.
- Si, à la fin de votre journée de travail, les sons de la voix ou de la musique vous semblent assourdis ou si vous avez de la difficulté à distinguer les sons aigus, comme les notes de musique élevées ou les voix d'enfants, mais qu'après une bonne nuit de sommeil, votre ouïe revient à la normale, c'est que vous avez souffert d'une surdité temporaire. À la longue, ces pertes auditives partielles peuvent entraîner une détérioration permanente de l'ouïe.

Si vous remarquez l'un ou l'autre de ces phénomènes, consultez



---

un professionnel de la santé afin de cerner le problème et ses causes éventuelles. Il vous posera des questions sur votre état de santé, votre ouïe et vos antécédents de travail, et il prendra les dispositions nécessaires pour faire vérifier vos facultés auditives. Une fois votre dossier étayé, il fera, à votre demande, des recommandations à l'intention de votre employeur, de votre comité local ou de votre représentant de santé et de sécurité.

### — **Y a-t-il autre chose que vous devriez savoir?**

Vous devriez savoir que votre lieu de travail n'est pas le seul endroit où vous êtes susceptible d'être exposé à des niveaux acoustiques élevés. Plusieurs activités récréatives, comme la motoneige, la course automobile, le canot à moteur et le tir au fusil

---

