

Nous entendons le bruit, parlons-en aussi !



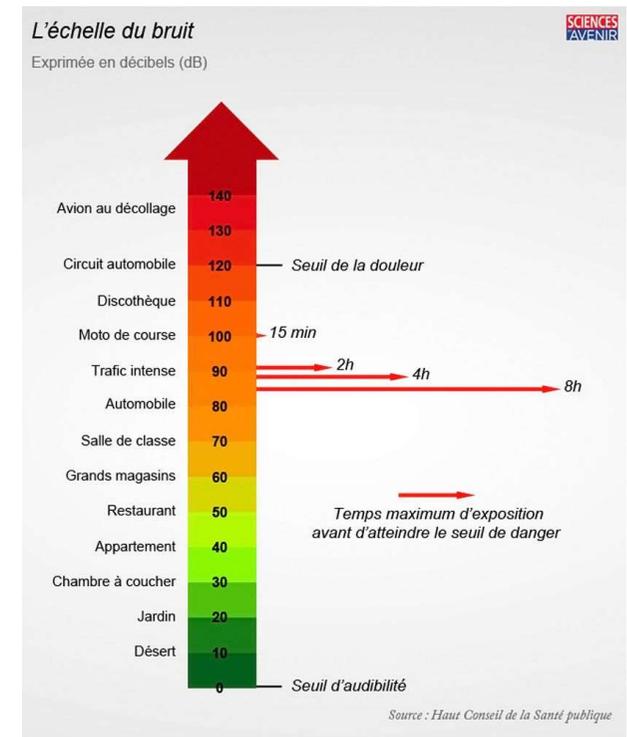
Agir sur la **pollution sonore** dans le **territoire** de Saint-Louis
Agglomération

Par DELPHINE FRANCK

Gérante coordinatrice de maison de santé pluriprofessionnelle
Diététicienne nutritionniste

Comprendre le bruit

- C'est une sensation auditive perçue par l'oreille
- On parle de bruit lorsque que le son ou un ensemble de sons est considéré comme gênant
- On parle d'intensité de bruit (en décibels)
- Il existe deux types de bruit :
 - Le bruit environnant
 - Le bruit au travail
- Le bruit est encore considéré comme un risque de « second rang », et pourtant...





Jouons ensemble ...



ASPIRATEUR



MARTEAU-PIQUEUR



**AVION AU
DECOLLAGE**



MOTO



CONCERT



CANTINE

ASPIRATEUR



MARTEAU-PIQUEUR



AVION AU DECOLLAGE



MOTO



CANTINE

CONCERT



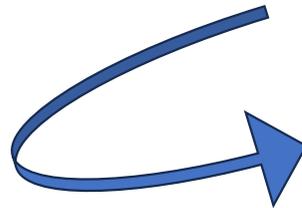
Les recommandations Santé

BRUIT ENVIRONNANT (OMS 2018)

- Trafic routier : 45 (nuit) à 53 dB
- Trafic aérien : 40 (nuit) à 45 dB
- Trafic ferroviaire : 44 (nuit) à 54 dB
- Loisirs : 70 dB
- Chambre à coucher : 30 dB
- Période diurne : 50 à 55 dB
- Période nocturne : 40 dB

BRUIT AU TRAVAIL (INRS 2023)

- < 80 dB pour une journée de 8 heures de travail



Le bruit est l'objet de **préoccupations croissantes**. Il faut protéger les populations des effets néfastes du bruit.

Principaux risques en santé

- Effets cardiovasculaires et métaboliques
- Désagrément
- Effets sur le sommeil
- Troubles cognitifs
- Déficience auditive et acouphènes
- Issues indésirables de grossesse
- Qualité de la vie dégradée
- Impact sur la santé mentale



Enquête auprès des habitants de SLA - résultats

De juin à août 2023



Le BRUIT dans Votre Quotidien



TRAFICS aérien, ferroviaire et routier

BRUITS au travail et dans les loisirs



Des Français sont gênés par le bruit dans leur vie quotidienne
(Source : OMS 2018)

Moins 3 ans de vie en bonne santé en habitant près des aéroports parisiens
(Source : Echos Paris 2019)



Des patients anxiodépressifs évoquent le bruit comme facteur de nuisance
(Source : ADVOCNAR 2010)



4 risques majeurs pour Votre Santé

Cardiovasculaires, perturbations du Sommeil, gêne sonore, troubles de l'apprentissage ou de la concentration

Protégez-Vous !

