

M'entendez-vous?

par Michel Guay

Nous savons comment trop de stress peut nuire à notre santé nous en avons parlé abondamment dans les articles précédents. Maintenant, examinons plus en détail une source de stress très importante dans nos industries, le bruit.

La surdité due au bruit est un phénomène social important puisqu'elle est la maladie professionnelle qui touche le plus grand nombre de travailleurs. On considère que la surdité professionnelle, affecte 60% des travailleurs oeuvrant dans le secteur manufacturier.

Selon l'Organisation mondiale de la santé, à partir d'un niveau de 75 décibels (dB)

pendant huit heures, on peut commencer à ressentir une diminution des capacités auditives. Évidemment plus le nombre de dB est élevé, plus les risques sont grands.

- Seuil d'audition : 10 dB
- Chuchotement : 30 dB
- Conversation : 60 dB
- Circulation urbaine : 90 dB
- Concert Rock : 120 dB
- Moteur à réaction à une distance de 10 mètres : 150 dB.



«La norme de bruit au Québec est de 90 décibels pendant huit heures, même si on sait depuis longtemps que les dommages à l'ouïe peuvent commencer dès 75 décibels» (Collège québécois des médecins de famille)

On sait qu'au Québec, plus de 400 000 travailleurs sont exposés à des doses de bruit supérieures à 85 dB par 8 heures, il n'est donc pas étonnant de constater autant de problèmes d'audition chez les travailleurs.

En résumé, le son n'est perceptible qu'à partir de 10 dB et il commence à affecter notre santé à partir de 75 dB, il devient dangereux à partir de 85 dB. Il est important de réaliser que la douleur auditive n'apparaît qu'à 120 dB, donc de 85 à 120 dB, l'oreille est à risque de lésions irréversibles sans que l'on puisse s'en rendre compte parce que cela ne fait pas mal ! En guise d'allégorie on pourrait dire qu'être exposé continuellement à un bruit d'intensité supérieure à 75 dB c'est comme inhaler continuellement un poison non violent et inodore.

L'affaiblissement des capacités auditives se fait graduellement. On commence par réaliser que l'on entend moins bien puis au fil du temps cette perte d'audition s'installe insidieusement de façon permanente. Malheureusement, on se retrouve souvent devant une maladie somme toute irréversible. Il est impératif de se protéger car malheureusement souvent le bruit n'est pas diminué à sa source. On vous demande à vous de faire un mur de protection face au bruit, la plupart du temps les protecteurs d'oreilles diminuent le bruit de plus ou moins 10 dB, faites

le calcul. Si vous travaillez dans un environnement à 90 dB, votre protection vous ramène à un seuil de 80 dB et alors lentement mais sûrement vous stresserez votre organisme et vous affectez votre audition.

De fait, le lien entre le niveau de bruit et les problèmes auditifs est bien connu, ce qui l'est moins c'est le lien entre l'intensité du bruit et le niveau de stress. On sait qu'à partir de 75 dB le corps doit faire un effort d'adaptation. On sait que le bruit stress, mais réalise-t-on les conséquences qu'un bruit intense (75 dB et plus) pourrait entraîner.

De fait, un bruit continu dépassant les 75 dB pourrait avoir un effet aussi stressant qu'une mauvaise relation au travail ou qu'un problème de couple ou d'argent. Le bruit n'affecte pas que l'oreille interne, à vrai dire l'oreille est la voie par laquelle le bruit entre en nous, par la suite c'est tout notre système qui en subit les conséquences. Le stress n'est pas regardant sur ce qui le génère, une lumière continuellement trop intense, une odeur désagréable et persistante, en fait tout effort d'adaptation qui serait continue affecterait notre corps, car il l'épuiserait.

Il serait peut-être important de réaliser que l'être humain est un tout et qu'en affecter une partie, affecte le tout, m'entendez-vous?

Pour plus d'information concernant la surdité comme maladie professionnelle : www.csst.qc.ca/fr/13_publications/index.html

Si vous avez des remarques ou des questions concernant cet article ou les articles précédents : Michel Guay, courriel : esprit@videotron.ca

CAL-Québec
Association Canadienne de Gestion de la Chaîne d'Approvisionnement de la Logistique

4^e Tournoi de golf bénéfice

Au profit de l'Association québécoise pour les enfants malades du coeur

**Jeudi, 5 septembre 2002
Club de golf Bonniebrook**

La journée inclut :

- le brunch
- la journée de golf (formule Vegas)
- la voiturette
- le banquet
- cadeaux aux golfeurs

Pour vous inscrire contactez Denise Boyer au (514) 852-8448
Courriel : denise.boyer@progistix.com

Nos commanditaires majeurs


Taswinat


techniRACK


Pritz Companies


Entourage


LOGIRACK


PRO-GISTIX


pertech


McCarthy Technic


LOGISTICS