



## Arrêter de fumer améliorerait la personnalité

Rubrique : actualités - Date : jeudi 22 septembre 2011

---

"Arrêter de fumer peut entraîner des bienfaits allant au-delà des poumons. Une étude américaine, publiée dans la revue *Nicotine and Tobacco Research*, montre qu'en arrêtant la cigarette, on peut améliorer sa personnalité en réduisant, par exemple, son impulsivité.

L'auteur de l'étude, Andrew Littlefield de l'Université du Missouri, a découvert que les personnes les plus impulsives, les plus négatives, et les plus anxieuses sont aussi plus susceptibles de fumer. Les chercheurs ont comparé des fumeurs de 18 à 35 ans à un panel qui avait arrêté.

Les fumeurs de 18 ans avaient un taux d'impulsivité plus haut que les non-fumeurs du même âge, et ceux qui avaient arrêté montraient une forte baisse d'impulsivité entre 18 et 25 ans selon Andrew Littlefield. "...

[Lire la suite sur leparisien.fr](http://leparisien.fr)