

# L'iPhone si può usare come generatore di rumori bianchi: ecco come (con iOS 15)

[https://www.hwupgrade.it/i/n/iPhone14Cam\\_720.jpg](https://www.hwupgrade.it/i/n/iPhone14Cam_720.jpg),



All'interno del sistema operativo degli iPhone sono integrati alcuni suoni da sottofondo che possono venire incontro nelle situazioni di maggiore stress

di [Rosario Grasso](#) pubblicata il **22 Maggio 2022**, alle **11:01** nel canale [Apple iPhone iOS](#)

Si stanno diffondendo sempre più quelle **app** che si limitano unicamente a emettere **suoni rilassanti**, magari per contrastare il **rumore ambientale** che in alcuni casi ci circonda. I possessori di **iPhone**, però, non devono pensare a una soluzione interna, perché Apple ha integrato una funzionalità del genere già all'interno del sistema operativo di ultima generazione **iOS 15**.

Su iPhone, infatti, si possono riprodurre suoni rilassanti (come il **suono dell'oceano** o della **pioggia**) per mascherare il rumore ambientale indesiderato e per aiutare a minimizzare le distrazioni per concentrarti o riposare. Per farlo basta semplicemente recarsi *Impostazioni* > *Accessibilità* > *Contenuti audiovisivi* > *Suoni di sottofondo*, quindi attivare *Suoni di sottofondo*, che fondamentalmente è il nome che Apple utilizza per indicare i rumori bianchi.



Nella pagina principale del menu Suoni di sottofondo, si può anche regolare il volume del rumore bianco indipendentemente dalle altre funzioni del telefono. Ci sono anche opzioni per abilitare i suoni di sottofondo durante la riproduzione di altri contenuti multimediali e per interrompere la riproduzione dei suoni quando l'iPhone è bloccato.

Inoltre, c'è un modo per **associare il proprio rumore bianco preferito al pulsante laterale di iPhone**, in modo da non dover entrare ogni volta nel relativo menù per abilitarlo. Per configurare lo smartphone in questo modo basta recarsi nel menu *Accessibilità*, poi *Abbreviazioni* e aggiungere i Suoni di sottofondo all'elenco.

[Read More](#)