

Jeudi 12 mars 2020 - 23^e édition de la Journée Nationale de l'Audition

Révélation des résultats de l'enquête JNA-Ifoop 2020 :
« 2020-2030 : Quel avenir pour les oreilles des Français ? »

20 millions de Français souffriraient d'acouphènes.



A l'entrée de cette nouvelle décennie, les experts de l'association JNA ont souhaité faire un point sur la place de l'audition dans la vie des Français. Cette nouvelle enquête, qui servira de référence pour les années à venir, questionne les modes de vie et leurs impacts sur la compréhension de la parole et les acouphènes ; et renseigne sur les actions santé à mener pour généraliser le suivi de l'audition dans le parcours de santé de chacun.

Cette nouvelle enquête montre l'urgence de prendre en compte les risques anthropiques (dus aux activités et aux modes de vie de l'homme) aux côtés des pratiques d'écoute de musique nomade pour développer une nouvelle écologie santé respectueuse des besoins physiologiques de l'oreille.

Synthèse principale des résultats

*L'enquête montre une augmentation des personnes concernées par les acouphènes de 31% en 2017 à 39% en 2020. Environ **20 millions** de Français ressentent des acouphènes, dont environ **6 millions** « souvent ».*

Concernant l'hygiène de vie, les modes d'écoute de musique nomade ne sont plus les seuls indicateurs d'alerte ! La majorité des Français de tous les âges fait part de difficultés de compréhension de la parole dans l'ensemble des lieux et situations de vie. Et cela, même chez les 15 - 18 ans ! **Lorsque 64% des jeunes lycéens et étudiants indiquent rencontrer des difficultés de compréhension de la parole à cause du bruit dans les classes, on ne peut que s'inquiéter sur l'optimisation des apprentissages.**

Ils sont conscients des impacts de ces gênes sur leur état de santé.

L'audition fait partie des inquiétudes des Français après les AVC. Bien que conscients de l'importance de bonnes capacités auditives sur la santé, ils sont peu nombreux à s'informer. Lorsqu'ils le font, c'est avant tout auprès de professionnels de santé puis sur internet.

Les résultats de l'enquête indiquent qu'il serait temps que les pouvoirs publics insufflent une nouvelle dynamique de santé : les Français ont désormais conscience du rôle majeur de l'audition sur leur santé. Ils sont également conscients des impacts des difficultés de compréhension de la parole en raison du bruit sur leur état de santé. Pour le moment, les comportements ne changent pas. C'est sur ce point d'orgue qu'une vraie politique de santé mettant l'audition parmi les enjeux sanitaires activerait un effet cliquet.

Analyse détaillée des résultats

La place de l'audition parmi l'ensemble des enjeux de santé

Sur 9 enjeux de santé testés, celui lié à la surdité et aux acouphènes est le seul pour lequel une majorité de Français déclare être mal informée.

Seuls 48% affirment en effet être bien informés sur ce sujet et donc 52% mal informés.

En outre, ce niveau d'information diffère fortement selon les catégories de population. Plusieurs clivages apparaissent en effet :

- Générationnel : seuls 30% des moins de 35 ans dont 26% des 15-17 ans déclarent être bien informés contre 67% des 65-74 ans et 77% des 75 ans et plus ;
- Social : 61% des « catégories aisées » sont bien informées contre 38% des « catégories pauvres » ;
- Géographique : 55% des habitants de la région parisienne sont bien informés contre 44% de ceux du Nord-Est et du Sud-Est.

La surdité et les acouphènes sont au deuxième rang de la préoccupation santé des Français

En effet, 37% des interviewés affirment être inquiets pour leur santé concernant cet enjeu d'audition. Il s'agit du second niveau d'inquiétude le plus conséquent sur les 9 testés, derrière les AVC (52%).

Cette inquiétude pour son audition est relativement homogène selon les catégories de population à l'exception des « 75 ans et plus » qui manifestent davantage d'inquiétude (44% vs 37% en moyenne). Autre grille de lecture, ce sont les enjeux qui peuvent concerner le plus de personnes et à toute époque de leur vie pour lesquels les Français ont le sentiment d'avoir à la fois peu d'information et plus d'inquiétude : les AVC et la surdité. Inversement, diverses addictions (alcool, drogues) ou les MST, qui ne concernent pas toute la population ni toutes les générations, se caractérisent par un bon niveau d'information et, en parallèle, une inquiétude mesurée.

