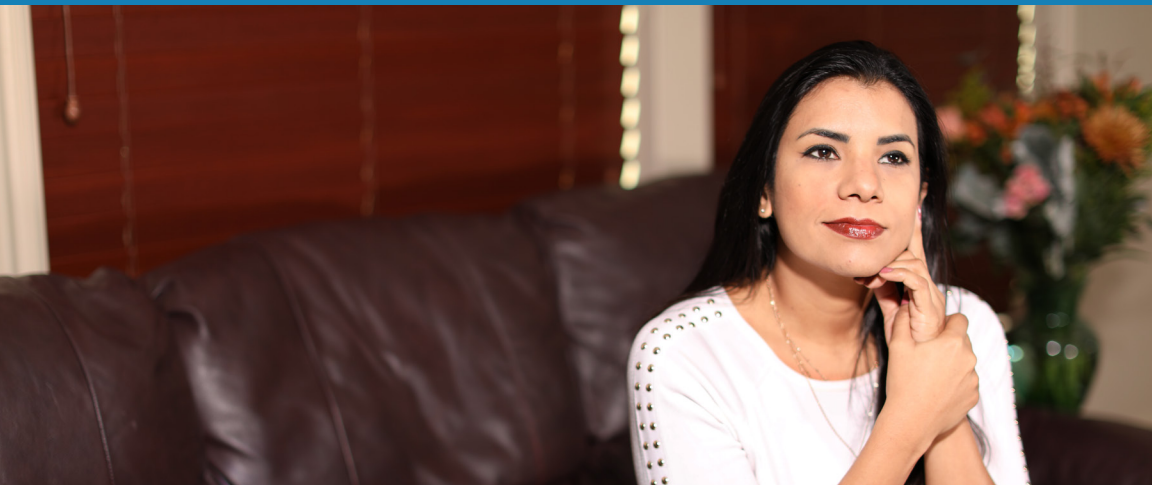


NO TIENES QUE ESTAR SOLA CUANDO DECIDES DEJAR DE FUMAR.



¿Qué apoyo puedo esperar si marco a 1-855-DEJELO-YA?

Veinticuatro horas al día, siete días a la semana la línea te ofrece un programa que ha ayudado a millones de personas a dejar el tabaco y también puede apoyarte. Se utilizan técnicas con eficiencia comprobada. Las llamadas son confidenciales, programadas, gratuitas y en español.

SMOKEFREE
oregon

AYUDA GRATUITA

¡Tú puedes vencer al tabaco!

+ LOS BENEFICIOS DE LA LÍNEA DE AYUDA (QUITLINE)

1. Una persona experta te da la información sobre los tratamientos más exitosos que existen.
2. Responden a tus dudas sobre el uso de diversos tratamientos y el que mejor se adapta a tus necesidades.
3. Recibes orientación sobre cómo y dónde conseguir medicamentos gratuitos para dejar de fumar.

ADEMÁS DE LA LÍNEA DE APOYO, TAMBIÉN TE OFRECEMOS OTRAS OPCIONES GRATUITAS Y EN ESPAÑOL:

**SMOKEFREE
TXT**

Suscríbete al sistema de mensajes de texto para acompañarte de cerca en tú proceso. Solamente envía un mensaje de texto con la palabra **ESP** al **47848**.



**LIVE
HELP**

Recibe asesoría para encontrar tu mejor opción de tratamiento en el chat de Live Help: livehelp-es.cancer.gov/app/chat/chat_launch

RECIBE APOYO GRATUITO EN ESPAÑOL, LLAMA AL 1-855-DEJELO-YA