



28^e édition

JOURNÉE NATIONALE DE L'AUDITION

REJOIGNEZ LA MOBILISATION NATIONALE POUR LA SANTÉ AUDITIVE !

Dossier de presse

RISQUES DE SURDITÉS EN FRANCE

Focus 2025
Pratiques de
gaming : quels
risques
auditifs?

"Comment éteindre l'incendie ?"

Contact presse : Sébastien Leroy
06 33 62 68 18 / presse@journee-audition.org



ASSOCIATION
NATIONALE DE
L'AUDITION



INTRODUCTION

Depuis 1996, les médecins ORL et experts de l'audition fondateurs de notre association alertent sur les risques de surdités liés aux pratiques de consommation de son et d'expositions sonores.

L'omniprésence du bruit, considérée comme un facteur environnemental majeur, ainsi que des comportements individuels tels que l'écoute de musique à forte puissance ou sur de longues durées, représentent aujourd'hui des risques importants pour l'audition. Longtemps, les pratiques d'écoute de musique ont été dans la zone de mire de la prévention, mais il faut aujourd'hui questionner toutes les pratiques de loisirs dangereuses. Cette année, l'association réalisera un focus sur le Gaming et ses dangers. Cette activité concerne 38,3 millions de Français de 10 ans et plus dont 75 % d'entre eux jouent au moins une fois par semaine. Mais qu'en est-il des risques de la pratique des jeux vidéo sur la santé auditive ? Quels sont les bons comportements à adopter pour les prévenir ?

L'un des indicateurs de dégradation de l'état de santé auditive le plus visible actuellement est la prévalence des acouphènes au sein de la population. Selon la Haute Autorité de Santé, 15 % de la population est concernée.

Nos baromètres indiquent qu'une personne sur 2 connaît au moins une personne dans son entourage en souffrance de ces sifflements ou bourdonnements. L'étude scientifique réalisée avec l'association France Acouphènes a révélé un âge moyen de survenue de 41 ans. Plus ces symptômes surviennent tôt en âge et plus la source provient d'expositions sonores toxiques. Le dernier Baromètre Acouphènes de mars 2024 indique que 6 millions des moins de 35 ans sont concernés.

L'Organisation Mondiale de la Santé a annoncé qu'en 2050, une personne sur 4 souffrira de surdités dans le monde.

À ce jour, les surdités sont irréversibles. Les dispositifs de compensation existent, mais ils ne remplacent pas les capacités naturelles.

Depuis 28 ans, la campagne Journée Nationale de l'Audition rassemble plus de 3 000 acteurs de la prévention et de la santé, confrontés au quotidien dans les écoles, les entreprises, les maisons de quartier, les centres communaux d'actions sociales aux impacts de l'audition sur les trajectoires de santé et de vie sociale et professionnelle.

Si jusqu'à présent nous ne connaissions pas la réalité de l'état des surdités en France, aujourd'hui, fermer les yeux devient intenable. Deux générations sont déjà touchées.

Seule une politique active de prévention primaire s'appuyant sur l'émergence de la médecine préventive peut permettre d'éteindre les feux et de stopper l'hypothèque des capacités auditives des générations futures.

Ensemble, le jeudi 13 mars 2025, agissons au plus près des populations sur l'ensemble du territoire.

LA CAMPAGNE JOURNÉE NATIONALE DE L'AUDITION, C'EST QUOI ?

La campagne **Journée Nationale de l'Audition** a été créée par des acteurs de la santé et des chercheurs, des associations de patients pour faire face à l'absence de campagnes de prévention institutionnelles.

Chaque année, la campagne *Journée Nationale de l'Audition* rassemble plus de **3 000 citoyens** travaillant dans différents écosystèmes : établissements scolaires, entreprises, résidences seniors, EHPAD, associations, associations de patients, mutuelles, groupes de prévoyance santé.