Vous habitez Saint-Louis Agglomération?

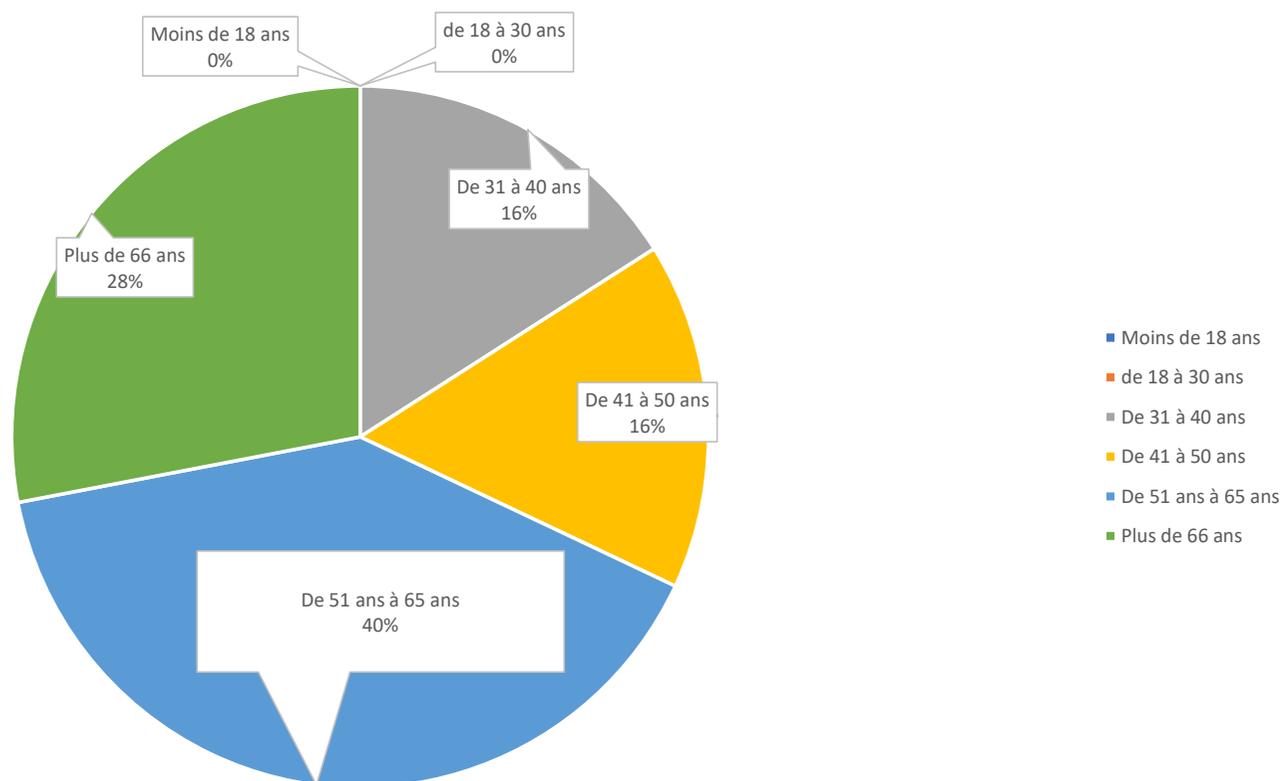
Participez à l'enquête en remplissant ce questionnaire



SCAN ME

→ Soit un total de 30 réponses avec les coordonnées des habitants.

