



Línea para dejar el tabaco de North Carolina

1-800-QUIT-NOW

(1-800-784-8669)

¿Por qué debería llamar a la línea para dejar el tabaco de North Carolina?

- Porque QUIERE dejar de consumir tabaco.
- Para obtener apoyo e información.
- Para recibir ayuda de personas expertas.
- Para conocer los medicamentos sobre los cuales puede hablar con su médico.
- Para saber qué cosas han ayudado a otras personas.
- Para hablar con alguien que desea ayudarlo a dejar el tabaco.

¿Qué ofrece la línea para dejar el tabaco?

- Especialistas capacitados en métodos para dejar de fumar o consumir tabaco.
- Ayuda gratuita y confidencial.
- Ayuda en inglés y en español.
- Especialistas que pueden volver a llamarlo para ver cómo le está yendo si usted lo solicita.
- Atención para todas las personas de North Carolina, sean jóvenes o adultos.
- Atención desde las 8:00 a.m. hasta la medianoche los 7 días de la semana.
- Número gratuito: 1-800-QUIT-NOW (1-800-784-8669).
- Número con sistema TTY: 1-877-777-6534 (para personas que tienen dificultades auditivas).

¡Obtenga información sobre cómo puede comenzar a dejar el tabaco hoy mismo!