

Ambiance sonore au travail

Comprendre, évaluer et réduire le risque bruit avant l'atteinte auditive.

Version opérationnelle — vérification réglementaire : 12/06/2026

Le bruit est une fluctuation de l'air perçue par l'oreille puis interprétée par le cerveau. Il devient un risque professionnel dès qu'il gêne le travail, masque les signaux utiles ou dépasse les seuils réglementaires. L'objectif : **réduire le bruit à la source**, tracer l'évaluation dans le DUERP et adapter les protections.

Que faut-il comprendre ?

- Un même son peut être utile, agréable ou dérangeant selon la situation.
- Plus le niveau augmente, plus le risque de fatigue, d'erreur et de lésion auditive augmente.
- Les décibels ne s'additionnent pas « normalement » : deux sources identiques ajoutent environ **+3 dB**.
- Les pics brefs comptent aussi : ils sont suivis avec le niveau de crête **Lp,c**.

40 dBvoix basse 55 dB open space 80 dBAction 85 dBrenforcé 120 dB douleur

Repères indicatifs : l'exposition réelle dépend de la durée, de la distance, des locaux, des machines et de la coactivité.

Quand suspecter un risque ?

- Vous devez élever la voix pour parler à 1 m.
- Machines, compresseurs, moteurs, impacts ou vibrations.
- Local confiné, réverbération, surfaces dures, atelier fermé.
- Bourdonnements ou oreilles « cotonneuses » en fin de poste.
- Difficulté à entendre les conversations en cantine, vestiaires ou trajet.
- Besoin d'augmenter le volume radio/télé après le travail.

Réflexe terrain : si la parole devient difficile ou si la zone est signalée « bruit », demander une mesure ou une mise à jour du DUERP.

Quels seuils réglementaires appliquer ?

Seuil	Lex,8h	Lp,c	Actions clés à déclencher
Valeur inférieure déclenchant l'action VAI	80 dB(A)	135 dB(C)	Mise à disposition des PICB ; information/formation ; examen audiométrique préventif à la demande du travailleur ou du médecin du travail ; intégration au DUERP.
Valeur supérieure déclenchant l'action VAS	85 dB(A)	137 dB(C)	Programme de mesures techniques ou organisationnelles ; signalisation et limitation d'accès ; port effectif des PICB ; surveillance médicale renforcée.
Valeur limite d'exposition VLE	87 dB(A)	140 dB(C)	Dépassement interdit. Mesures immédiates de réduction, recherche des causes et adaptation des protections pour éviter le renouvellement.

Attention : la VLE tient compte de l'atténuation réelle des PICB portés ; les valeurs d'action VAI/VAS s'apprécient sans déduire cette atténuation.

Quels effets surveiller ?

AUDITIFS

- fatigue auditive ;
- acouphènes ;
- hypersensibilité ;
- baisse progressive de l'audition.

NON AUDITIFS

- irritabilité, stress ;
- fatigue cognitive ;
- troubles du sommeil ;
- accident par masquage d'alarme ou de consigne.

Une gêne sonore répétée peut exister même sous les seuils lésionnels : elle doit être traitée dans l'organisation du travail.

Comment évaluer le poste ?

- Identifier les sources : machines, outils, air comprimé, chocs, circulation.
- Observer les durées : poste, tâches, pauses, coactivité, pics.
- Mesurer si nécessaire : sonomètre, dosimètre, cartographie des zones.
- Comparer à Lex,8h et Lp,c ; consigner dans le DUERP.
- Relier chaque dépassement à une action datée : responsable, échéance, preuve.

DUERP Mesures PICB Formation

Agir sur le bruit

Mesures de prévention, documents à demander, vigilance C2P.



Que faut-il faire en priorité ?

1. RÉDUIRE À LA SOURCE

- acheter moins bruyant ; entretenir ; supprimer impacts inutiles ; réduire air comprimé ; isoler vibrations.

2. PROTÉGER COLLECTIVEMENT

- capotage, encoffrement, écrans, traitement acoustique, absorption, éloignement des postes.

3. ORGANISER LE TRAVAIL

- limiter temps d'exposition, alterner tâches, planifier pauses, éloigner salariés, signaler zones.

4. COMPLÉTER PAR LES PICB

- mettre à disposition, imposer au-delà des VAS, former à l'ajustement et contrôler le port réel.

Quels documents demander ?

- DUERP et liste d'actions bruit par unité de travail.
- Rapports de mesurage, dosimétries, cartographie sonore.
- Fiches machines : niveau sonore, maintenance, notices.
- Programme de réduction : responsable, délai, budget, preuve.
- Signalisation, consignes, limitation d'accès, procédures de pause.
- Fiches PICB : SNR/HML, compatibilités casque/lunettes, tailles.
- Traçabilité formation/information, essais d'ajustement si réalisés.
- Avis SPST / médecin du travail, suivi audiométrique non nominatif.

Quels PICB choisir ?

- Adapter au bruit réel, à la fréquence, au confort et à la durée de port.
- Vérifier l'atténuation utile : le SNR de laboratoire surestime souvent le terrain.
- Éviter la surprotection : elle peut masquer alarmes, engins et consignes.
- Former : mains propres, insertion, étanchéité, stockage, remplacement.
- Tester plusieurs solutions : bouchons moulés, préformés, arceau, casque, coquilles sur casque.

Les PICB ne remplacent pas les mesures à la source : ils complètent la prévention collective.

Quand penser C2P ?

Facteur bruit C2P	Intensité minimale	Durée minimale
Exposition moyenne sur 8 h	≥ 81 dB(A)	600 h/an
Niveau de crête	≥ 135 dB(C)	120 fois/an

Le C2P s'apprécie après application des mesures de protection collective et individuelle. Si les seuils sont atteints, l'employeur doit déclarer l'exposition.

Réflexes à retenir

- Faire le lien bruit ⇔ tâches ⇔ durée ⇔ pics ⇔ DUERP.
- Traiter d'abord la source : machine, process, local, maintenance.
- Formaliser les dépassements : qui agit, quoi, quand, preuve.
- Demander l'avis du SPST pour les postes exposés ou sensibles.
- Former les salariés exposés et vérifier le port effectif des PICB.
- Réexaminer après modification : machine, local, cadence, coactivité.

Points de vigilance

- Ne pas confondre gêne sonore et absence de risque : la gêne peut générer erreurs et fatigue.
- Ne jamais accepter une VLE dépassée, même ponctuellement, sans mesures immédiates.
- Ne pas choisir des PICB uniquement sur le SNR : ajustement, confort et port réel sont déterminants.
- Vérifier les signaux utiles : alarmes, voix, circulation, engins, radios.
- Penser aux situations atypiques : nettoyage, maintenance, essais, intérimaires, sous-traitants.

Références / réglementation / recommandations

Code du travail — bruit

R.4431-2 seuils 80/85/87 dB(A) ; R.4431-3 atténuation PICB.
R.4432-1 prévention et réduction au minimum.
R.4433-1 évaluation / mesurage.

Santé / surveillance

R.4435-1 surveillance médicale renforcée.
R.4435-2 examen audiométrique préventif.

Actions / suivi

R.4434-2 programme de réduction ; R.4434-3 signalisation.
R.4434-7 PICB ; R.4436-1 formation.

C2P / recommandations

D.4163-2 seuils bruit C2P.
INRS — réglementation bruit ; INRS — effets santé.