



# simetra

Santé au travail Adour Pays Basque

Service interentreprises de médecine et santé au travail  
38 chemin de Sabalce - 64100 BAYONNE  
Téléphone : 05 59 58 38 80 • Fax : 05 59 63 23 58



# A votre Santé

## #5

avril  
2009

Le lien d'information des adhérents SIMETRA

## Des pas en avant !



Chers adhérents,

L'Assemblée Générale de votre association aura lieu le mercredi 29 avril 2009 à la CCI de Bayonne. Je vous invite d'ores et déjà à y participer, pour continuer à faire avancer SIMETRA, notre service de santé au travail, dont les objectifs nous concernent tous.

L'actualité de ce début d'année 2009 est riche. Malgré les aléas climatiques parfois dramatiques du mois de janvier, malgré une conjoncture économique difficile et une situation parfois tendue dans certaines entreprises et dans certains secteurs d'activité, SIMETRA continue d'avancer et de moderniser ses services.

Je salue d'abord la venue dans nos équipes du docteur Sophie Guinut, qui œuvre déjà sur le secteur de Saint-Palais, et de nos nouveaux techniciens hygiène et sécurité, Gaëlle

Etcheverry et Stéphane Elissalde, qui apporteront un savoir complémentaire à notre équipe de médecins.

Toujours dans l'objectif d'améliorer nos prestations, la téléphonie Simetra a été intégralement refondue et notre système téléphonique est aujourd'hui doté d'une reconnaissance de numéros ; ainsi, chacun d'entre vous est automatiquement orienté vers la secrétaire médicale en charge de son dossier.

Dans le même ordre d'idée, un serveur centralise aujourd'hui l'ensemble des informations de nos sites décentralisés (Biarritz, Saint-Jean de Luz, Hendaye, Saint-Palais) à notre siège de Donzacq, ce qui permet à nos équipes une plus grande souplesse de travail et une plus grande réactivité.

Enfin, notre portail internet ([www.simetra.fr](http://www.simetra.fr)) sera lancé en ce début de mois d'avril. Celui-ci va aussi dans le sens d'un nouveau service qui vous est proposé ; il permettra notamment la gestion de la déclaration d'effectifs, avec mise à jour de la liste des salariés ou encore le téléchargement des factures. Sans compter la possibilité de connaître l'actualité de notre association ou de télécharger les documents et recherches produits par nos équipes.

A très bientôt sur votre nouveau site !

Le Président, Gilles Piriou



Longtemps considéré comme une conséquence inévitable de l'industrialisation, le bruit fait aujourd'hui l'objet d'une réglementation qui vise à protéger les travailleurs contre les risques liés à une exposition prolongée. Le bruit demeure le premier facteur de risque professionnel en Europe. Il affecte des millions d'actifs dans l'industrie mais aussi dans les services et les loisirs. Il est en outre reconnu comme cause de maladies professionnelles depuis 1963.

# Halte au bruit



## LES EFFETS DU BRUIT

### Des effets... sur l'oreille

Le bruit est un phénomène acoustique produisant une sensation auditive gênante et désagréable. La fatigue auditive constitue le premier stade des effets du bruit. Elle survient quelques heures après l'exposition à un bruit intense avec une baisse temporaire de l'audition (sensation d'oreilles bouchées accompagnée parfois d'acouphènes, sifflements, bourdonnements d'oreilles). Cette atteinte est le plus souvent réversible. Dans des cas plus graves, l'exposition prolongée à des niveaux de bruits intenses peut conduire progressivement à une surdité. Celle-ci s'installe de façon progressive, insidieuse sur plusieurs années ; elle touche les deux oreilles et elle est irréversible... Ce n'est que tardivement, lorsque l'atteinte s'est majorée que la personne en prend conscience avec des difficultés pour comprendre ses

interlocuteurs et pour communiquer surtout lorsque plusieurs personnes parlent.

