

# Pollution sonore, ouvrez grand les oreilles!

**Durabilité** «Un jour, l'Homme devra combattre le bruit comme il a combattu la peste et le choléra.» Robert Koch, prix Nobel de médecine, l'avait prédit en 1910. Selon l'Office fédéral de l'environnement (OFEV), la pollution sonore touche actuellement plus d'un million d'habitants en Suisse. L'heure est au changement, conclut notre auteur.

**Bernhard Aufderreggen**

La Suisse prend le problème de pollution sonore à bras-le-corps: la loi sur la protection de l'environnement est en vigueur depuis 1983 dans le pays. Les mesures pour réduire le bruit doivent être «techniquement, opérationnellement et économiquement réalisables». La loi encourage les «mesures prises à la source». Les valeurs limites doivent tenir compte des groupes de personnes sensibles, tels que les enfants, les personnes âgées, les malades ou les femmes enceintes. Pour l'instant, tout va bien. Sauf que les mesures appliquées jusqu'à présent n'ont toujours pas porté leurs fruits. De plus, nous savons désormais que le bruit est bien plus nocif pour la santé qu'on ne le pensait il y a 40 ans.

Pour la recherche scientifique en 1983, le bruit était «uniquement» source de nuisance ou de trouble du sommeil. Ce n'est plus le cas aujourd'hui: les nuisances excessives causent environ 500 décès d'origine cardiovasculaire en Suisse par an [1]. L'hypertension artérielle est plus fréquente dans les régions exposées au bruit [2]. Près de 2500 cas de diabète par an sont dus à l'exposition au bruit sur le plan épidémiologique. Des chercheurs danois ont constaté que la démence était plus fréquente dans les zones bruyantes [3]. Par ailleurs, le bruit de la circulation routière sur le lieu de résidence est associé à un risque de suicide élevé, comme le montre une étude de l'institut bâlois Swiss TPH publiée en mars [4]. La pollution sonore n'est donc pas sans danger pour la santé! Le bruit met notre corps en état d'alerte: de la libération d'hormones de stress à la réaction de lutte ou de fuite. Des effets négatifs tant sur le plan physique que psychique en résultent.

Le problème principal est le bruit généré par les véhicules à moteur. Les villes et les agglomérations sont les premières concernées par le bruit de la route. Plus de 90% de la population touchée vit dans les grands centres et alentours. Toutefois, les logements proches des routes des cols sont aussi impactés par la nuisance sonore générée dans l'unique but d'accéder aux «loisirs». La population autour des petits et des grands aéroports est également exposée à un bruit considérable.

La Commission fédérale pour la lutte contre le bruit (CFLB) a réuni dans un rapport les nouvelles connaissances

sur les effets du bruit sur la santé et a publié, à l'attention du Conseil fédéral, des recommandations pour de nouvelles valeurs limites concernant le bruit du trafic routier, ferroviaire et aérien en décembre 2021 [5]. Cependant, le Conseil fédéral ne s'est pas encore prononcé à ce sujet.

Il est regrettable que les valeurs limites proposées par la CFLB ne soient pas aussi strictes que celles de l'Organisation mondiale de la santé (OMS). Pour protéger la santé, les Médecins en faveur de l'Environnement (AefU) estiment que les valeurs limites de l'OMS devraient être appliquées en Suisse.

Il est évident que lutter contre le bruit revient à protéger la santé. Que faire alors?

- Réduire le bruit, c'est préserver la santé. Limiter la vitesse à 30 km/h en agglomération, même sur les axes principaux, est une mesure économique et rapidement efficace. La vitesse de 30 km/h ne diminue pas seulement le bruit à la source. Elle impacte aussi la fréquence et la gravité des accidents, en plus de réduire la pollution de l'air.
- Interdire les vols de nuit de 22 heures à 7 heures préserve le sommeil des riverains.
- Dans le cas de diabète ou de maladies cardiovasculaires, il convient d'examiner s'il est possible d'aménager le domicile pour réduire le bruit et de déterminer l'effet thérapeutique en résultant.
- Et rien de tel pour la santé et l'environnement que de se déplacer à pied ou à vélo!



## Références

À consulter sous [www.bullmed.ch](http://www.bullmed.ch) ou via code QR



### Dr méd. Bernhard Aufderreggen

Président des Médecins en faveur de l'environnement (MfE). Il écrit régulièrement dans cette rubrique sur la durabilité dans le secteur de la santé.



© Luca Bartulović