

App Smettere Di Fumare Tabacco

STAI PENSANDO DI SMETTERE DI FUMARE? QUESTO È IL PRIMO PASSO NELLA GIUSTA DIREZIONE!

Non importa da quanto tempo fumi, o quanto fumi. Ogni momento è buono per cambiare la tua vita. **Basta solo un pó di forza di volontà e Nicorix, per sentirsi liberi.** Sconfiggere il vizio non solo ti darà una sensazione di libertà, ma anche concreti benefici!

Il fumo da tanto tempo non v  pi  di moda, la riduzione dei fumatori confermano le statistiche. **Ognuna di queste persone ha una propria storia nella quale ha avuto successo.** Alcuni volevano migliorare la salute, certi volevano avere pi  soldi nel portafoglio, e gli altri migliorare il proprio aspetto. Adesso anche tu puoi unirti a questo gruppo – gruppo di persone, che hanno realizzato i propri sogni e hanno raggiunto lo scopo!

→ Guarda di pi  ←
→ Guarda di pi  ←
→ Guarda di pi  ←



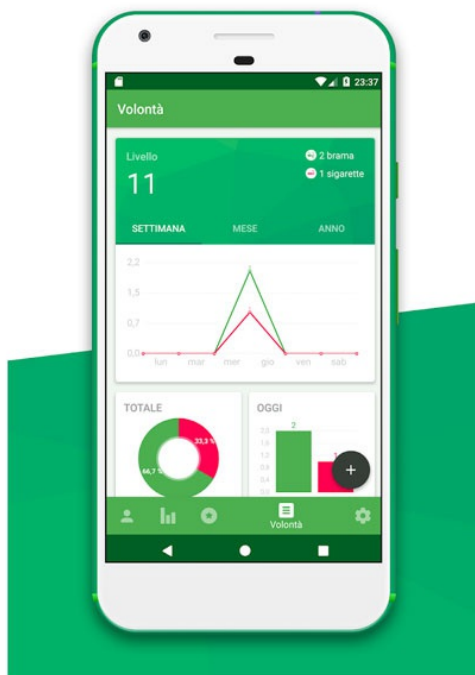
10 app per smettere di fumare

Il problema del tabagismo   tutt'altro che risolto, basti pensare che Netflix   stata appena accusata di stare riportando sullo schermo la sigaretta. Ecco 10 applicazioni valide per chi vuole dire addio al

vizio del tabacco

Kwit (Android e iOS) – Anche *Kwit* è abbastanza young: inaugurata lo scorso 6 ottobre 2017, ha già riscosso un notevole successo come motivatore anti fumo. Sia su Google Play sia sull'App Store vanta ottime recensioni e un indice di gradimento dalle 4 alle 4 stelle e mezzo. Oltre a essere young, è rivolta proprio ai più young grazie alla sua matrice ludica. *Kwit* conta infatti numerosi giochi e sfide finalizzate a convincere l'utente a non accendere la sigaretta. **I traguardi da raggiungere sono più di 60** e si potranno condividere i risultati sui social network. Oltre al lato *gaming*, si ha ovviamente accesso anche alle statistiche riguardanti il tempo trascorso dall'ultima sigaretta, il denaro risparmiato e perfino la quantità di fumo risparmiata ai polmoni.

Rafforzare la vostra volontà



App per smettere di fumare

App per smettere di fumare "il fumo uccide!". Dopo aver letto chissà quante volte questa frase stampata sui pacchetti di sigarette, hai finalmente deciso di rivolgerti a un medico con Sia chiaro, **le app di cui sto per parlarti non sostituiscono in alcun modo il medico**: devi considerarle come un qualcosa in più, un aiuto per smettere di fumare e raggiungere il tuo obiettivo in maniera serena, non come la cura principale da seguire. Ma cosa fanno di preciso queste applicazioni? Allora, la maggior parte delle soluzioni che sto per proporti fanno leva sulle motivazioni dell'utente, sul raggiungimento di alcuni obiettivi e sul sostegno di altre persone tramite la condivisione dei risultati online. Altre applicazioni, invece, aiutano a tenere il conto di quante volte si fuma nell'arco di una giornata, una settimana o un mese, in modo tale da avere un diario sempre aggiornato sulla propria dipendenza dal fumo e monitorare i propri progressi (da mostrare, poi, allo specialista per avere una cura ancora più mirata).