L'association orchestre la campagne autour de 4 axes majeurs d'actions :

1

L'information des publics sur l'ensemble du territoire grâce aux ateliers, conférences, stands mis en place par l'ensemble des membres de la communauté en action ;

2

Le questionnement des comportements sociétaux sources de risques par l'enquête « Santé Auditive et Gaming : quelles compatibilités ? » ;

3

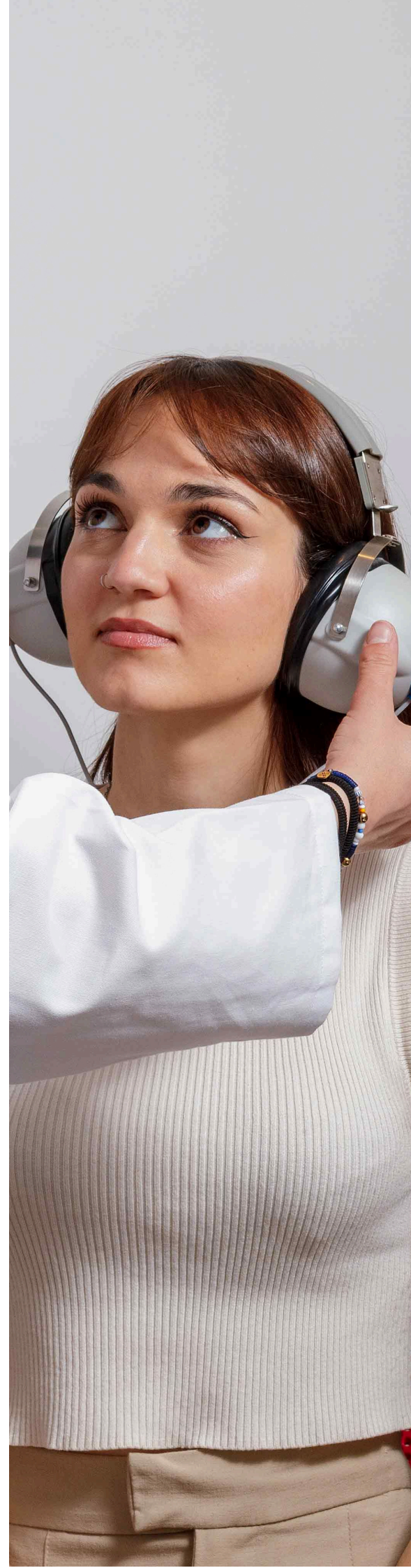
Le déploiement d'un dispositif de repérage des troubles de l'audition sur l'ensemble du territoire à l'effigie de l'association : bons de dépistages gratuits, affiche de la campagne et signalétique pour repérer les lieux de dépistages et la carte géolocalisation des lieux de dépistages sur le site internet ;

4

L'alerte auprès des pouvoirs publics, par la diffusion du baromètre « La Santé Auditive des Français » et de l'enquête 2025 lors de la conférence de presse du mardi 4 mars 2025 à Paris.

L'association est ressource de cette grande communauté pour que chacun puisse réaliser des actions au plus près des populations.

Un nouveau site Internet, support de ce mouvement national, centralise l'ensemble des outils (kit de communication, affiches, dépliants...) et des lieux d'actions (carte de géolocalisation). Encore à ce jour, et ce, malgré les alertes de l'*Organisation Mondiale de la Santé*, les pouvoirs publics ne prennent pas la mesure des enjeux sanitaires et sociaux. Cette absence crée un paradoxe entre les dégâts dont sont témoins les membres de la communauté JNA et l'inaction des pouvoirs publics.



MAIS Y A-T-IL RÉELLEMENT PÉRIL EN LA DEMEURE ?

Quelles sont les zones rouges ?

La méconnaissance des interconnexions santé auditive et santé globale

A ce jour, la majorité des populations n'a pas conscience des interactions entre l'organe de l'oreille et les fonctions cognitives. Ainsi, ils ne peuvent pas comprendre l'importance de garder ces bonnes interactions pour leur équilibre de santé.

La méconnaissance des pathologies auditives

Les pathologies auditives revêtent une multitude de causes de survenue et de réalités. Une prise en charge médicale est indispensable **le plus tôt possible**. Les avancées des connaissances en neurosciences mettent en exergue ces différentes pathologies décelables par des examens cliniques précis.