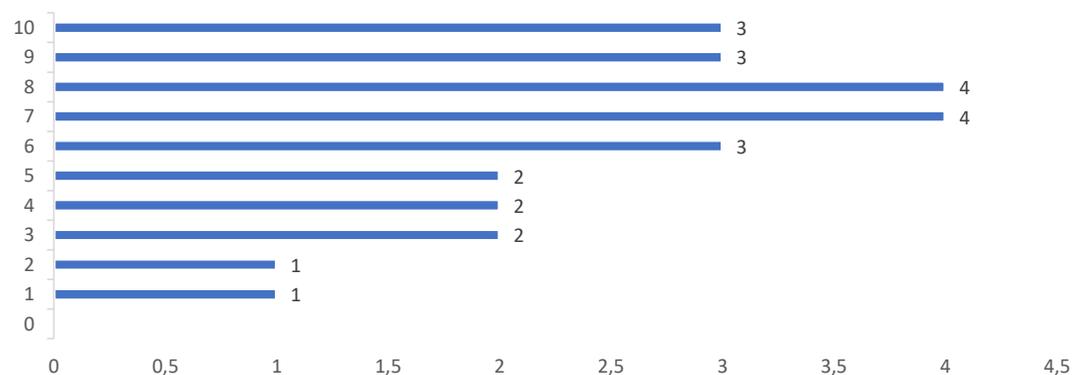
→ Soit un total de 25 habitants interrogés en entretien individuel

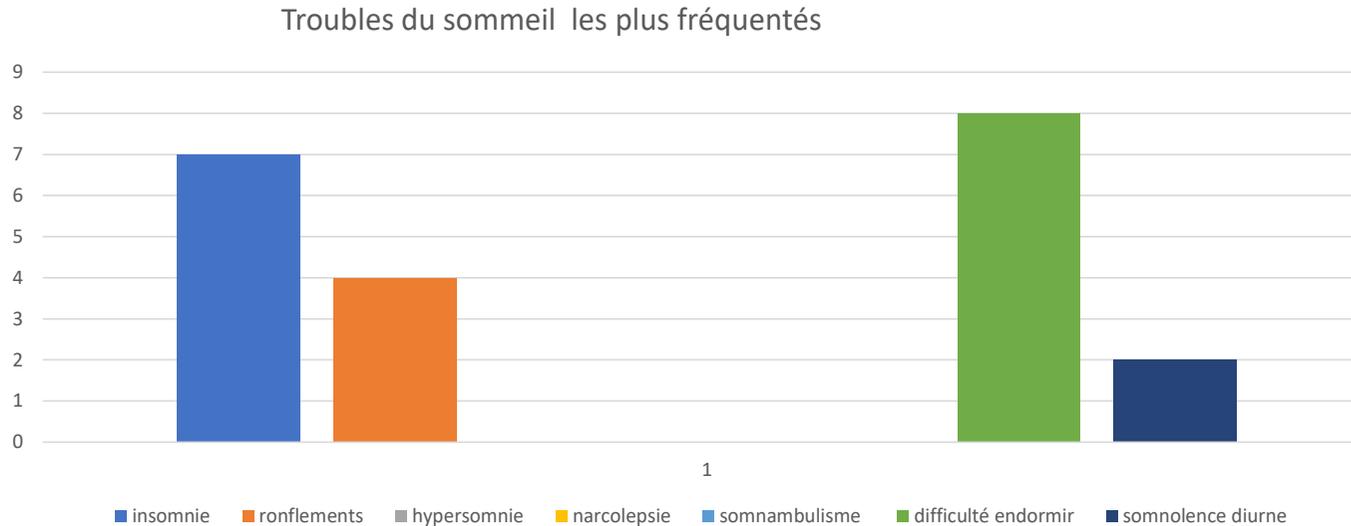


Contexte n°1 : BRUIT ET SOMMEIL

- Les troubles du sommeil ne sont pas forcément liés aux problèmes de santé
- Indépendamment du bruit, le sommeil pourrait être dégradé par l'obésité et l'apnée du sommeil.
- Seules 4 personnes interrogées présentent ces problèmes de santé soit 16% de l'échantillon interrogé.
- On peut en conclure **qu'une majorité d'individus souffrent du bruit sans influence médicale.**
- Le bruit est une gêne importante pendant la **période nocturne**
- D'après ce graphique, 17 personnes interrogées (soit 68%) constatent que le bruit impacte leur sommeil au-delà de 6/10, et 40% au-delà de 8/10.

