

# Smettere di fumare si può, ci pensa lo smartphone

Data: Invalid Date | Autore: Rosalba Capasso



AUCKLAND, 15 NOVEMBRE 2012 - Vizio quello delle «bionde», che accomuna milioni di fumatori nel mondo. Il mercato offre un'immensa variante di alternative e metodi per eliminare del tutto i contatti con la nicotina, ma il più delle volte, è un fallimento totale con un bel po' di soldi andati in fumo. Così senza tanto dispendio di denaro, arriva un'alternativa simpatica e curiosa, ma che soprattutto ha avuto un buon riscontro a riguardo.[MORE]

Direttamente dalla Nuova Zelanda e più precisamente dalla città più popolosa, Auckland, giunge questa interessante scoperta. L'amico del cuore della stragrande maggioranza di noi, lo smartphone, potrebbe rivelarsi alquanto utile oltre che per essere contattabili in qualsiasi momento, per combattere la «causa incriminata». Infatti secondo lo studio pubblicato su Cochrane Library e diretto da Robyn Whittaker del National Institute for Health Innovation dell'Università di Auckland in Nuova Zelanda, gli sms e video informativi contro il fumo ricevuti sul cellulare invitano il tabagista a fumare di meno, spronandolo a non accendere la sigaretta tanto desiderata in qual preciso istante.

Questo è quanto riporta Whittaker e il suo staff, dopo un'attenta analisi su un quantitativo di novemila persone affette da tabagismo forte, che cercavano di smettere e fino a quel momento senza esito positivo, pertanto con l'ausilio di tecniche di messaggistica istantanea, video illustrativi e piccoli sondaggi on line, sono stati più invogliati e quindi motivati a troncare la liaison con le bionde. Come spiega lo stesso professore: «Se, come sembra dalla nostra revisione, siamo in grado di aiutare più

persone a smettere di fumare a costi inferiori rispetto ad altri interventi di sostegno telefonico, si può affermare che l'uso della telefonia mobile sia costo-efficace». Insomma un mix di alta tecnologia a favore di una nobile causa, la salute.

(fonte: <http://www.inmagine.com>)

Rosalba Capasso

---

Articolo scaricato da [www.infooggi.it](http://www.infooggi.it)

<https://www.infooggi.it/articolo/smettere-di-fumare-si-puo-ci-pensa-lo-smartphone/33483>