L'absence de vigilance sanitaire

La santé auditive des patients n'est questionnée que lorsque le trouble de l'audition devient gênant. Il est alors trop tard. Des dispositifs de prise en charge ont été mis en place, mais **une part de survenue des troubles de l'audition est aujourd'hui évitable** par une politique de prévention.

L'insuffisante connaissance des dispositifs de prises en charge médicales et financières

Les croyances ancrées dans la société

« La surdité ne concerne que les personnes âgées ou les personnes sourdes de naissance » ; « Les oreilles s'habituent au bruit » ; « L'appareillage est coûteux » ; « C'est pour ceux qui ont les moyens » ; « J'ai d'autres priorités alors que j'ai déjà à peine de quoi boucler les fins de mois » ; « Être sourd, c'est être handicapé et moi, je ne veux pas donner cette image »...

Les freins culturels historiques

La surdité se confronte depuis des siècles à une « discrimination » des personnes qui en souffrent. D'abord circonscrite à sa forme la plus sévère, sourde et muette, la surdité a été associée à des formes de crétinisme. Encore aujourd'hui, « être malentendant » est vécu comme une honte, et véhicule le sentiment de perdre en capacité à prendre part aux décisions collectives : « de devenir des sous-humains ». Cela représente un « plafond de verre » limitant la prise en charge médicale le plus tôt possible et l'optimisation de dispositifs tels que la RQTH. **Aujourd'hui, il est possible de prendre en charge et d'accompagner toutes les formes de surdités (légères à profondes) et de symptômes auditifs.**

La « pensée » limitante

La seule orientation « curative » – indispensable et nécessaire – s'accompagne de la limite d'enfermer la population dans ses croyances. **Une politique volontariste de prévention primaire viendrait contrecarrer les croyances limitantes et développer une culture du risque.**

A ce jour, la santé auditive n'est pas suffisamment considérée parmi les déterminants de santé nécessitant une veille sanitaire.

possibilité d'axer cette partie avec données: espérance de vie en bonne santé: enjeu de santé publique récent d'essayer de l'améliorer et de réduire l'écart avec espérance de vie

Depuis des siècles, la politique de santé s'attaque aux déterminants essentiels qui permettent de réduire la mortalité. La survenue de surdité n'est pas mortelle. Elle est facteur de comorbidité lorsque non détectée et compensée ; elle est facteur de fragilisation, car la compensation ne remplace pas des facultés naturelles. Mais les dispositifs de prise en charge existent pour soutenir les fonctions auditives. Ces dispositifs sont orientés appareillages et lorsque des symptômes auditifs existent sans surdités associées, alors les patients concernés font face à « un vide sanitaire ». La politique de santé doit s'adapter pour considérer l'ensemble des réalités des troubles de l'audition. L'audition reste le parent pauvre du parcours de santé.

Les réalités dans la société

Officiellement, **6 millions de Français** sont concernés par la surdité en France. **1 enfant sur 1000** naît sourd à la naissance et **1000 surdités professionnelles** sont déclarées par an.

Depuis 30 ans, le chiffre de 6 millions circule, laissant penser que la prévalence stagne ou est circonscrite. En l'absence de campagnes institutionnelles de dépistage de l'audition et de questionnement systématisé dans le parcours de santé, du fait de l'existence de freins culturels puissants, du fait de l'ignorance de la population dans le domaine de l'audition, **il est légitime de penser que cet indicateur est loin de refléter la réalité.**

Les différents baromètres réalisés par l'association révèlent une toute autre réalité des risques et des possibles réalités des surdités en France. Vous pouvez consulter différentes études à ce sujet :