### Des effets sur l'organisme

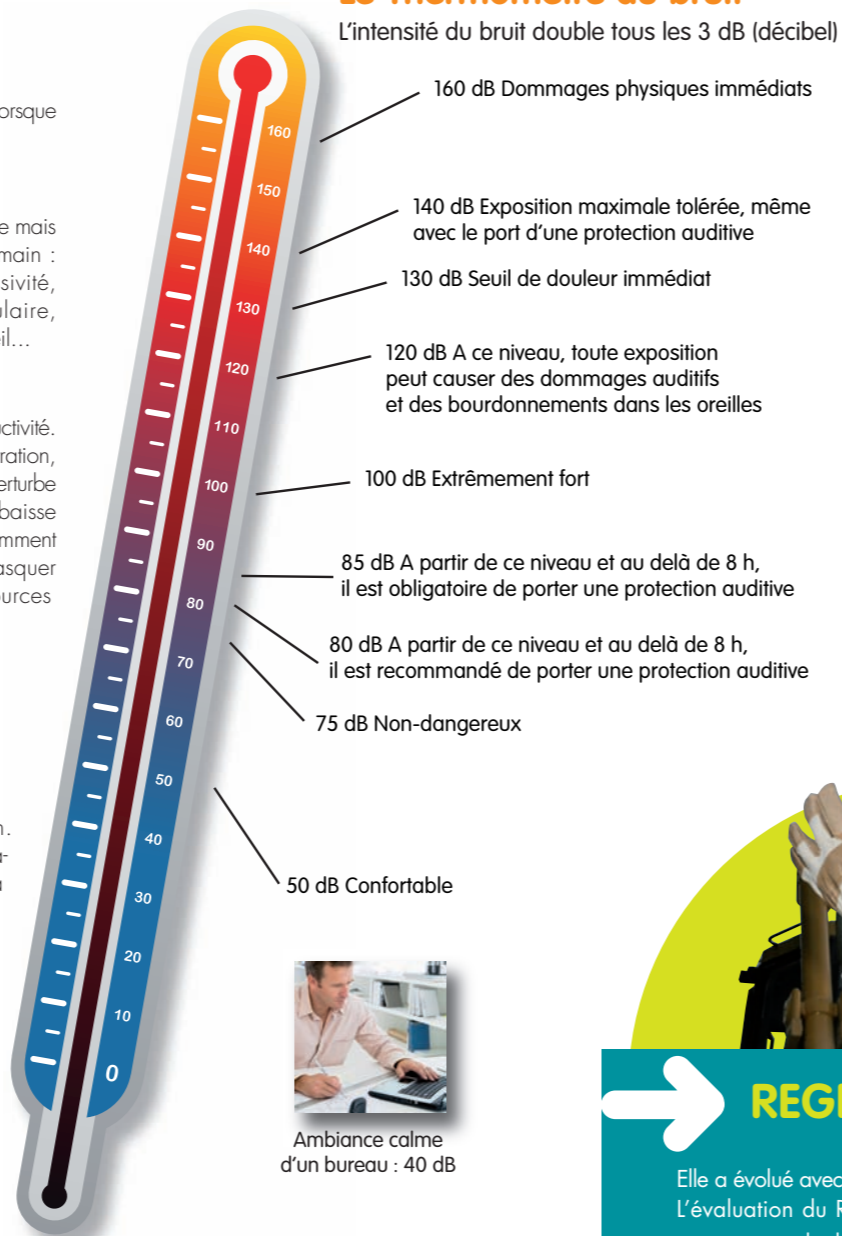
Les effets du bruit ne se limitent pas à l'oreille mais concernent l'ensemble de l'organisme humain : stress, troubles de l'humeur avec agressivité, irritabilité, anxiété, hypertonie musculaire, hypertension artérielle, troubles du sommeil...

### Des effets sur le travail

Le bruit altère la qualité du travail et la productivité. Il entraîne en effet des difficultés de concentration, provoque une réduction de la vigilance et perturbe la communication entre les personnes. Il baisse la capacité d'exécution de tâches (et notamment des tâches rapides). En outre, il peut masquer les signaux sonores d'avertissement, sources d'accidents du travail.