... Et que pour la quasi-totalité des personnes interrogées, avoir une bonne audition agirait sur la santé.

91% des personnes interrogées affirment qu'avoir une bonne audition a une influence importante sur sa santé en général. Cette affirmation se transforme même en conviction pour 40% des interviewées qui considèrent cette influence comme « très importante ».

Pourtant, elles cherchent peu à combler ce déficit d'information...

Seuls 21% d'entre-elles déclarent en effet avoir recherché des informations ou des conseils concernant leur audition au cours des 12 derniers mois (dont à peine 12% des 15-17 ans contre 38% des 75 ans et plus).

...et c'est avant tout auprès des professionnels de santé qu'elles demandent conseil, devant internet...

Une majorité de personnes concernée (56%) est passée par un professionnel de santé (médecin généraliste ou spécialiste) et 10% ont consulté des personnes de leur entourage. S'agissant des outils numériques, 37% ont réalisé une recherche sur ordinateur, 19% sur un Smartphone et 11% sur une tablette.

L'environnement et les modes de vie et leurs impacts sur la santé auditive des Français

1) L'environnement et les difficultés à suivre les conversations

1 Français sur 2 quel que soit l'âge indique rencontrer des difficultés à suivre les conversations dans les différents lieux de vie. 63% des étudiants !

- **Dans les lieux publics** : les cafés, bars et restaurants (63% signalent des difficultés de ce type, -2 pts en un an), dans les écoles, établissements scolaires et universitaires (63% des étudiants sont concernés, -1 point), dans l'espace public en général (58%, -4 pts) et dans les transports en commun (50%, -2 pts) ;
- **Au travail** : 53% des actifs occupés signalent des difficultés (-3 pts) ;
- **Dans les lieux privés** : les magasins (55%, -2 pts), au téléphone (54%, +1 point) et lors de repas de famille (58%, + 6 pts).

Plus des 3/4 des Français de 15 ans ou plus (77%) affirment que les bruits et nuisances sonores ont des répercussions négatives sur différents domaines de leur santé.

Dans le détail, **les conséquences les plus répandues de cette gêne porte sur la perte de concentration, qui affecte plus de la moitié des interviewés (51%) et « la fatigue, la lassitude et l'irritabilité dans sa vie quotidienne » (49%).**

Les répercussions négatives du bruit sont également conséquentes sur :

- **La santé en général** : les maux de tête (39% des interviewés estiment que le bruit et les nuisances sonores engendrent des maux de tête), les troubles du sommeil (36%) et, à un degré moindre, l'hypertension artérielle (23%) ;
- **La santé psychologique** : le stress (44%), la nervosité et l'agressivité (43%) et, de façon moins prononcée mais concernant des souffrances plus profondes : la perte de moral (26%) et la souffrance psychologique (24%) ;
- **L'audition** : la gêne auditive caractérisée par une diminution momentanée de la compréhension de la parole (40%), les sifflements et acouphènes (38%) ainsi que la surdité (34%).

2) Les modes d'écoute de musique : toujours plus fort.

Les écouteurs demeurent la pratique dominante d'écoute nomade et à des volumes élevés chez les jeunes. L'utilisation des enceintes Bluetooth occupe la seconde place avec la particularité d'être utilisées à volume élevé.

Près de la moitié (49%) des Français qui écoutent de la musique utilisent des enceintes. Mais une proportion équivalente met aussi en avant des matériels souvent utilisés en mobilité tels que des écouteurs (33%) ou un casque classique (16%).

Par ailleurs, seuls 10% ont le réflexe de protéger leurs oreilles avec un casque (ou des écouteurs) avec réduction active de bruit dont 17% des 25-34 ans et 18% des ouvriers (probablement dans le cadre de leur travail). Enfin, 14% citent un autre matériel tel que par exemple le son qui sort directement de cet équipement.