LA SANTÉ AUDITIVE DES ENFANTS DE MOINS DE 10 ANS

journee-audition.org/pdf/dossier-enquete-jna-ifop-2023.pdf

LA RÉALITÉ DES ACOUPHÈNES ET DE L'HYPERACOUSIE EN FRANCE

barometre-ifop-JNA-acouphenes-2024.pdf

L'ÉTUDE SCIENTIFIQUE SUR LE POIDS SOCIAL ET ÉCONOMIQUE DES ACOUPHÈNES EN FRANCE

etude-PESA-couts-des-acouphenes-2024.pdf

BRUIT ET SANTÉ AUDITIVE AU TRAVAIL

journee-audition.org/images/cp/barometre-bruit-travail-2024.pdf

LES NUISANCES SONORES ET LA SANTÉ AUDITIVE DES FRANÇAIS

journee-audition.org/pdf/JNA2022-enquete-lfop.pdf

L'analyse des prises en charge des **50-64 ans en poste de travail** par les Centres de prévention Agirc Arrco a révélé 3 clusters de symptômes et troubles auditifs:

1
Les surdités légères à moyennes

2
Les acouphènes

3
Les vertiges

Les comportements d'expositions sonores font craindre le pire

L'Organisation Mondiale de la Santé ne cesse d'alerter sur la montée du risque au sein des sociétés occidentales. Les comportements d'écoute de musique sont décriés, mais **ce sont tous les comportements d'écoute de sons et d'expositions sonores qui sont à scruter**. La génération X a connu l'avènement de la culture du son et d'Internet. La génération Z est née avec. Les nouveaux Seniors souhaitent rester performants.

Pour ces raisons, lors de la *Journée Nationale de l'Audition*, dans la mise en lumière des comportements possiblement toxiques, l'association questionnera les pratiques de gaming, de plus en plus ancrées dans la société.



JNA 2025

SANTÉ AUDITIVE ET GAMING

le risque auditif est-il réel ?

Les comportements d'écoute de musique ne sont pas les seuls responsables de surdités. Toutes les expositions sonores de loisirs et plus globalement sont sources de risques.

Près de la moitié de la population joue.

38 millions

c'est le nombre d'individus de plus de 10 ans, que le gaming sous toutes ses formes rassemble.

16 %

des joueurs ont entre 10 et 17 ans

84 %

des joueurs ont 18 ans et +

1/3

des parents déclarent jouer avec leur(s) enfant(s).

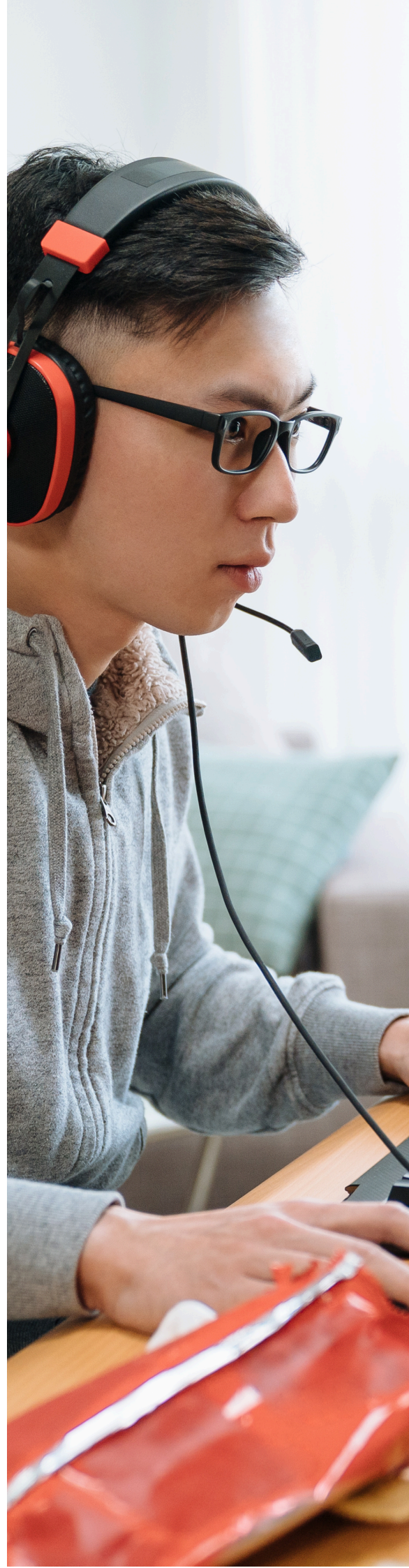
Selon l'étude « Les Français et le jeu vidéo » réalisée par le Syndicat des Éditeurs de Logiciels de Loisirs et diffusée en octobre 2024, 52% des français jouent au moins une fois par semaine aux jeux vidéos. L'âge moyen de ces joueurs réguliers est de 37 ans et ils jouent en moyenne 7h17 par semaine. Cette pratique est intergénérationnelle avec 66% des adultes qui jouent aux jeux vidéos et 95% des enfants. 5 millions de joueurs ont plus de 65 ans. Le jeu vidéo concerne également tous les genres, puisque 46% des gamers réguliers sont des femmes.

