



## L'envie de fumer, plus une habitude ?

Rubrique : actualités - Date : lundi 26 juillet 2010

---

"Une étude menée par le département de psychologie de l'Université de Tel Aviv et publiée le 13 juillet prétend que l'on fume par habitude et non par réelle addiction à la nicotine. Les patchs, les gommes et tous les autres moyens utilisés pour arrêter la cigarette seraient donc inefficaces et il faudrait réfléchir à l'élaboration d'un programme agissant sur l'élément psychologique.

Les recherches dirigées par le Docteur Reuven Dar à l'Université de Tel Aviv mettent à jour l'importance de l'habitude dans le besoin de fumer et viennent contredire les thèses selon lesquelles la nicotine est addictive. Le seul moyen d'arrêter de fumer serait donc de changer ses habitudes, d'abandonner le geste et il serait inutile d'investir dans des produits de substitution.[...]"

[lire la suite de l'article du parisien](#)