Les pratiques en matière d'équipement utilisé varient selon le support préféré :

- **Ordinateur** : 27% des personnes qui écoutent surtout du son via leur ordinateur utilisent un casque classique (vs 16% en moyenne) ;
- **Téléphone mobile ou smartphone** : dans une logique d'adaptation à l'écoute en mobilité, 64% utilisent des écouteurs (vs 33% en moyenne) et, de façon moins conséquente, 16% ont recours à un casque avec réducteur de bruit (vs 10% en moyenne) ;
- **Chaîne Hifi** : 61% utilisent une enceinte (vs 49% en moyenne).

Si l'on s'intéresse plus précisément aux personnes qui utilisent un casque ou des écouteurs, c'est-à-dire à une écoute de sons qui peut se faire en mobilité, **81% des personnes concernées ont une durée moyenne d'écoute quotidienne inférieure à 2 heures** dont 43% inférieure à 1 heure.

A l'opposé et, de façon plus marginale, 13% affirment avoir une durée d'écoute qui s'étale entre 2 et 3 heures, 3% entre 3 et 4 heures et 3% de plus de 4h. **Une écoute quotidienne beaucoup plus prolongée est cependant constatée auprès des jeunes générations, 27% des « moins de 35 ans » et surtout 34% des 15-17 ans déclarant une écoute supérieure ou égale à 2h (vs 19% en moyenne).**

S'agissant du support d'écoute préféré, c'est avec une enceinte Bluetooth que le volume sonore élevé pour écouter des sons est le plus adopté (37%). Constat surprenant, 40% des interviewés ayant déjà activé la fonction de bridage optent pour un volume sonore élevé. Cette fonction joue peut-être un rôle rassurant, contribuant à les faire se sentir autorisés à augmenter le volume.

Seuls 25% des Français ont déjà activé une fonction de « bridage » sur leur téléphone permettant de définir un seuil de volume maximum. Résultat encourageant toutefois, 44% des 15-17 ans, des 18-24 ans et 43% des 25-34 ans l'ont déjà activé alors qu'ils écoutent de la musique avec un volume sonore particulièrement élevé et qu'ils sont, comme vu précédemment, moins bien informés sur les enjeux de santé ayant trait à leur audition. Néanmoins, d'autres populations concernées par les enjeux d'audition ne sont pas toutes familiarisées avec cette possibilité.

L'utilisation du bridage n'atteint en effet que:

- 43% de ceux qui utilisent principalement leur téléphone pour l'écoute du son ;
- A peine une moitié (50%) de ceux qui utilisent un casque avec réducteur de bruit ;
- 51% de ceux qui ressentent « souvent » des acouphènes.

Les lieux d'écoute de sons avec un casque ou des écouteurs sont multiples et ne se limitent pas au domicile.

Parmi les utilisateurs de ces équipements, 78% le font à leur domicile (+1 point vs 2017). Mais cette écoute a également beaucoup lieu en mobilité et dans des situations variées : 53% des personnes concernées le font dans les transports en commun (-3 pts), 52% en pratiquant une activité sportive (score identique à 2017) et 49% dans la rue (-2 pts). De façon logique, cette pratique diminue dans des lieux moins opportuns pour ce type d'écoute car moins propices à une activité solitaire.

Ainsi, 17% des personnes concernées utilisent un casque ou des écouteurs dans les cafés, bars ou restaurants (+ 1 point) et 33% des étudiants et des actifs le font à l'école ou au travail (+ 5 pts).

Les jeunes continuent à écouter à fort volume

S'agissant du volume d'écoute de sons, 75% des utilisateurs déclarent opter pour un volume sonore modéré contre 25% qui préfèrent un volume élevé. Mais là encore, les plus jeunes se démarquent sans toutefois inverser cette tendance.

Respectivement 29%, 36% et 43% des 15-17 ans, 18-24 ans et 25-34 ans préfèrent en effet utiliser un volume sonore élevé contre à peine 12% des 65 ans et plus.