Parmi les principales raisons qui motivent les personnes à jouer, on retrouve :

- Jouer en communauté: vecteur de sociabilisation. En 2024, 31 % des joueurs déclarent jouer pour rejoindre une communauté
- Jouer en famille : 1 parent sur 3 joue régulièrement avec ses enfants.
- Se divertir, s'évader, sortir de son quotidien
- Participer à une activité compétitive avec un enjeu

Dans les jeux vidéo, le son joue un rôle essentiel en créant l'immersion, en guidant l'expérience du joueur et en renforçant les émotions, tout en offrant des avantages compétitifs et en facilitant la communication entre joueurs.

Le risque auditif va être corrélé au type de jeu joué, au support de jeu et aux pratiques d'écoute (matériel, durée, volume d'écoute).



QUAND LE SON DEVIENT DANGEREUX

L'impact du gaming sur la santé auditive

Si l'impact direct des jeux sur la santé auditive n'a pas encore été démontré, des études mesurent des pics sonores allant jusqu'à 119 dB (C) [1]. De plus, une étude réalisée en 2018 [2] indique que les joueurs sont exposés en moyenne à des sons allant de **84,6 à 91,2 dB (A)** en moyenne, dépassant alors amplement les conseils d'écoute fixés par l'OMS (déconseillé de dépasser les 80 dB (A)). Ces sons forts sont particulièrement présents dans certains jeux, plus bruyants, tels que les **jeux de tirs** ou de **voiture**, pratiqués respectivement par 20 et 26% de la population française (SELL).

Des questions se posent également sur les **jeux casuels** pratiqués par 35% de la population et la plupart du temps avec des écouteurs. En effet, le niveau sonore d'écoute dépend du **type de matériel** utilisé, qui masque plus ou moins efficacement les bruits environnants.

Les risques du gaming sur la santé auditive

Les expositions sonores liées au gaming augmentent la **dose globale d'exposition sonore**, avec deux types de risques pour la santé :

Des **risques auditifs**, tels que les acouphènes (sifflements dans les oreilles), l'hyperacousie (sensibilité accrue aux sons) et diverses formes de surdité, comme la perte auditive ou une presbyacousie précoce.

Des risques **extra-auditifs**, incluant fatigue, difficultés de concentration, stress, irritabilité, anxiété et même dépression

D'où viennent les risques?

Les risques pour l'audition résultent d'une combinaison de trois facteurs clés :

La **durée d'exposition** au son : le temps hebdomadaire de jeu (7h17) **s'ajoute** aux autres sources de consommation sonore quotidienne.

Le **volume sonore** : plus le volume est élevé, plus la pression acoustique exercée sur l'oreille devient dangereuse.

La **dose globale d'exposition sonore** sur la journée : c'est la combinaison du **volume** et de la **durée d'écoute** sur l'ensemble des activités sonores.

Rappel important : l'oreille n'a pas la capacité naturelle de se **protéger** contre les niveaux sonores cumulés auxquels nous sommes exposés aujourd'hui

Protégez vos oreilles pendant vos sessions de gaming

Saviez-vous que les gamers pratiquent plus de sport que la moyenne nationale ? Cela témoigne de leur capacité à adopter des **comportements bénéfiques** pour leur santé. Alors pourquoi ne pas aussi adopter de bonnes pratiques pour protéger votre audition tout en profitant de vos **jeux vidéos** ?