## Le Thermomètre du bruit

L'intensité du bruit double tous les 3 dB (décibel)



## DES PRINCIPES DE PRÉVENTION

**Principes généraux de prévention : "l'employeur est tenu de réduire le bruit au niveau le plus bas raisonnablement possible".**

### La protection collective

Le premier principe pour lutter contre le bruit est la protection collective. C'est le moyen le plus efficace, mais aussi le plus difficile à mettre en œuvre techniquement. Elle permet d'agir dès la conception ou par correction des lieux de travail avec par exemple :  
 ■ la réduction du bruit à la source : choix de dispositifs plus silencieux, mise en place d'écrans qui limitent la réverbération, traitement acoustique du local avec des matériaux absorbants, encoffrement des machines bruyantes...  
 ■ des mesures d'organisation du travail, visant à réduire le temps d'exposition au bruit des salariés.

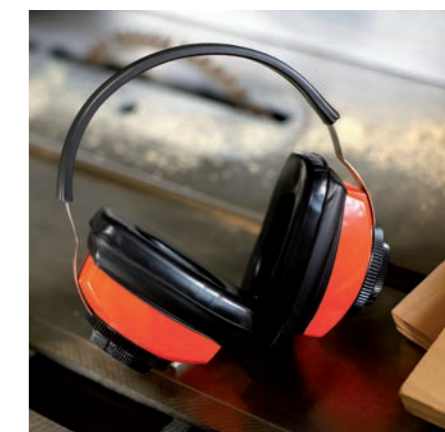
### Notre équipe Simetra

En tant que conseiller des salariés et du chef d'entreprise, le médecin du travail Simetra, avec le concours de ses Intervenants en Prévention des Risques Professionnels peut :

- participer à toute étude ou projet prévoyant la réduction du bruit
- donner un avis sur le document prévoyant le mesurage de l'exposition des salariés au bruit
- aider dans le choix des mesures de protection collective à mettre en œuvre et des équipements de protection individuelle à utiliser
- participer à l'information et à la formation des salariés exposés au bruit.

### La protection individuelle

Il existe différents types de protections individuelles auditives : casques anti-bruit, bouchons d'oreille, éventuellement moulés donc parfaitement adaptés au conduit auditif du salarié... Le choix se fait en fonction de l'utilisation : les bouchons d'oreilles sont le plus souvent préférés pour un port continu. Pour être efficace, la protection doit être portée pendant toute l'exposition au bruit.



## EVALUER LES RISQUES

L'évaluation des risques constitue le point de départ de la démarche de prévention qui incombe à tout employeur dans le cadre de son obligation générale de sécurité à l'égard de son personnel. Dans le domaine acoustique, l'évaluation des risques peut commencer par une estimation du niveau sonore. Le niveau de bruit auquel les travailleurs sont soumis peut varier au cours de la journée. Il est donc indispensable de prendre en compte le temps d'exposition aux différents niveaux de bruit. La "dose" de bruit acceptable est une combinaison

du niveau et de la durée d'exposition. C'est donc un niveau d'exposition équivalent qui est pris en compte dans la réglementation. Depuis 2006, les seuils d'exposition ont été abaissés : le premier seuil d'exposition à partir duquel une action est requise est de 80 dB(A) pour 8h (voir partie réglementation). Votre service de santé au travail Simetra peut aider ses adhérents dans la réalisation de mesures de bruit (médecins du travail, ergonomes, techniciens en hygiène et sécurité).

## Votre association Simetra sur le WEB

**Votre service de santé au travail met en ligne son site internet interactif ([www.simetra.fr](http://www.simetra.fr)) qui vous est destiné. Vous pourrez y trouver :**

- des renseignements sur votre service de santé au travail SIMETRA,
- les services que SIMETRA propose aux entreprises du Sud Landes et du Pays Basque
- des informations sur la prévention des risques professionnels,
- des liens vous renvoyant vers nos partenaires ou des organismes institutionnels,

- les modalités d'inscription ou de pré-inscription.
- Dans votre espace adhérent, vous pourrez procéder :**
  - au téléchargement de la déclaration d'effectifs,
  - à la mise à jour de la liste des salariés,
  - au téléchargement de vos factures,
  - à la saisie des données permettant le calcul des factures.