34% des ouvriers optent aussi pour un volume sonore élevé, choix qui est probablement plus subi que choisi compte tenu des conditions de travail bruyantes auxquelles certains d'entre eux sont soumis (travail en extérieur, machines...). Cette préférence pour un volume sonore élevé grimpe également à 34% auprès de catégories de population potentiellement plus exposées aux nuisances sonores: les foyers avec enfants et les habitants de la région parisienne où la densité de population est la plus importante.

Autre exemple de comportement à risque, 25% des Français se sont déjà endormis en écoutant du son avec un casque ou des écouteurs. Cette proportion est stable sur 3 ans (26% en 2017). Dans le détail, 3% le font tous les soirs, 8% « régulièrement » et 14% « de temps en temps ». **Mais là encore, cette pratique représente un phénomène de masse chez les 15-17 ans (46%), les 18-24 ans (45%) et, à un degré moindre, les 25-34 ans (39%).**

Le Smartphone et l'enceinte Bluetooth constituent des supports particulièrement propices à ce comportement, respectivement 40% et 38% des personnes affirmant qu'il s'agit de leur support préféré s'étant déjà endormi en écoutant du son. Les interviewés ayant activé la fonction de bridage sur leur téléphone sont aussi fortement concernés (54% ont eu recours à cette pratique). **Enfin, une majorité de personnes ressentant souvent des acouphènes (56%) à la suite d'une écoute prolongée de musique ou de conversations téléphoniques via un casque ou des écouteurs, déclare s'être déjà endormie en écoutant du son.**

Des comportements inquiétants : un important déficit de sensibilisation sur le risque d'acouphènes est constaté à la suite d'une écoute prolongée de musique ou de conversations téléphoniques via un casque ou des écouteurs :

- **Dans l'absolu :** 37% des Français déclarent avoir déjà ressenti des acouphènes à la suite de cette écoute prolongée soit une hausse de 6 points en 3 ans. Plus précisément, 12% en ressentent « souvent » et 25% « de temps en temps ». Cette proportion atteint 51% chez les 15-17 ans, 46% chez les 18-24 ans et 44% chez les 25-34 ans. Elle s'élève par ailleurs à 44% parmi les individus ayant des enfants dans leur foyer.
- **A posteriori :** 52% des personnes ressentant souvent des acouphènes suite à cette écoute prolongée, déclarent utiliser un volume sonore élevé.

L'audition dans le parcours de santé des Français

Seulement 1 personne interrogée sur 2 affirme s'être déjà rendue chez un médecin ORL pour faire un bilan complet de son audition, seulement 4 jeunes sur 10.

Plus précisément, 28% l'ont fait il y a moins de 5 ans (28%) et 23% il y a plus de 5 ans. Constat encourageant, cette proportion progresse légèrement sur un an (+4 pts) et passe symboliquement le cap de

la majorité des interviewés. **Cette hausse concerne logiquement ceux qui ont fait un bilan complet il y a moins de 5 ans dont la proportion passe de 23% à 28%.**

Dans le détail, ce sont les personnes les plus âgées qui sont les plus nombreuses à avoir réalisé un bilan même si l'écart n'est pas considérable avec les jeunes générations alors qu'elles ont bénéficié de moins de temps. **Plus des 2/3 (68%) des « 75 ans et plus » ont ainsi réalisé ce bilan contre respectivement 49% des 15-17 ans, des 18-24 ans et 42% des 25-34 ans.**

Par ailleurs, logiquement, les personnes qui ont déjà ressenti des acouphènes sont 64% à s'être rendu chez l'ORL dont 75% de ceux qui en ont « souvent ».

La principale raison qui incite les personnes concernées à faire un bilan complet de son audition s'inscrit dans le cadre du suivi général de sa propre santé (47%) plus que sur des problèmes précis liés à son audition tels que le ressenti de sifflements ou de bourdonnement dans les oreilles (cité par 18%) ou la sensation d'une gêne de compréhension de la parole (17%). Enfin 14% évoquent d'autres raisons comme la baisse de l'audition ou encore des visites médicales professionnelles.

Une campagne de santé publique et la télémédecine seraient les 2 actions santé qui permettraient de favoriser un meilleur suivi de l'audition.

