

¿Por qué quiere dejar de fumar?



“No quería que mi hijo se enfermara al inhalar mi humo.”

*Juan, padre, dejó de fumar hace 2 años



“Quería mantenerme viva para mis nietos.”

*Rosa, abuela, dejó de fumar hace 4 años



“Gastaba demasiado en cigarrillos. Quería comprar otras cosas.”

*Ivette, asistente administrativa, dejó de fumar hace 1 año

Sean cuales sean sus motivos para dejar de fumar, su vida será más saludable sin cigarrillos.

*Basado en casos reales

El equipo de **QUITWORKS-RI**: Usted. Su consejero de apoyo. Su médico.

- Usted llena un formulario y su médico lo manda a **QUITWORKS-RI**.
- Luego su consejero de apoyo le llama para conversar en privado por teléfono.
- Juntos, establecen sus metas para dejar de fumar.
- Hablamos de cómo lidiar con la tensión y los sentimientos comunes al dejar de fumar.
- Le explicamos las opciones para dejar de fumar, como el parche y la goma de mascar con nicotina y los medicamentos recetados.
- Con su permiso, su consejero de apoyo informa a su médico sobre cómo le está yendo.
- Recuerde, es gratis.

“ Después de 30 años en práctica, creo que el paso más importante que usted puede dar en beneficio de su salud es dejar de fumar. Pregunte hoy mismo a su médico acerca de **QUITWORKS-RI.”**



QUITWORKS-RI

Nunca me sentí tan bien al tratar de dejar de fumar.

Sabemos que la mayoría de los fumadores necesita hacer varios intentos hasta que logra dejar de fumar. Esta vez, deje que **QUITWORKS-RI** le acompañe en cada paso del camino. **Usted puede dejar de fumar.**

“He aconsejado a cientos de fumadores que están más felices y más saludables ahora que han dejado de fumar.”

Angel
Consejero de apoyo de
QUITWORKS-RI desde
2004



Para más información acerca de **QUITWORKS-RI**, llame al:

1-800-879-8678

Español
1-800-833-5256

TTY
1-800-833-1477

Patrocinado por el Departamento de Salud de Rhode Island, en colaboración con el Centro de Recursos de Rhode Island Try-To-STOP TOBACCO (JSI Research & Training Institute, Inc.)
Language: Spanish. Revised October 2007. #003698



QUITWORKS-RI puede ayudarle a dejar de fumar.

**Miles de personas son
prueba de ello.**

Pregunte hoy mismo a su
médico acerca del programa
gratuito QUITWORKS-RI.