Impact du bruit sur le sommeil





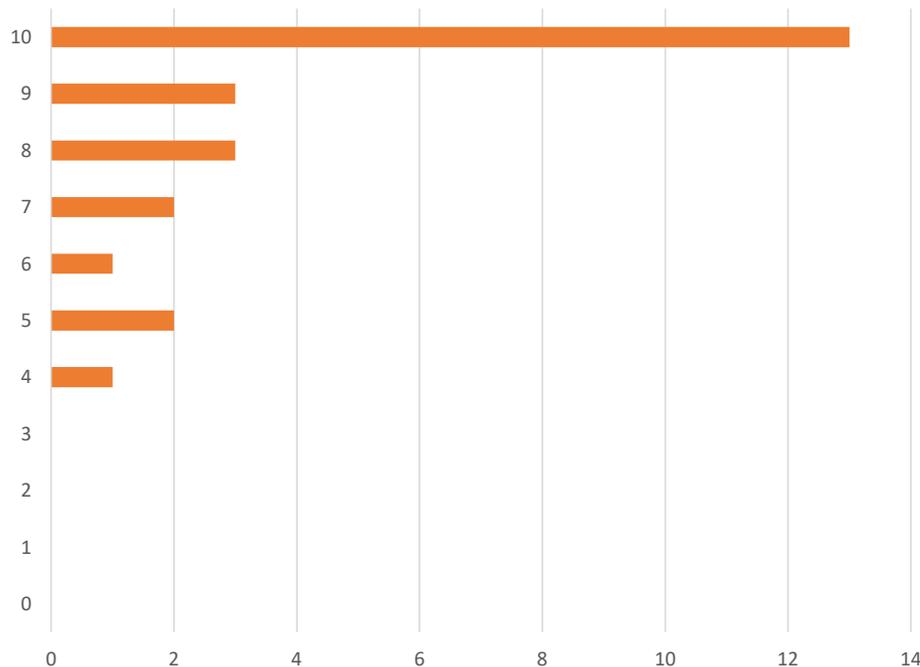
Plus de 50% de l'échantillon se plaignent de **troubles du sommeil en lien avec le bruit environnant** (plutôt externe à leur domicile). Les troubles les plus rencontrés la nuit sont **l'insomnie et la difficulté d'endormissement**.

Ces troubles semblent être augmentés en fonction de la saisonnalité (été > hiver), du stress et de la pleine lune.

L'étude CREDOC constate également un impact plus important en été qu'en hiver.

Contexte n°2 : BRUIT ENVIRONNANT

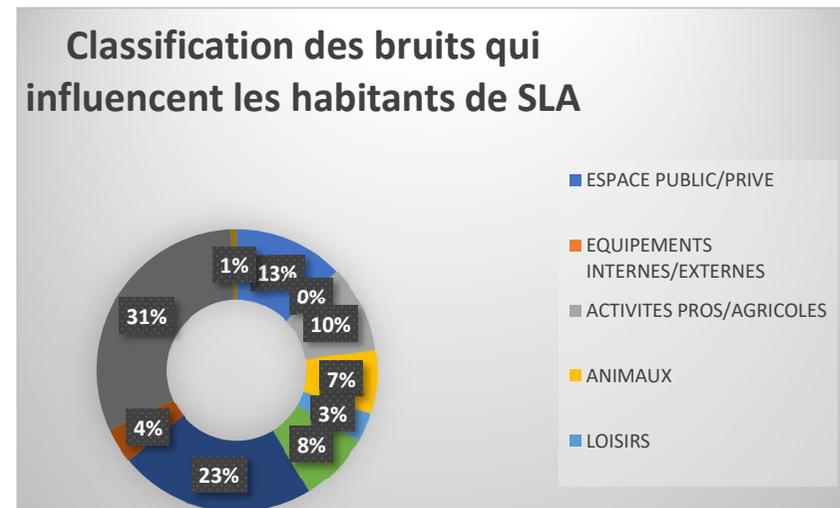
Globalement, à quel niveau la pollution sonore impact votre santé et votre qualité de vie ?



- Même si les personnes n'ont pas de troubles du sommeil, le bruit reste un élément impactant leur qualité de vie globale :
 - 76% des personnes interrogées estiment que le bruit retentit sur leur santé à hauteur de 8/10
 - et 88% à hauteur de 6/10.

Les principales sources de bruits environnants sont:

- En premier l'aéroport (31%),
- En deuxième le trafic routier (23%),
- En troisième les activités professionnelles, agricoles, chantiers, travaux (18%),
- En quatrième le voisinage privé ou public (13%).



