





Aplicaciones

APLICACIONES PARA DEJAR DE FUMAR

Nombre	Autores	Plataforma	Idiomas	Características	Coste	Más información
 S'ACABÓ	SEDET Sociedad Española de Especialistas en Tabaquismo	- IOS - Android	- Castellano - Inglés	- Consejos basados en la evidencia - Juegos para controlar el ansia (craving) - Mensajes motivadores	- Gratuita	https://www.sedet.org/app-sacabo/
 Respir APP	AECC Asociación Española contra el Cáncer	- IOS - Android	- Castellano	- 4 fases - Reducción de consumo a consejos de autocontrol - Muy dinámica	- Gratuita	https://www.aecc.es/actualidad/noticias/respirapp
 Easy QUIT Stop Smoking	David Crane	- IOS - Android	- Castellano - Inglés	- Registro del motivo de consumo con estadísticas - Juego para controlar el ansia - Lista de motivaciones y retos	- Gratuita con anuncios - Versión de pago sin anuncios	https://www.easyfit-caloriecounter.de/stopsmokingapp
 Quit Now	Fewlaps, SC	- IOS - Android	- Varios	- Chat interactivo con otros usuarios - Casilla de ganancias en salud y ahorro	- Gratuita - Versión Pro de pago con más contenidos	https://www.quitnow.app/es#Chat

PAPSF 2019