La réalisation d'une campagne de sensibilisation par les pouvoirs publics est citée en premier par 33% des interviewés mais elle est suivie de peu par des informations via une application dédiée avec la possibilité de test auditif (29%), la possibilité de consulter un médecin spécialiste via internet (23%) ou encore des informations pratiques et régulières sur un site internet dédié à l'audition (22%). Une minorité de répondants évoque la possibilité d'informations ciblées sur les réseaux sociaux (11%) et l'ouverture d'une ligne téléphonique d'écoute et de conseils dédiés à l'audition (7%).

Les moins de 35 ans manifestent plus d'appétence pour des outils participatifs tels qu'une application dédiée avec possibilité de test auditif (35% des moins de 35 ans vs 26% des plus de 35 ans) et des informations ciblées sur les réseaux sociaux (20% vs 8% des plus de 35 ans).

Enfin, les personnes les plus concernées, notamment celles qui ressentent « souvent » des acouphènes font également état d'un intérêt plus prononcé pour une application dédiée avec possibilité de test auditif (38% vs 29% en moyenne).

L'association JNA

L'association JNA est une association à but non lucratif, neutre et indépendante, gérée par des experts scientifiques et médicaux et des acteurs de la prévention. Depuis 23 ans, elle fédère l'ensemble des acteurs de la prévention et de la santé, agissant sur tous les territoires de l'hexagone, pour que la santé auditive devienne une clé de santé pour être en forme au quotidien. L'association JNA organise chaque année la Journée Nationale de l'Audition (mars), Prévention Fête de la Musique et Festivals de l'été (juin à août) ; Semaine de la Santé Auditive au Travail (octobre).

Outre ces campagnes nationales, l'association JNA développe des programmes de santé auditive, invitant à intégrer l'audition parmi les déterminants « santé », facteurs clés de l'équilibre de santé et de vie sociale à tous les âges.

Association de référence dans le domaine de l'audition, la JNA regroupe 23 années d'enquêtes réalisées avec des instituts de sondage permettant d'établir un baromètre de l'audition ainsi que des données brutes des milliers de dépistages de l'audition réalisés auprès des différents publics.
www.journee-audition.org

Le groupe d'experts de l'audition, membres du Comité scientifique de l'association JNA

	Docteur Cédric AUBERT, Médecin du travail au CEA de Grenoble (38)
	Docteur Didier BOUCCARA, Secrétaire général adjoint de l'association JNA Médecin ORL - Praticien Hospitalier (75)
	Docteur. Shelly CHADHA Responsable programme de prévention de la surdit�e et des risques auditif – Organisation Mondiale de la Santé
	Professeur Andrée CHAYS Professeur ORL (CHU de Reims) – Membre correspondant de l'Académie nationale de médecine
	Professeur Françoise DENOYELLE Chef de service d'ORL pédiatrique et Chirurgie Cervico-faciale. Hôpital Necker-Enfants Malades.
	Professeur. Olivier DOUVILLE Docteur en psychologie – Maître de conférence (75)
	Laurent DROIN Directeur CIDB – Ingénieur en acoustique (75)
	Docteur Pascal FOILLET, Vice-Président de l'association JNA Médecin ORL – Praticien hospitalier (92)
	Docteur Agnès JOB Chercheure, Institut de Recherches Biomédicales des Armées.(38)
	Monsieur Philippe METZGER, Secrétaire général Audioprothésiste diplômé d'Etat (75)
	Madame Roselyne NICOLAS, vice-présidence de l'association JNA Vice-Présidente de l'association France Acouphènes (75)
	Monsieur Rémy OUDGHIRI, sociologue – Paris (75)
	Professeur Jean-Luc PUEL, Président de l'association JNA Directeur de Recherche Inserm - Institut des neurosciences - Montpellier (34)
	Professeur Hung THAI VAN, Vice-Président de l'association JNA Chef de service ORL - Hôpital Edouard Herriot - Hôpital Femme Mère Enfant (69)
	Docteur Paul ZYLBERBERG, Vice-Président de l'association JNA Médecin du travail (75) et responsable d'associations de patients malentendants