Ces résultats sont influencés par la proximité avec l'aéroport Bâle-Mulhouse puisque 16% des personnes interrogées habitent dans le plan de gêne sonore de l'aéroport et 52% juste à la limite, soit un total de 68% qui souffrent des vols d'avion réguliers.

Il aurait été préférable que des personnes de villages plus éloignés se manifestent pour participer à l'enquête.

Importance du territoire

D'après mes différentes lectures, les « podiums » des bruits gênants peuvent être très différents. En voici quelques exemples.

Source	Numéro 1	Numéro 2	Numéro 3
Etude CREDOC ² (page 31)	Trafic routier	Voisinage	Activités pros, agricoles et chantiers
Dossier ADSP ¹ (page 11)	Trafic aérien	Trafic ferroviaire	Trafic routier
Etude SFSP (page 508)	Trafic routier	Voisinage	Trafic aérien

D'où l'importance **de tenir compte du territoire pour la réalisation d'un diagnostic de santé objectif.**

Il aurait pu être intéressant également de connaître le type de logement dans lequel les personnes habitent. L'étude CREDOC s'y est intéressée et obtient des résultats plus mauvais en appartement qu'en maison.

Contexte n°3 : BRUIT AU TRAVAIL

- **Le bruit au travail est amplifié dans les bureaux ouverts.**

La moitié des travailleurs souffrent du bruit au travail. Les travailleurs concernés par cette gêne acoustique exercent presque tous dans des bureaux ouverts ou des bureaux de transit. Ce mode d'exercice professionnel est de plus en plus fréquent aujourd'hui, notamment sur le territoire de SLA avec la proximité de la Suisse.

- **La somnolence est un signe à repérer même s'il n'existe pas de troubles de sommeil.**

Sur les 13 travailleurs interrogés, 9 ont des résultats négatifs concernant les tests de somnolence et de qualité de sommeil, soit 63,2%. Seulement un homme est actuellement en cours de surveillance chez le médecin du sommeil. Les consultations en médecine du sommeil ne sont pas faciles d'accès

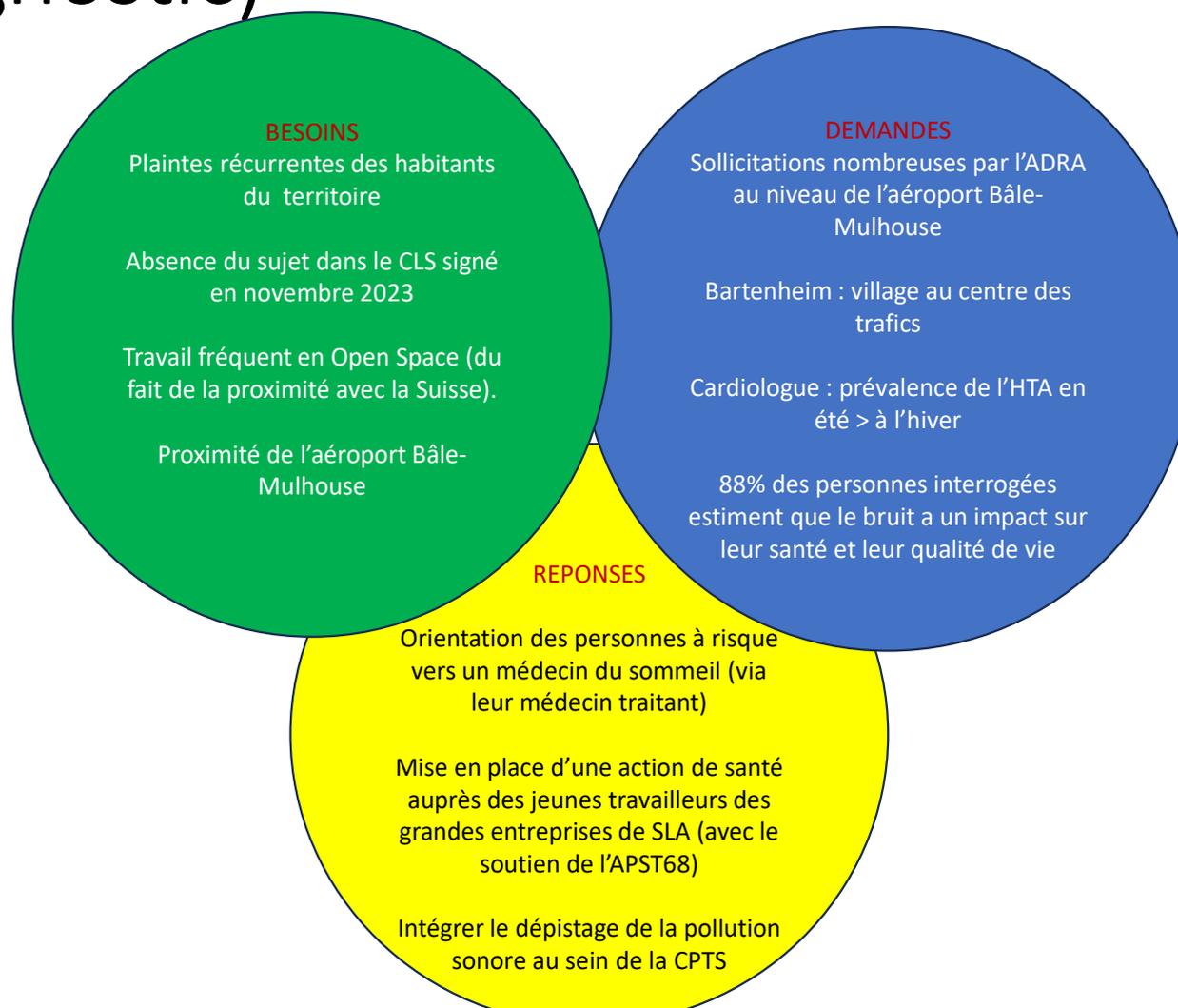
- **Les jeunes générations dépourvues d'intérêt concernant le bruit**