6 app per smettere di fumare, sul serio

Smettere di fumare è un vizio difficile da togliersi. Per fortuna la tecnologia ci aiuta ad abbandonare le sigarette grazie ad alcune applicazioni. Questa è un'app molto professionale che informa l'utente con grafici e articoli su come smettere di fumare e sui vantaggi alla salute che si otterranno. Inserendo i propri dati personali, verrà mostrato come miglioreranno le proprie condizioni di salute e di quanto aumenterà l'aspettativa di vita. L'applicazione è disponibile sul Google Play Store e sull'App Store.

Smartphone - Gadget

Il tabagismo è la seconda causa di morte nel mondo. Smettere di fumare, oltre a migliorare la salute delle persone, aiuterebbe anche l'ambiente: ecco come fare con l'aiuto della tecnologia. Negli ultimi anni in Italia il numero di fumatori, soprattutto tra i più giovani, è in continuo aumento. LILT Milano ha pubblicato una ricerca con dati allarmanti: i giovani fumatori abituali sono raddoppiati rispetto allo scorso anno, mentre i **consumatori occasionali sono cresciuti del 60%**. Le sigarette non solo diminuiscono l'aspettativa di vita di chi le fuma, ma anche di chi respira il **fumo passivo**. Per convincere i giovani a smettere di fumare si potrebbe far leva sul tema dell'ambiente. Secondo la ricerca di LILT Milano i ragazzi sono molto vicini alle tematiche ambientali e con una campagna pubblicitaria che evidenzia i danni provocati dai mozziconi delle sigarette si potrebbe invertire il trend.

Ministero della Salute

Disponibile online la versione Android su Play Store e la versione iOS su App Store

Questa App non sostituisce in alcun modo l'attività del medico o dei centri antifumo. Il Ministero della Salute declina ogni responsabilità in merito all'uso improprio delle informazioni contenute nella App e invita gli utenti a rivolgersi sempre e comunque al proprio medico o al Telefono Verde contro il Fumo 800 55 40 88 per una consulenza sulle problematiche legate al tabagismo.

Smettere di fumare: le 5 migliori applicazioni smartphone gratuite

Cercate un metodo per smettere di fumare? Scopriamo insieme quali sono le migliori 5 app Android per aiutarvi a perdere il vizio con l'aiuto del vostro smartphone.

Smettere di fumare tramite lo smartphone può essere stimolante ed efficace ricorrendo al giusto mix di servizi, ciascuno dei titoli che vi proponiamo rientra nella scelta delle **migliori app Android** dedicate a questo compito offrendovi consigli, obiettivi/traguardi e promemoria costanti.

KWIT: L App per smettere di fumare con 1

Con Kwit smettere di fumare diventa un gioco per tutti. L'app nata nel 2012 oggi è la più scaricata dagli utenti.

L' App è gratuita, ma contiene delle opzioni a pagamento, quindi per sfruttare tutto il potenziale del "gioco" si dovranno pagare dai 5,99€ 1/mese, 29,99€ 6/mesi o 49,99€ /anno.

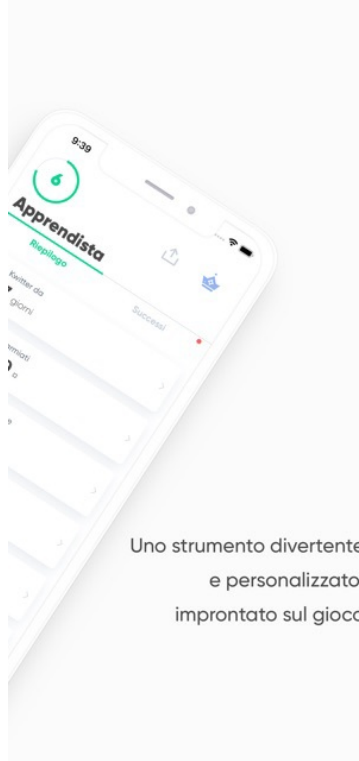


Kwit - Smettere di fumare 17

Leggi le recensioni, confronta le valutazioni dei clienti, guarda gli screenshot e ottieni ulteriori informazioni su Kwit - Smettere di fumare. Scarica Kwit - Smettere di fumare direttamente sul tuo iPhone, iPad e iPod touch.

