



NUESTROS PACIENTES QUIEREN ALCANZAR SU META.

LA LÍNEA DE AYUDA 1-855-QUIT-VET (1-855-784-8838) PUEDE AYUDARLOS A MANTENER EL CAMINO Y DEJAR DE FUMAR PARA SIEMPRE.

Esta línea de ayuda es un programa proactivo de teléfono gratuito* que ofrece apoyo continuo e individualizado a sus pacientes. Los veteranos pueden llamar al 1-855-QUIT-VET para hablar personalmente con un consejero para recibir apoyo, estrategias y consejos que los ayude a dejar de fumar.

Además, los consejeros de la línea de ayuda:

- Están disponibles de lunes a viernes, de 9:00 a.m. a 9:00 p.m. hora del este
- Hablan inglés y español
- Ayudan a los pacientes a desarrollar un plan para dejar de fumar
- Ofrecen estrategias de comportamiento para ayudar a manejar los antojos y deslices
- Hacen hasta cuatro llamadas de seguimiento, programadas a la conveniencia del paciente
- Son capacitados en la cultura militar y sobre el sistema de salud para veteranos
- Cuando es necesario, saben cómo hacer transferencias a la línea de crisis para veteranos

Las personas que usan las líneas de apoyo tienen 1,6 veces más probabilidades de dejar de fumar que si tratan de hacerlo sin apoyo.¹ Tienen aún más probabilidades de éxito cuando utilizan una línea de ayuda y toman medicamentos para dejar de fumar.¹ Los proveedores de salud para veteranos que refieren sus pacientes a esta línea de ayuda también deben prescribir medicamentos para aumentar sus probabilidades de dejar de fumar.

He aquí unos consejos cómo usted puede animar a sus pacientes a utilizar la línea de ayuda.

- ¿Sabía usted que obtener ayuda para dejar de fumar aumenta las probabilidades de dejarlo para siempre?
- Usted recibirá ayuda gratuita de un consejero cuando llame al 1-855-QUIT-VET de lunes a viernes, de 9:00 a.m. a 9:00 p.m. hora del este.
- Un consejero le ayudará a crear un plan para dejar de fumar y le apoyará para que pueda seguirlo.
- Usted aprenderá formas de manejar sus antojos y deslices.
- La primera llamada puede durar hasta 30 minutos. Las llamadas de seguimiento pueden ser más cortas, dependiendo de sus necesidades.
- Tome esta tarjeta con más información y un recordatorio para llamar cuando esté listo. (Entréguele la tarjeta del exhibidor y la hoja de receta médica.)
- También me gustaría recetarle medicamentos para ayudarle a dejar de fumar. Los pacientes que usan medicamentos junto con consejería tienen 1,7 veces más probabilidades de dejar de fumar que los que reciben solo la consejería.¹

*Se aplican tarifas de teléfono estándar.

¹Fiore et al., *Treating tobacco use and dependence: 2008 update (El tratamiento para el uso y la dependencia del tabaco: revisión 2008)*. Clinical practice guideline, 2008.

