Campione / A08

Liberare spazio sul telefono

Gratis: due degli otto compiti, completi

Per chi ha l'avviso di spazio esaurito su iPhone o Android e non vuole eliminare ciò che non dovrebbe. Ogni compito dice cosa si perde con ogni pulsante, dove recuperarlo e per quanti giorni.

Il telefono carico o collegato alla corrente, il codice di sblocco, il Wi-Fi e l'accesso ai tuoi account (Apple, Google o Samsung). Per il compito 07, un computer e un cavo dati, oppure spazio nel cloud, che può essere a pagamento. Alcune opzioni di Android sono disponibili solo da Android 14 o 15 in poi.

Incluso nella guida completa

01 Vedere cosa occupa lo spazio e confermare i backup (in questo campione)
02 Foto e video senza perderne nessuno
03 WhatsApp: file grandi e download automatici (in questo campione)
04 App: rimuovere senza perdere i dati
05 Messaggi, allegati e video scaricati
06 Download, file e browser
07 Portare foto e file sul computer o nel cloud
08 Una routine per non riempirlo di nuovo

I nomi dei pulsanti seguono le pagine ufficiali in italiano, consultate a novembre 2026: su iPhone, iOS 27; sulla pagina Samsung, la versione del 2021. Possono cambiare con modello, marca e versione del sistema; se non ne trovi uno, usa la ricerca delle Impostazioni o apri la fonte ufficiale indicata nel compito.

Compito 01

Vedere cosa occupa lo spazio e confermare i backup

Sapere cosa riempie il telefono e avere un backup recente prima di cancellare qualsiasi cosa.

01 iPhone: apri Impostazioni, tocca «Generali» e «Spazio su iPhone». In alto vedi lo spazio disponibile; sotto, i consigli e l'elenco delle app, ognuna con lo spazio che occupa. I download di Safari e ciò che si trova in «Su iPhone», nell'app File, rientrano nelle app. Scrivi sul foglio le tre categorie o app che occupano di più.

02 Android: apri Impostazioni, tocca «Spazio di archiviazione» e scegli una categoria per vedere cosa occupa.

03 Prima di eliminare, verifica i backup e scrivi le date sul foglio. iPhone: Impostazioni, il tuo nome, iCloud, «Backup iCloud»; la data e l'ora del backup più recente compaiono sotto «Esegui il backup adesso». Con Foto di iCloud, le foto non entrano in questo backup: sono sincronizzate, ed eliminarne una sull'iPhone la elimina ovunque. Google Foto: lo stato «Backup completato». WhatsApp: Impostazioni, Chat, Backup delle chat.

Conferma il risultato

Hai sul foglio lo spazio disponibile, le tre categorie o app che occupano di più e le date dei backup del telefono, delle foto e di WhatsApp.

Se qualcosa non va come previsto

Se un backup non ha una data recente, non eliminare nulla prima di farlo: il kit iOutlet «Backup che funzionano», venduto a parte, ha i passaggi. Con il cloud pieno, il backup non viene eseguito (compito 07). Su iPhone, il sistema rimuove da solo i file temporanei e nella cache quando serve spazio: non devi eliminarli tu.

Apple: gestire lo spazio di archiviazione su iPhone · Apple: controllare lo spazio di archiviazione su iPhone · Google: liberare spazio sul dispositivo Android · Apple: backup su iCloud · Google: backup su Google Foto (Android) · WhatsApp: come liberare spazio di archiviazione

Compito 03

WhatsApp: file grandi e download automatici

Liberare lo spazio che WhatsApp occupa senza eliminare le chat che vuoi conservare.

01 Prima, cosa si perde. Eliminare un file in WhatsApp è permanente: non puoi riscaricarlo dalla chat e sparisce dal backup al backup successivo. Sparisce solo per te; gli altri continuano a vederlo. Vederlo nella galleria non basta, perché può essere lo stesso file. Se una foto o un video è importante, salvane prima una copia fuori da WhatsApp (Google Foto, iCloud o computer), aprila lì e solo dopo elimina. Se ti chiede se eliminare anche dalla galleria, lascia quell'opzione deselezionata.

02 Apri WhatsApp. Android: Impostazioni, «Spazio e dati», «Gestisci spazio». iPhone: tocca la tua immagine del profilo, «Spazio e dati», «Gestisci spazio». In alto vedi lo spazio che WhatsApp occupa sul telefono.

03 Per vedere cosa pesa in una chat: aprila, tocca il nome della chat e «Gestisci spazio». I file compaiono dal più grande al più piccolo. Elimina solo quelli che non vuoi più.

04 In «Spazio e dati», nella sezione «Download automatico media», scegli cosa si scarica da solo. iPhone: per ogni tipo, «Mai» o «Wi-Fi». Android: deseleziona i tipi in «Quando utilizzi la rete mobile», «Quando ti connetti tramite Wi-Fi» e «Quando sei in roaming». Ciò che non viene scaricato resta nella chat finché non lo tocchi.

Conferma il risultato

Lo spazio indicato in alto in «Gestisci spazio» è diminuito, le chat che volevi ci sono ancora e il download automatico è impostato come hai scelto.

Se qualcosa non va come previsto

Con il telefono quasi senza spazio, WhatsApp potrebbe non funzionare come dovrebbe. Non eliminare il backup di WhatsApp per guadagnare spazio: l'eliminazione è permanente ed è da lì che ripristini le chat.

WhatsApp: come liberare spazio di archiviazione · WhatsApp: come configurare il download automatico

Nel kit completo

Questo campione ha 2 degli 8 compiti. Gli altri 6 riguardano foto, app, messaggi, download, cloud e la routine mensile, con cosa si perde con ogni pulsante e i tempi per recuperare:

02 Foto e video senza perderne nessuno

Ottimizzare su iPhone, liberare spazio con Google Foto senza perdere gli originali e la tabella di cosa porta via ogni modo di eliminare.

04 App: rimuovere senza perdere i dati

I tre modi di «rimuovere» su iPhone, l'archiviazione delle app su Android e la differenza tra svuotare la cache e cancellare i dati archiviati.

05 Messaggi, allegati e video scaricati

Eliminare gli allegati di una conversazione senza eliminare la conversazione, i 30 giorni di «Eliminati di recente» e l'opzione che elimina da sola i messaggi vecchi.

06 Download, file e browser

La cartella Download dell'iPhone, le schede di pulizia di Files by Google e la casella di Chrome che non devi selezionare.

07 Portare foto e file sul computer o nel cloud

Passare le foto sul computer, confermare che si aprono prima di eliminare e cosa succede quando iCloud o l'Account Google si riempiono.

08 Una routine per non riempirlo di nuovo

Le funzioni automatiche di iPhone, Android e WhatsApp, e una revisione mensile con il foglio.

Kit completo: 4,90 €, IVA inclusa. Include la guida, l'elenco di controllo e il foglio di esercizi, con versione modificabile nel browser.

https://ioutlet.it/risorse-digitali/liberare-spazio-telefono/