PROGRESSI E FRASI MOTIVAZIONALI

Grazie a Kwit, maggiore sarà il tempo trascorso da non fumatore, maggiori saranno i traguardi che riuscirai a sbloccare. Con circa 84 traguardi sbloccabili, potrai renderti conto di tutti i vantaggi di una vita senza nicotina. Prova a diventare Kwit Supremo per ricevere i punteggi più alti! In più avrai modo, direttamente dall'app, di leggere delle frasi di incoraggiamento semplicemente scuotendo il telefono. Riuscirai a superare l'astinenza facilmente grazie agli oltre 200 consigli disponibili!

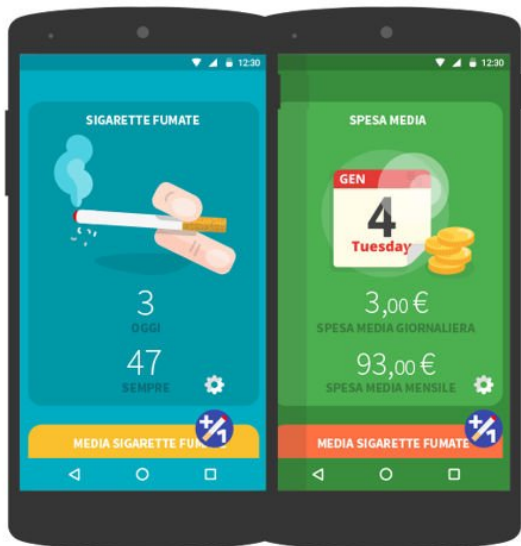


Uno strumento divertente
e personalizzato,
improntato sul gioco

Cigs Counter: 1 - App che Aiuta a Smettere di Fumare

perché non sfruttare il nostro amato cellulare per smettere di fumare o quantomeno per ridurre il consumo di sigarette giornaliere? Cigs Counter fa al ...

Dopo averne provate tante, ho trovato finalmente l'applicazione giusta per il fumatore che vuole smettere o ridurre il consumo di sigarette o di tabacco. **Cigs Counter**, a dispetto del nome, ha un'interfaccia completamente in italiano. Una volta avviata, ci ritroveremo davanti una schemata semplice ma molto curata, colorata e innovativa. La prima cosa che ci chiederà l'app sarà di impostare il prezzo del nostro pacchetto di sigarette (nel caso di tabacco basta impostare il prezzo della busta di tabacco e una media di quante sigarette riusciamo a produrre con quella quantità). Questa informazione serve all'applicazione per generare delle statistiche sull'importo speso per il nostro vizio. Fidatevi, vedere dopo qualche mese gli euro spesi sarà già un buon incentivo per diminuire drasticamente il consumo di sigarette!



5 app per smettere di fumare O quantomeno per provarci

5 app per smettere di fumare O quantomeno per provarci Ultima sigaretta. Sono queste le parole con cui Zeno Cosini, noto protagonista del romanzo di Svevo, tenta l'impossibile fatica di dire L'uso di quest'app è davvero semplice, per iniziare occorre solo inserire tre informazioni: la data dell'ultima sigaretta, il numero di sigarette fumate in un giorno e il costo del pacchetto. Da questo momento in poi comincia la sfida. Già, perché la potenzialità di quest'app è quella di sfruttare alcune caratteristiche proprie della gamification, cioè ad ogni giorno di rinuncia, corrisponde il superamento di alcuni livelli fino a diventare un kwitter professionista. Per ogni livello raggiunto si ricevono dei premi, suddivisi nelle categorie Salute, Benessere, Tempo, Soldi, Sigarette. Come in ogni videogioco che si rispetti, ad ogni livello superato aumentano le categorie e ogni volta che se ne completa una si sblocca un beneficio. Ed ecco che dal semplice "affinarsi dell'olfatto", beneficio quasi immediato che si ottiene già al livello 1, quando si arriva al 5 si scopre che non c'è più nicotina nel nostro organismo e da qui tanti altri vantaggi per il nostro benessere che il corpo con il tempo aveva dimenticato.

