

El camino para dejar de fumar comienza aquí



Si usas tabaco y has pensado en dejarlo, **Quit For Life® en Rally Coach™** puede ayudarte. Obtén herramientas y recursos en línea diseñados para ayudarte a dejar de fumar, y seguir así, sin costo adicional.



Recibe asistencia de asesores

Conéctate con un asesor que te ayudará a crear un plan para dejar de fumar personalizado y te guiará en cada paso



Acceso en cualquier momento y lugar

Controla los detonantes con ayuda de un asesor: sesiones grupales dirigidas, seguimiento, apoyo por mensaje de texto y mucho más, todo al alcance de la mano



Ver recomendaciones para dejar de fumar

Obtén consejos de la vida real y planifica tu recorrido para dejar de fumar con objetivos diarios recomendados, artículos y videos



Mantén encaminado con la ayuda 24 horas al día, siete días a la semana.

Quit For Life®

Empezar

Ir a myuhc.com > Salud y bienestar > Mi salud y bienestar > Programas > Quit For Life (Dejar de fumar de por vida)



Este servicio no debe utilizarse para necesidades de emergencia o atención urgente. En caso de emergencia, llama al 911 o acude a la sala de emergencias más cercana. La información proporcionada a través de este programa tiene solo fines informativos como parte de tu plan de salud. Los asesores de bienestar, los enfermeros y otros representantes del programa no pueden diagnosticar problemas ni recomendar tratamientos y no sustituyen la atención de tu médico. Habla con tu médico de cómo la información proporcionada puede ser adecuada para ti. La información sobre tu salud se mantiene confidencial de acuerdo con la ley. El programa no es un programa de seguros y puede interrumpirse en cualquier momento. Tu plan de salud Oxford cumple las leyes federales de derechos civiles aplicables y no discrimina por motivos de raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad o sexo. Los productos de seguro Oxford están suscritos por Oxford Health Insurance, Inc. Los productos Oxford HMO están suscritos por Oxford Health Plans (NJ), Inc. y Oxford Health Plans (CT), Inc. Servicios administrativos prestados por Oxford Health Plans LLC.

© 2023 UnitedHealthcare Services, Inc. Todos los derechos reservados. WF8483379 223467-092022 OHC