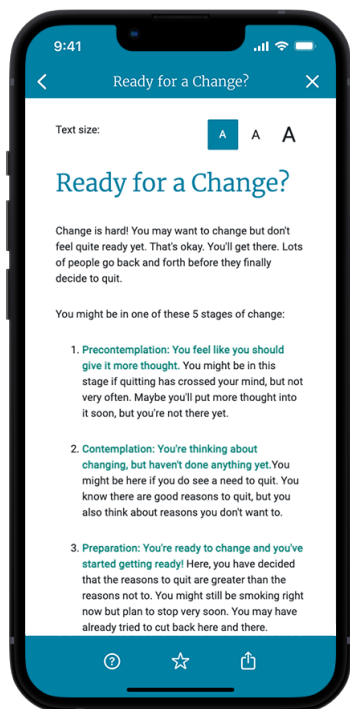


El poder de dejar de fumar

Dejar de fumar es difícil, pero estamos aquí para ayudarle



¡Escanee aquí para descargar la **GRATUITA** aplicación de Wellframe y dé su primer paso hoy!

Utilice el código de acceso **excelluswelcome** para interactuar con nuestro Equipo de Administración de la Atención para obtener ayuda a lo largo del camino, o el código **excellusfree** para acceder al programa autoguiado.



Ayuda en la palma de la mano

Nuestro programa gratuito para dejar de fumar, impulsado por la aplicación Wellframe®, pone a su alcance herramientas y apoyo para ayudarle a dejar de fumar. Tendrá acceso a módulos del programa, videos y artículos que puede llevar consigo a donde quiera que vaya.

Además, tendrá la opción de recibir apoyo personalizado directo de nuestro equipo de administración de atención para ayudarle a desarrollar un plan personal para dejar de fumar que se enfoque en sus objetivos únicos. Le ayudarán a identificar sus motivos para dejar de fumar, a reconocer los desencadenantes para fumar, a desarrollar estrategias para combatir los antojos y a mantenerse motivado y responsable en todo momento.

Estamos aquí para apoyarle en cada paso de su viaje para dejar de fumar. Gracias a las útiles herramientas y al apoyo integral de nuestro equipo de administración de atención, ponemos en sus manos el poder de dejar de fumar.

Características



Basado en la evidencia, enfoque holístico para dejar de fumar



Programa de seis semanas que puede repetirse



Lista diaria de tareas multimedia



Registros y alertas



Artículos y videos



Soporte 24/7 a través de **SmokeFree.gov**

También se ofrece apoyo para dejar el tabaco sin humo y los cigarrillos electrónicos

