

# RESUMEN DE MISSOURI TOBACCO QUIT SERVICES

-  Inscríbese hoy
-  Hable con un instructor
-  Reciba medicamentos para dejar de fumar
-  Obtenga apoyo continuo

## RESUMEN DE LOS SERVICIOS

### INSTRUCCIÓN

Nuestros instructores son especialistas capacitados en el tratamiento del tabaquismo y tienen capacitación adicional para programas especializados

- Apoyo en línea (a través de un programa en internet)
- Apoyo por teléfono (5 llamadas telefónicas personalizadas y confidenciales, los programas avanzados ofrecen llamadas adicionales)
- Apoyo por chat o texto

### MEDICAMENTOS PARA DEJAR DE FUMAR

- Acceso a productos de Terapia de Reemplazo de Nicotina (NRT, por sus siglas en inglés) incluyendo parchos, chicles y gageas
- Los instructores te ayudan a elegir la NRT más adecuada para que dejes de fumar
- La NRT puede aliviar algunos de los síntomas físicos de la abstinencia, para que puedas concentrarte en los aspectos psicológicos (emocionales) asociados con dejar de fumar

### MATERIALES EDUCATIVOS

- Boletines electrónicos gratuitos con noticias e información de apoyo
- Disponible en múltiples idiomas
- Materiales en base a tus necesidades personales (adulto joven, embarazo, etc.)

**TODOS LOS SERVICIOS SON GRATUITOS, CONFIDENCIALES Y ESTÁN DISPONIBLES 24/7, 365.**



ESCANEAR PARA  
**OBTENER MÁS INFORMACIÓN**

## PROGRAMAS ESPECIALIZADOS DISPONIBLES

### POBLACIONES INDÍGENAS

El Programa de Tabaco Comercial para poblaciones indígenas conecta a los usuarios de tabaco comercial con instructores y recursos indígenas. Llame al 855-5AI-QUIT o visite [aiquitline.org](http://aiquitline.org) para comenzar.

### SALUD CONDUCTUAL

Los instructores para dejar de fumar en este programa se especializan en ayudar a personas con afecciones de salud conductual como la depresión o la ansiedad para que dejen de consumir tabaco. 7 sesiones coordinadas con un instructor, combinado con acceso a un régimen de 12 semanas de NRT.

### MY LIFE MY QUIT

My Life, My Quit es una forma gratuita y confidencial de ayudar a los adolescentes, con 13 a 17 años de edad, a dejar de fumar, vapear o usar otros productos de tabaco. Envíe el mensaje "Start My Quit" al 36072 para hablar con un instructor, o conozca más en [mylifemyquit.org](http://mylifemyquit.org).

### EMBARAZO Y POSPARTO

Este programa ofrece la misma instructora dedicada de apoyo durante todo el proceso para dejar el tabaco y un ambiente confidencial y sin prejuicios. Gane incentivos en efectivo por las llamadas completadas antes y después de que nazca su bebé.

### JOVEN ADULTO

Los instructores en este programa trabajan con usuarios de tabaco de 18 a 24 años de edad para enfrentar sus presiones y situaciones individuales. Comuníquese con su instructor por teléfono, texto o chat en vivo. **Envíe el mensaje "Inicio" al 36072.**

### EVALUACIÓN PULMONAR

Project Connect, de Missouri Tobacco Quit Services ofrece instrucción sobre el proceso de detección del cáncer pulmonar durante el proceso de admisión para participantes cualificados.

MISSOURI TOBACCO  
**QUIT SERVICES**  
1.800.QUIT.NOW (784.8669)  
[WWW.YOUCANQUIT.ORG](http://WWW.YOUCANQUIT.ORG)