L'enquête IFOP⁷ réalisée pour la journée de l'audition en 2019 insiste sur le fait que les jeunes générations de moins de 35 ans ne sont pas épargnées : 57% des actifs déclaraient subir une gêne liée au bruit du travail, et ce chiffre est pire (66%) dans les entreprises de plus de 1000 salariés !

Sur quels déterminants de santé agir ?

	Déterminant	Levier d'action
Caractéristiques individuelles	Sensibilité auditive Antécédents (CV, métaboliques, ORL)	Temps d'exposition Surveillance médicale
Milieu de vie	Milieu d'habitation : <i>Type d'habitation</i> <i>Proximité des trafics</i> Communauté locale : <i>Voisinage</i> <i>Zone de loisirs et divertissement</i> Milieu professionnel : <i>Bureau ouvert ou de transit</i> <i>Temps de pause</i>	Isolation, fermeture des fenêtres/portes, déplacement de la chambre à coucher, utilisation de boule Quiès Règles de vie collective : charte de bonnes conduites, respect des horaires selon les activités, prévenance des voisins, etc. Aménagement du poste de travail, casque anti-bruit, adaptation des lieux de pause
Système	Aménagement du territoire Lieux publics (écoles, cantines, péri...) Vie professionnelle	Zonages, régulation des trafics Isolation adaptée, réduction de l'impact sonore (notamment dans le plan de gêne sonore avec aide de l'aéroport) Repérage de la fatigue auditive (médecine du travail)
Contexte global	Politique de santé du territoire Recommandations nationales Aéroport	CLS OMS / INRS / PRSE (objectif 1.1.1) ADRA

Coordination des actions sur SLA (suite au diagnostic)



Conclusion : 3 axes prioritaires

- Prévenir les risques liés aux bruits chez les **jeunes populations** afin de limiter des problèmes de santé évitables à long terme (troubles cardiovasculaires, hypertension artérielle, apnée du sommeil, acouphènes, surdité, accidents de travail, troubles dépressifs)
- Améliorer le **parcours de soin des usagers** qui se plaignent de **troubles du sommeil** vers un médecin du sommeil
- La collectivité et les politiques doivent s’emparer du sujet sans attendre afin de proposer des pistes d’amélioration aux habitants via le **Contrat Local de Santé**

→ S’appuyer sur le **PRSE 2023-2028** pour monter des actions de santé publique