



## Fumer accélère le déclin mental

Rubrique : actualités - Date : mercredi 8 février 2012

---

Les hommes fumeurs trouveront là une nouvelle raison d'éteindre leur dernière cigarette. Le tabagisme accélère le déclin mental des hommes, selon une étude britannique publiée lundi dans la revue américaine *Archives of General Psychiatry*. La perte de mémoire et l'incapacité à mobiliser une connaissance passée pour agir dans le présent seraient aggravées par la consommation de tabac. Séverine Sabia, principale auteur de cette communication, a souligné que « ce lien est sous-estimé ». Les recherches ont été menées sur des fonctionnaires britanniques, 5.099 hommes et 2.137 femmes, dont l'âge médian a été évalué à 56 ans au début des tests, pour un suivi s'étalant sur 25 ans. Les scientifiques n'ont pas pu conclure à une incidence du tabac sur le déclin mental des femmes, peut-être parce que les travaux portaient sur deux fois moins de femmes et parce que les hommes fument souvent davantage, d'après les supputations de l'équipe scientifique. Les chercheurs ont examiné le lien entre le nombre d'années de tabagisme et la perte des facultés intellectuelles dans la période de transition de l'âge adulte à la vieillesse. Si les fumeurs masculins connaissent un déclin plus rapide que les non-fumeurs, certaines disparités ont été observées chez les anciens fumeurs. Ceux qui avaient arrêté moins de dix ans avant le début des tests présentaient un risque encore plus élevé de démence, alors que les anciens fumeurs de plus de dix ans ont montré un recul moins net de leurs capacités cognitives pendant les tests. Pour sauvegarder sa matière grise, mieux vaut donc arrêter le tabac le plus tôt possible.

[source : Terrafemina](#)