

**L**e constat est tonitruant: nous vivons dans une société de plus en plus bruyante, aux effets dommageables sur la santé, à en croire la quatrième édition de la semaine du son. 10% de la population française souffre de problèmes auditifs, et nous sommes de plus en plus nombreux à consulter. Car, en ville comme à la campagne, sur le lieu de travail comme au domicile, nos «pavillons» sont soumis à rude épreuve. A tel point que le bruit est considéré comme la nuisance n°1 des sociétés industrialisées, et que la perte d'audition est devenue le premier trouble sensoriel acquis à l'âge adulte, selon l'Organisation mondiale de la santé (OMS). C'est aussi la quatrième cause de maladie professionnelle en France. D'ailleurs, depuis 1963, le bruit est reconnu légalement comme risque professionnel.

**Pollution.** Premier bémol cependant: nous ne sommes pas tous égaux face à la pollution sonore. Bien sûr, parce que la durée d'exposition au bruit varie en fonction des modes de vie. Mais aussi, parce que, selon leur degré de fatigue ou de sensibilité, deux sujets soumis aux mêmes régimes ne réagiront pas forcément de la même manière. «L'expression de la gêne intègre une dimension subjective», note Alain Muzet spécialiste du stress et du sommeil au CNRS. Les acousticiens préfèrent d'ailleurs réfléchir en «sonie», c'est-à-dire en perception de l'intensité du bruit, plutôt qu'en décibel qui est l'intensité réelle du bruit telle qu'elle est mesurée. A l'arrivée, des dégâts directs et indirects.

Très préoccupant, 37% des jeunes de 15 à 19 ans souffrent de problèmes auditifs. Lecteurs MP3 poussés à fond, jeux vidéos à plein tube, et rave-party jusqu'à la transe créent de la casse. En conséquence, les chercheurs notent une «diminution de l'intelligibilité de la parole» et des «perceptions aberrantes», précise Arnaud Norena, du laboratoire de neurobiologie intégrative et adaptative (CNRS - université Aix-Marseille 1). Vous avez déjà entendu parler des acouphènes, ou «perceptions auditives fantômes»? Entre 10 et 15% des Français en souffrent. Ils ne connaissent plus le silence, mais ces sifflements étranges, pas agréables du tout. Dans

les autres civilisations cependant, comme chez les Chinois raconte le chercheur, les acouphènes sont accueillis avec délectation car considérés comme une émission divine, des messages célestes en somme. Ça console? Pas sûr.

Autre pathologie contemporaine, l'hyperacousie, une hypersensibilité au bruit qui rend tout bruit insupportable. Et pousse ceux qui en souffrent à rester cloîtrés chez eux, cherchant à reproduire l'ambiance d'un bunker insonorisé. 81% des gens qui souffrent de ces deux pathologies acouphènes et hyperacou-



**Santé.** Dans une société extrêmement bruyante, 10% des Français souffrent de problèmes auditifs de plus en plus aigus.

#### FAMILLE Bons pères, mais pas la nuit...

Mais que font les pères? 60% d'entre eux se plaisent avant tout à distraire leur bébé. Côté prise en charge directe, ils assurent les repas (51%), changent les couches (51%), donnent le bain (37%). Mais seuls 27% se lèvent régulièrement la nuit, selon un sondage TNS Sofres pour le magazine *Parents* de février.

#### SANTÉ

### Médecin traitant: 40 millions de Français ont choisi

40 millions de Français (80% des assurés de plus de 16 ans) ont désormais un médecin traitant: tel est le bilan présenté hier par la Caisse nationale d'assurance maladie (Cnam), deux ans après l'entrée en vigueur de cette réforme. Bref, ce dispositif du médecin traitant (dans 99,5% des cas, un généraliste) «s'est installé dans les mœurs». Même si on note d'«assez fortes disparités géographiques»: les assurés du Nord-Pas-de-Calais ou d'Alsace ayant fait leur choix à 86%, tandis que les Parisiens ou les Corses sont seulement 68%.

#### CONDUITE

### Les femmes sont moins dangereuses au volant

Sus aux clichés! Les hommes au volant ont 78% de risques de plus de se tuer en voiture que les femmes. C'est ce qu'affirme une étude réalisée par l'université Carnegie Mellon (Pennsylvanie), portant sur le nombre total d'accidents mortels aux Etats-Unis entre 1999 et 2004.

#### RECTIFICATIF

### Cocori... coquille

Comme quoi la néoruralité n'est pas encore tout à fait au point dans nos pages. Dans notre édition d'hier sur «les bobos dans la boue», nous écrivions imprudemment, et contrairement aux auteurs de *Comment traire une poule*, qu'il faut un coq pour aider les poules à faire des œufs. Et pourquoi pas une insémination artificielle pendant qu'on y est. Rappelons au passage, que les poules ne produisent pas de lait, ne chantent pas Ramona et n'ont que deux pattes.

## Nos oreilles victimes du monde du vacarme

sié - consultent. Mais seuls 37% d'entre eux peuvent être aidés, tandis que les 63% restants ne se voient proposer «aucune solution thérapeutique vraiment efficace», précise Arnaud Norena.

**Perception.** Le bruit ne fait pas du mal qu'aux oreilles, il a des conséquences multiples sur l'organisme. Ces effets extra-auditifs, Alain Muzet les range en deux catégories: les effets subjectifs (gêne, fatigue, irritabilité, manque de concentration) et les effets comportementaux (performances et apprentissages amoindris).

### Les bruits de la vie courante

**Le «seuil d'audibilité»** est fixé à 20 décibels (1). En deçà, un être humain normalement constitué n'entend rien. Le désert: 20; une conversation calme: 50; une conversation à voix haute: 65; une salle de classe: 70; une rue animée: 75. **Les «bruits gênants»**, à partir de 80 décibels: une piscine couverte: 85. **Les «bruits fatigants»**, à partir de 90 décibels: un mixer: 90 décibels; une cantine: 95; une moto en accélération: 100. **Les «bruits dangereux»**, à partir de 105 décibels: un concert de rock: 110. **Les «bruits douleur»**, à partir de 115 décibels: un moteur de Formule 1: 120, un avion à réaction: 130, une fusée au décollage: 180.

(1) Echelle fournie par Alain Muzet, de l'Institut fédératif de recherches en neurosciences (CNRS - Université de Strasbourg-I - Inserm).

L'influence du bruit sur la dyslexie, notamment, semble désormais une évidence pour les chercheurs. Moins connu, mais aussi inquiétant, le bruit aurait des effets sur les systèmes cardio-vasculaire et immunitaire, le sommeil, la croissance, les hormones. Souvenons-nous. A l'ère préhistorique, le bruit était une alerte, le signal d'un danger imminent. Sa perception entraîne une accélération du rythme cardiaque, activée par le système nerveux central. Et ça, c'est pas bon du tout. Particulièrement lors du sommeil. Et ce même si certains montrent des capacités d'adaptation étonnantes. Alain Muzet en a fait l'expérience en exposant des gens pendant quinze nuits à un bruit artificiel de trafic routier. Ses cobayes se sont plaints d'une gêne les deux, trois, quatre premières nuits, mais après, plus rien. Leurs oreilles s'étaient habituées. Mais pas leur corps. Car le bruit, toujours, continue son lent travail de dégradation de l'organisme: modification de la fréquence cardiaque, du rythme respiratoire, contraction des vaisseaux sanguins... ◀

MARIE-JOËLLE GROS