**A vos souris et à très bientôt sur le net !**



## REGLEMENTATION SUR LE BRUIT

Elle a évolué avec le décret du 19 juillet 2006. L'évaluation du RISQUE BRUIT doit se faire comme pour tout autre risque en application de l'article R 4412-61 du code du travail.

### Il faut mesurer le risque :

- l'exposition "moyenne" sur 8h (appelée : Lex 8h) est mesurée en dB(A)
  - le niveau de bruit impulsionnel maximal (appelé : niveau de crête Lpc) est mesuré en dB(C)
- Les valeurs limites (maximales) d'exposition sont de 87 dB(A) sur 8h, et de 140 dB(C) en crête.

Pour ces valeurs maximales (au-dessus desquelles on ne doit pas aller) la mesure est celle de l'exposition de l'oreille avec les protecteurs individuels portés par le travailleur. Les valeurs qui nécessiteront des actions de prévention (celles au-delà desquelles on estime

qu'il y a danger pour l'oreille) sont de 80 dB(A) et 135 dB(C).

### Dès 80 dB(A) et si on dépasse à un instant quelconque les 135 dB(C), il faut :

- informer les salariés,
- mettre à leur disposition des protecteurs auditifs individuels,
- les former à leur utilisation,
- leur proposer un suivi audiométrique.

### A partir de 85 dB(A) ou 135dB(C), des actions de prévention doivent obligatoirement être mises en place :

- mettre en œuvre un programme de mesures techniques ou d'organisation du travail visant à réduire l'exposition au bruit,

- mettre en place une signalisation des lieux de travail exposés et en réglementer l'accès,
- mettre à disposition des protecteurs individuels et en faire respecter le port effectif,
- mettre en place une surveillance médicale renforcée avec contrôle de l'audition.

La différence entre les anciennes et nouvelles valeurs seuils est de 5 dB(A); ce qui représente une division de l'intensité acoustique par 3.

Dans tous les cas, quelque soit le niveau sonore, on retiendra l'obligation de l'évaluation, la suppression ou la réduction au minimum du risque en particulier à la source, la consultation et la participation des salariés à toutes les actions de prévention et aux choix des protecteurs.

# Des techniciens HYGIÈNE ET SÉCURITÉ

Gaëlle Etcheverry et Stéphane Elissalde interviennent sur la demande du médecin du travail Simeutra au sein des entreprises adhérentes. Ils nous expliquent leur rôle et leur action...

**Gaëlle, Stéphane, quelles sont les missions que vous réalisez en entreprise ?**

Nous avons plusieurs types de mission. Nous procédons à diverses mesures au sein des entreprises ; c'est ce que nous appelons la métrologie. Il peut s'agir de mesures de bruit, d'ambiance (thermique, recherche de polluants...), ou encore d'éclairage. Nous intervenons aussi dans l'étude d'évaluation des risques (et en particulier des risques chimiques), et nous pouvons apporter une aide au chef d'entreprise dans la réalisation du document unique.

Nos missions comportent aussi un volet de formation et de conseil (pour la protection individuelle ou collective des salariés par exemple).

Enfin, nous participons à certains projets transversaux, par branche d'activités, et nous collaborons ainsi avec des services de santé au travail de zones géographiques différentes ou d'autres organismes. Actuellement, nous menons une étude à long terme sur un projet régional d'aide à domicile.

**Comment se passe une mission ?**

Une demande spécifique d'une entreprise adhérente passe d'abord par le médecin du travail Simeutra. Ce dernier nous met en relation avec une entreprise quand il le juge nécessaire.

Notre intervention dans l'entreprise, sur le terrain démarre alors, le plus souvent dans des PME.

