

# ¡Mi viaje para dejar de fumar comienza hoy!

1 Quien me refirió fue: \_\_\_\_\_

2 Mi consejero para dejar de fumar es:  
\_\_\_\_\_

*(Dentro de 24 a 48 horas, un Especialista Certificado en Tratamiento para dejar de Fumar, le llamará desde el número 1-800-784-8669.)*

3 Mi consejero para dejar de fumar me llamará para la primera sesión por teléfono el:

Día: \_\_\_\_\_ Hora: \_\_\_\_\_

Estas son mis preguntas y preocupaciones acerca de dejar de fumar, que quiero discutir con mi consejero:

\_\_\_\_\_

**“Ayudar a alguien a desarrollar herramientas y darle apoyo para vivir un estilo de vida saludable, es una experiencia asombrosa. No siempre es fácil, sin embargo, con esfuerzo y cambio positivo ¡es posible!”**  
Denielle  
Consejera para dejar de fumar de QUITWORKS-RI

# QUITWORKS<sup>SM</sup>-RI



Le puede ayudar a dejar de fumar.

Miles de ex fumadores son la prueba viviente.

Hoy, durante su visita, pregunte acerca del programa gratis QUITWORKS-RI



**Contacte QUITWORKS-RI:**  
En Inglés..... 1-800-QUIT-NOW (1-800-784-8669)  
En Español..... 1-800-8-DEJALO (1-800-833-5256)

Usted puede dejarlo...  
para siempre.



"Solo tuve que decidir dejarlo y listo, mi consejero para dejar de fumar ("Quit Coach" por su nombre en inglés) supo cómo guiarme en ese momento para superarlo. Usé las mejores herramientas disponibles para dejar de fumar para siempre. ¡Me siento super bien!"

Paul, Bristol

"Quería estar más saludable y disfrutar de largas caminatas sin perder el aliento. Mi consejera para dejar de fumar fue mi apoyo y se dedicó a mis objetivos tanto como yo lo hice. Ella tuvo un papel importante en mi éxito."

Sue, Warwick

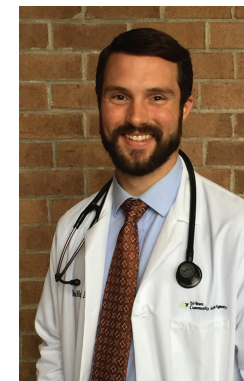


"La consejera de QUITWORKS me ayudó hace 5 años, a dejar de fumar. Ahora, ¡puedo hacer ejercicio sin tener dolores en el pecho, me siento cada día más saludable y disfruto mis comidas favoritas de nuevo!"

Minerva, Providence

Su equipo de "QUITWORKS-RI":  
Usted, su médico y su consejero  
para dejar de fumar.

- Usted y su médico completan el formulario y lo envían a QUITWORKS-RI.
- Dentro de 24 a 48 horas, su consejero para dejar de fumar (o Especialista Certificado en Tratamiento para dejar de Fumar) le llamará para tener una conversación confidencial.
- Usted y su consejero para dejar de fumar, programarán los horarios para hablar nuevamente por teléfono, cuando sea más conveniente para usted.
- Su consejero para dejar de fumar le ayudará a establecer metas alcanzables para dejar de fumar.
- Su consejero para dejar de fumar le ofrecerá apoyo y planes para ayudarlo a lidiar con el estrés y los sentimientos que se experimentan al intentar dejar de fumar.
- Su consejero para dejar de fumar le hablará acerca de lo seguro y efectivo que son las medicinas y los diferentes métodos para dejar de fumar. Entre los ejemplos podemos incluir las diferentes Terapias de Reemplazo de Nicotina ("NRT") aprobadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos ("FDA"), como la goma de mascar, parches, lozenges o medicina recetada.
- Si usted lo autoriza, su consejero para dejar de fumar le informará a su médico su progreso.
- Recuerde, sus sesiones de QUITWORKS-RI son GRATIS.



"Lo más importante que usted puede hacer por su salud, es dejar de fumar. He conectado a muchos pacientes con QUITWORKS-RI y he visto a muchos estar más saludables. ¡Pregunte a su médico acerca del programa gratis QUITWORKS-RI hoy!"

Matthew Malek MD MPH  
Director Medico  
Tri-County Community Action  
Agency Health Center