

Enjeux pour la santé et l'environnement

#bruit #musiques amplifiées #nature #eau #acouphènes #hyperacousie #biodiversité #qualité de vie
#décibels #oreille #pollution atmosphérique

 **Auteur** [Pôle ESE 69002 LYON](#)

Notre environnement sonore fait partie intégrante de notre communication : il est utile pour prévenir d'un danger, par exemple. Parler, crier, chanter... voilà des fonctions essentielles pour s'exprimer, faire passer un message, partager des émotions.

Pour notre plaisir, nous nous servons d'instruments de musique, nous écoutons des #musiques amplifiées, des enregistrements de sons de la #nature. La musique nous émeut et nous rassemble. Elle adoucit les mœurs et les cœurs, réduit le stress, améliore notre créativité et soigne même, parfois. Les musicothérapeutes sont de plus en plus présents dans les lieux de soin. De nombreux chercheurs travaillent sur les effets qu'elle produit sur notre cerveau. Pierre Lemarquis parle d'« [empathie esthétique](#) » pour aborder la transmission d'émotions de l'artiste à l'auditeur et approfondit les mécanismes de cet effet thérapeutique.

Une nuisance au quotidien

Le son quand il devient bruit peut également être gênant et nocif. Il inquiète moins les Français que d'autres problèmes environnementaux, comme la #pollution atmosphérique ou celle de l'#eau. Pourtant, il représente une nuisance importante au quotidien.

Selon les représentations que nous avons des sons qui nous parviennent, notre état du moment, leur intensité, leur durée et leur fréquence, ceux-ci seront source de plaisir ou de gêne.

Le bruit serait un des premiers éléments à porter atteinte à notre qualité de vie.

Les sources de bruits sont nombreuses : voisinage, appareils électro-ménagers, transports, musiques amplifiées, travail, école, etc.

9 sur 10

français

disent que le bruit représente un véritable enjeu de société.

Quelle que soit la durée, plus de 9 Français sur 10 se disent exposés chaque jour à un bruit qu'ils jugent excessif.

Source : [Enquête JNA-lfop 2016](#)

Un danger pour les oreilles

Au-delà de la gêne, le bruit peut avoir des effets directs sur l'audition mais aussi sur l'état de santé général, en particulier sur le sommeil et le stress.

Des sons d'intensité trop élevée ou l'écoute de sons sur une durée trop prolongée peuvent déclencher des lésions auditives. Cela se manifeste par l'apparition d'#acouphènes, des sifflements ou des bourdonnements ponctuels ou permanents, ou par de l'#hyperacousie, une hypersensibilité au bruit.

Un seul traumatisme sonore suffit pour altérer l'audition de manière irréversible.

La durée et la puissance d'un son entrent en compte dans la gravité des dommages subis.

Plusieurs organismes, privés ou publics, représentent les sons sur un croquis les échelles de niveaux sonores,

proposant en face le ressenti. A un bout de l'échelle, le calme du désert ; à l'autre bout, le tir d'un pistolet qui représente un danger pour l'audition. Il est toujours riche d'enseignement d'observer les échelles proposées par [France Acouphènes](#) ou par [Bruitparif](#).

Des oiseaux qui s'égosillent

Le bruit n'agit pas que sur les êtres humains. Les activités humaines sont surtout émettrices de basses fréquences qui perturbent les signaux de basse fréquence émis par les animaux. Oiseaux, grenouilles, baleines ou insectes doivent modifier leurs vocalises pour pouvoir communiquer malgré ce bruit, rapporte [un article scientifique publié dans *The Royal Society*](#). Ce qui n'est pas sans conséquence.

Certains oiseaux sont tellement stressés par les bruits environnants que leur reproduction et leur manière de chanter s'en trouvent affectées, explique une étude de [l'Académie nationale des sciences américaine](#). Pour continuer à communiquer avec les bruits de la ville, certains oiseaux modifient leur chant... et en deviennent moins désirables. D'autres oiseaux quittent les villes à cause du bruit... l'équilibre de la [#biodiversité](#) s'en retrouve chamboulé. Chez les rainettes, les perturbations sonores impactent leur système immunitaire et la coloration de leur peau, alors que la séduction est favorisée quand les grenouilles sont de couleur vive.