Notre mission est fondée sur l'écoute de la problématique de l'adhérent et sur le dialogue avec les responsables et les salariés de l'entreprise. Elle débouche sur l'établissement d'un diagnostic.

Notre intervention effective débute alors, sur une ou plusieurs demi-journées, en fonction de l'importance de la tâche. Au final nous établissons un rapport qui est validé par le médecin du travail et présenté à l'entreprise. Ce rapport propose des solutions, tant en terme de formation ou d'informations qu'en terme de solutions techniques.

**Votre métier est complémentaire de celui de médecin du travail ?**

Tout à fait. Nous apportons au médecin du travail un appui technique, dans le cadre d'actions courtes et précises (prise de mesures...). Nos actions s'inscrivent en complet partenariat avec le rôle du médecin du travail.

**Vos interventions concernent des secteurs d'activité en particulier ?**

Non, nous travaillons avec tous les secteurs d'activités. Jusqu'à présent, nous sommes intervenus dans des entreprises aussi différentes qu'un pressing, un cabinet dentaire, un garage automobile, une entreprise de mécanique générale, une entreprise de menuiserie, ou encore une sérigraphie et un cabinet d'assurance.



## Bienvenue à

### ■ Gaëlle Etcheverry

Gaëlle Etcheverry a 28 ans. Titulaire d'un DUT de mesures physiques obtenu à Bordeaux, elle a suivi un cursus d'ingénieur en alternance, complété par un master spécialisé en environnement et sécurité industrielle. Après avoir travaillé comme responsable sécurité-environnement dans une entreprise du Pays Basque, elle a intégré Simeutra en ce début d'année 2009.

### ■ Stéphane Elissalde

Après l'obtention d'un DUT mesures physiques, Stéphane Elissalde, aujourd'hui âgé de 28 ans, a poursuivi un cursus scientifique, conclu par une maîtrise de chimie et deux masters en physico-chimie. Il a dans un premier temps travaillé dans deux entreprises du Pays Basque en tant que chimiste. Rugbyman et pelotari, Stéphane pratique aussi la danse basque au sein de l'association Oinak-Arin de Briscous. Il a intégré l'équipe Simeutra en novembre 2008.

Gaëlle Etcheverry et Stéphane Elissalde sont les nouveaux Intervenants en Prévention des Risques Professionnels - Techniciens Hygiène et Sécurité de votre association Simeutra.

### ■ Bienvenue au Docteur GUNUT

Après des études de médecine à la faculté de Bordeaux, le docteur Sophie Guinut entame d'abord une carrière de médecin généraliste dans les Landes. Quelques années plus tard, dans le cadre d'une formation en alternance faculté/entreprise, elle obtient une capacité de médecine en santé au travail, et devient alors médecin du travail en milieu hospitalier dans le Sud Gironde.

En janvier 2009, le docteur Guinut intègre l'équipe Simeutra, et prend en charge le secteur de St-Palais-St-Jean Pied de Port, "où j'ai reçu un excellent accueil", confie-t-elle. Elle est passionnée par son métier qui dit-elle : "allie aux connaissances médicales celles du monde du travail, ouvrant ainsi sur un champ de connaissances toujours renouvelées." Joueuse de saxophone, elle compte sur sa prochaine intégration dans une banda pour se familiariser avec l'ambiance du Pays Basque.



L'intervention d'un technicien hygiène et sécurité Simeutra vous intéresse ? Parlez-en à votre médecin du travail.



Santé au travail Adour Pays Basque

Service interentreprises de médecine et santé au travail  
38 chemin de Sabalce - 64100 BAYONNE  
Téléphone : 05 59 58 38 80 - Fax : 05 59 63 23 58

**Directeur de la Publication :**

**Gilles Piriou**

Comité de Rédaction :

Antoine Jové, Véronique Cailleba,  
Sophie Guinut, Martine Cervera,  
Colette Larrère, Gaëlle Etcheverry,  
Stéphane Elissalde.

Conception et coordination :

Haritza Bayonne - 05 59 57 10 57