

www.leparisien.fr

À LIRE

PROTÉGER VOS OREILLES

Comment naissent les sons, comment l'oreille les capte-t-elle, quelles sont les limites de notre système auditif ? Et comment le protéger des dangers liés au bruit ? Dans cet ouvrage préventif, Marie Caroline Mabilie nous alerte : à partir de 85 dB (le brouhaha d'une cantine), l'écoute prolongée devient néfaste pour l'oreille humaine. Lorsqu'elles sont plus développées, ces lésions de l'oreille ont des conséquences sur notre état de santé général : fatigue, irritabilité, troubles de la concentration, stress... Ce guide pédagogique s'appuie sur les conseils de spécialistes, médecins, acousticiens, et les témoignages de professionnels de la musique, chanteurs et DJ.



« Ça casse les oreilles !

Comment préserver sa santé auditive », par Marie Caroline Mabilie, Ed. du Rocher, 16,90 €.