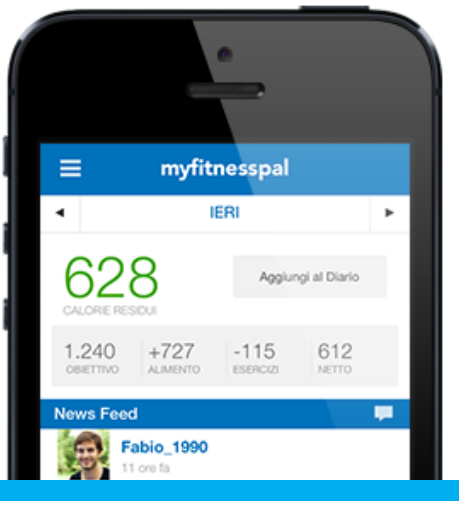
Piacere, MyFitnessPal

MyFitnessPal è la risorsa - completamente gratuita - che aiuta le persone a migliorare il proprio benessere.

Grazie all'applicazione mobile, che in poco tempo ha ottenuto un grande seguito di pubblico, e al sito web, oltre 40 milioni di persone si prendono oggi cura della propria salute in maniera semplice ed efficace.

L'ampio database nutrizionale, in cui sono catalogati oltre 3 milioni di alimenti, consente di tracciare con precisione ciò che si sta mangiando, monitorando al contempo l'esercizio fisico quotidiano, per mantenere sotto controllo il proprio stile di vita.

> **È davvero molto semplice. Con MyFitnessPal è possibile perdere peso da soli.**
> *- Wendy G., San Diego, CA*



Che cosa rende speciale MyFitnessPal?

Forza della community

Condivisione dei progressi e dei risultati raggiunti: potenzialmente, 40 milioni di utenti fanno virtualmente il tifo e forniscono sostegno quando serve.

Successo comprovato

Gli utenti attivi di MyFitnessPal perdono in media 5,5 kg.

Soddisfazione dei consumatori

Gli utenti hanno fornito oltre 500.000 voti a 5 stelle negli app store di Apple e Google Play.

Inserimento dei cibi semplice e veloce

MyFitnessPal ricorda i tuoi cibi preferiti e ti permette di aggiungere più elementi contemporaneamente, salvare e aggiungere interi pasti e molto di più.

La più grande banca dati di alimenti

MyFitnessPal contiene oltre 3 milioni di alimenti, con il contenuto nutrizionale di tutte le principali marche e ristoranti.

Partnership con i migliori

Alcuni dei brand più conosciuti a livello mondiale, tra cui BodyMedia, Fitbit e Withings, collaborano con MyFitnessPal per condividere i dati.

La missione di MyFitnessPal:

- Operiamo per ottenere un mondo più sano: la nostra sfida è aiutare le persone a raggiungere la forma fisica e a migliorare il loro benessere.

Ad oggi, la community di MyFitnessPal ha:

- Registrato oltre 4 miliardi di voci alimentari
- Bruciato quasi 125 miliardi calorie
- Perso oltre 50 milioni di chilogrammi

Come funziona



Monitora la dieta quotidiana e l'esercizio fisico



Fissa gli obiettivi e verifica i progressi



Consente di condividere i risultati con gli amici

> **MyFitnessPal è stato il primo passo per cambiare la mia vita. Una volta che ho deciso di perdere peso, ho scaricato l'app gratuita, facilmente reperibile negli app store. La sua facilità d'uso e la comunità di utenti che mi ha dato supporto hanno tenuto viva la mia motivazione. Dopo aver eseguito l'accesso all'applicazione per 480 giorni di fila e aver perso oltre 45 chili, ancora non ho dovuto aggiungere manualmente alcun alimento al database, che è stupefacente. Consiglio a tutti di usarlo!**
>
> *- Joy D., Philadelphia, PA*