


# Pourquoi est-il indispensable de préserver votre capital auditif?

Ce diaporama est fait pour vous apporter une réponse à cette question.

# Conséquences du volume sonore sur nos oreilles :

30 db  Salle de cours calme  Rien à signaler

65 db  Salle de cours bruyante  Problèmes de concentration, stress

100 db et +  Cour de récréation  Stress, maux de tête, mal aux oreilles

# Causes et conséquences de la surdité

Il y a beaucoup de causes dont des cas rares mais nous allons surtout nous intéresser au risque au collègue : l'exposition au bruit ! L'exposition au bruit entraîne la perte auditive qui est **DÉFINITIVE** et pour l'instant incurable ! Il faut donc limiter l'exposition au bruit par exemple en baissant le son dans les écouteurs, casques etc... **La perte auditive n'est pas la seule conséquence de la surdité, il y a aussi des conséquences :**

- ✓ **Physiques** : acouphènes, fatigue, hypertension, stress
- ✓ **Psychologiques** : dépression; sentiment de honte, perte de confiance en soi
- ✓ **Sociales** : isolement et difficultés à communiquer

# La surexposition au son

La surexposition au son entraîne toutes les conséquences citées dans la diapositive précédente. Chez les collégiens elle est due surtout au fait que les élèves montent le son dans leurs écouteurs au maximum : une **dégradation forte des cellules ciliées** (cellules présentes dans l'oreille) **peut arriver au delà de 20 minutes d'écoute avec le son au maximum** c'est encore pire si vous écoutez du Jul ! Faites très attention avec les écouteurs ils sont pratiques pour écouter vos musiques préférées mais ils peuvent aussi devenir un fléau pour vos oreilles !

# CONCLUSION

**Le capital auditif est un bien précieux** qu'il ne faut surtout pas négliger car cela peut avoir des conséquences graves et pour beaucoup de cas irréversibles.

Ce diaporama a été conçu par Esteban PERERA et Aziz ADJOEV