Prenez soin de vos oreilles pour profiter de vos jeux plus longtemps grâce à ces gestes simples :

- **Limitez** l'utilisation du casque au maximum et privilégiez les **hauts-parleurs** lorsque cela est possible.
- Optez pour du matériel conçu pour les jeux, comme des **casques gaming** adaptés ou des **casques couvrants** (idéalement avec réduction de bruit).
- Réglez le volume du casque à un **niveau confortable**, tout en le maintenant aussi bas que possible.
- Surveillez la durée d'utilisation du casque et le volume sonore : il est recommandé de ne pas dépasser **60% de la capacité maximale** de l'appareil.
- Variez les modes d'écoute : **alternez** entre casques, sorties audio directes (ordinateur) ou enceintes nomades.
- Prévoyez des pauses de calme sonore : il est conseillé de faire **5 à 10 minutes de pause toutes les heures**.
- Profitez du **sommeil** pour permettre à vos oreilles de se reposer

Les objectifs de l'enquête

L'enquête réalisée par l'association visera à dévoiler :

- La typologie des joueurs à risque
- La caractérisation du comportement à risque
- Les réalités du risque
- L'émergence de bonnes pratiques au sein de la communauté des joueurs

Ces éléments seront présentés lors de la conférence de presse de lancement de la 28e édition de la campagne Journée Nationale de l'Audition, prévue le lundi 10 mars 2025 de 9 h 30 à 12 h 00 à Paris.

QUELLES PROPOSITIONS POUR INFLÉCHIR LA CROISSANCE DES SURDITÉS EN FRANCE ?

- Reconnaître l'**audition parmi les déterminants de santé à tous les âges de la vie** ;
- Développer une « **médecine préventive** » questionnant les modes d'exposition sonore dans toute prise en charge médicale ;
- Instaurer une **politique de veille sanitaire** en intégrant le dépistage auditif régulier à tous les âges de la vie ;
- Mettre en place des campagnes de communication à l'image de **la lutte contre les facteurs de risques (obésité, alcool...) et des campagnes M't dents** ;
- Mettre en place des campagnes d'appui à **la lutte contre les surdités professionnelles** ;
- Développer **l'éducation à la santé auditive dès le plus jeune âge**, annoncée dans la loi de modernisation de la loi de santé en janvier 2016 ;
- Reconnaître **les différents symptômes auditifs parmi les handicaps invisibles invalidants** pour réduire l'errance et le nomadisme médical.

Le retour sur investissement serait supérieur au coût lié aux prises en charge, à celles à venir, en raison de la « zone fantôme des surdités non compensées » aux effets désastreux sur les états de santé à court terme, mais également lors du vieillissement.

LE MOUVEMENT JNA : UNE CHANCE UNIQUE AU MONDE

Le **Mouvement JNA** a initié la prévention dans le domaine de l'audition en France. Novateur, il a été créé pour impulser **un axe de prévention primaire**, intégrant également les actions de dépistage de l'audition parmi les outils de la prévention primaire.

La communauté en mouvement est déjà actrice de la prévention primaire.

Il suffit d'une simple impulsion volontariste des pouvoirs publics pour créer un renversement rapide de tendance.

VOUS EN ÊTES CONVAINCUS ?
Rejoignez la communauté en action réelle et concrète.

 asso-audition.org

Contact presse : Sébastien Leroy / 06 33 62 68 18 / presse@journee-audition.org

Sources:

1-Iannace G, Ciaburro G, Trematerra A. Video games noise exposure in teenagers and young adults. Noise & Vibration Worldwide 2020;51:3-11.
2-Wicaksono SN, Dewanti L, Purnami N. Correlation between earphone usage and visiting game centre with hearing threshold. J Phys: Conf Ser 2018;1075:012073.