

Que deviendront-ils demain ?

Selon l'INPES (2013) presque 10 % des moins de 25 ans présentent déjà un audiogramme pathologique.

Les adolescents et jeunes adultes, en particulier, ont des comportements vis-à-vis de l'écoute des musiques amplifiées de nature à influencer, dans le mauvais sens, sur leur santé auditive comme sur leur vie sociale.

L'audition, fonction d'alerte active en permanence, est un capital maximal à la naissance dont la gestion repose sur des éléments simples, mais absolument pas intuitifs !

Par exemple, si le feu brûle la main qui s'en approche, incitant à l'en éloigner, comment pourraient-ils imaginer, seuls, l'existence d'une "zone orange" entre le seuil de danger, qui est d'ailleurs fonction du temps d'exposition, et le seuil de la douleur, heureusement rarement rencontré dans la vie courante (avion au décollage). Il faut donc leur dire, vite, que l'on risque de ne se rendre compte que trop tard que l'on a détérioré son audition. Les symptômes de la surexposition, (hypoacousie, acouphène ou hyperacousie) ne se ressentent, en effet, généralement qu'à l'arrêt de celle-ci.

L'enquête Ipsos - La Semaine du Son : "Les jeunes et l'environnement sonore" (2014), corroborant des chiffres obtenus par la Journée Nationale de l'Audition, a d'ailleurs démontré que 98% des 15-45 ans savent pertinemment qu'une exposition excessive aux sons forts peut engendrer des troubles auditifs et que 78% d'entre eux ont déjà ressenti un ou plusieurs symptômes de la surexposition sonore mais que 59% déclarent n'avoir rien fait. La consultation médicale n'ayant été le recours que pour 20% d'entre eux, on peut ainsi affirmer qu'une majorité ignore l'urgence de consulter, si les symptômes ne disparaissent pas, au bout de quelques heures et que de les répéter accélère la presbyacousie.

85 % des 15-45 ans interrogés ont d'ailleurs déclaré, sans ambages, aimer écouter fort la musique (89% des 15-30 ans), un plaisir immédiat, qui rend moins vigilant et ne saurait être nié.

La société évolue, vite. La télévision se connecte, au même titre que l'ordinateur ou la console de jeux, auxquels viennent dorénavant s'ajouter smartphones, tablettes, ... sont ainsi tous des dispositifs avec lesquels on peut écouter sans limites, en streaming, replay, etc .

En parallèle, les ventes de casques audio ont doublé en 4 ans (Source SIMAVELEC 2014), les $\frac{3}{4}$ des 15-45 ans en utilisent un, ou des écouteurs (89% des 15-30ans) et ce avant tout chez eux (90% des 15-30 ans), réglant le son plus fort en moyenne (6,4/10) à l'intérieur qu'à l'extérieur (6/10).

Ces écoutes casquées concernent d'ailleurs déjà les 3-5 ans avec 30 min. de moyenne par jour, dont 15 min. en continu... selon leurs parents !

Les différentes études ont également démontré, que les bons comportements de prévention ne sont pas la règle, pas plus sur les sujets des niveaux, de la durée, surtout en continu, ou des pauses, que de la répétition de l'exposition. Les bouchons, seuls pis-aller quand l'on fait partie d'un public passif en matière de volume sonore, ne sont utilisés "tout le temps" que par 4% , un chiffre chutant à 3% si l'on considère ceux ayant des filtres adaptés à la musique (d'ailleurs non encore labellisés !).

L'inégalité interindividuelle face à l'exposition ne s'évalue que par une dosimétrie personnelle, c'est-à-dire un simple suivi audiométrique, ouvrant d'ailleurs la voie à la collecte de données pour une étude épidémiologique généralisée sur ce sujet. Celle-là même qui brille, depuis des d'années, par son absence.

L'augmentation potentielle régulière de l'espérance de vie nous donne le devoir pur et simple d'aider les jeunes à savoir enrayer au mieux, toute accélération potentielle de leur vieillissement auditif donc cognitif, écartant de leur vie un frein possible à leur insertion comme à leur bien-vivre auditif.

L'information par l'enseignement de réflexes au demeurant si simples qu'il serait dommage de ne pas les avoir à temps, pourrait se mettre en place dans le cadre d'une éducation à la santé combinée à celle au sonore. De même, elle pourrait s'associer plus généralement à l'éveil au plaisir de l'écoute, mais aussi au mieux-vivre ensemble...

L'enseignement de la pratique personnelle de la musique pourrait alors devenir, lui aussi, un point clé pour soutenir ces différents éléments (selon la même source, 3% seulement jouent d'un instrument tous les jours). Les chiffres montrent une nécessité d'intervenir, dès le plus jeune âge comme en direction des générations précédentes, et ce sans oublier les professionnels des filières sonores. Les oreilles ont un mur...