



**Dejarlo no es el fin.
Es el principio.**

1.800.QUIT.NOW

(1.800.784.8669)

www.quitlineiowa.org



QUITLINE IOWA

1 800 QUIT NOW | 1 800 784 8669

**Dejar el tabaco es una odisea,
y no tiene que enfrentarla
solo. Tenemos un equipo de
asesores que le ayudarán a
encaminarse hacia el éxito.**

Asesoría por teléfono

Ofrecemos apoyo telefónico cuando lo necesite a cargo de asesores expertos y comprensivos.

Apoyo en línea

Ofrecemos apoyo por Internet, mensajes de texto y correo electrónico para dejar el tabaco.

Recursos para dejarlo

Le enviaremos una libreta fácil de completar que le ayudará a crear un plan personalizado para dejar el tabaco.

Existen recursos para ayudarle a vivir sin tabaco. Nuestros asesores pueden ayudarle a elegir el mejor recurso para usted y hasta podría calificar para recibir terapia gratuita para reemplazar la nicotina.

1.800.QUIT.NOW (1.800.784.8669)

www.quitlineiowa.org



QUITLINE IOWA

1 800 QUIT NOW | 1 800 784 8669



Producido con fondos del Departamento de Salud Pública de Iowa, División para la Prevención y Control de Uso del Tabaco

©2016 National Jewish Health