

KICK IT CALIFORNIA

LOGO

PÁGINA WEB

TELÉFONOS

KICK/IT
California

KICKITCA.ORG/ES

ESPAÑOL

1-800-600-8191

ENGLISH

1-800-300-8086

DEJAR DE FUMAR ■ DEJAR DE VAPEAR ■ DEJAR EL TABACO SIN HUMO



Kickitca.org/es

Asesoramiento personalizado, gratuito y con eficacia científicamente demostrada para ayudarle a dejar el tabaco y la nicotina.



Programa de mensajes de texto

Reciba mensajes de texto personalizados que pueden ayudarle en momentos críticos, y nuestros asesores responderán a sus preguntas en 24 horas (laborables).



Hable con un asesor especializado en ayudar a dejar el tabaco

Lunes a viernes, de 7 am a 9 pm
Sábados, de 9 am a 5 pm
1-800-600-8191 (Español)
1-800-300-8086 (Inglés)



NUEVA

Aplicación mvl Kick It: Quit Smoking | Vaping

(Solo disponible en inglés)
Descárguela en la App Store y Google Play



Chatee con nuestros asesores
kickitca.org/es/chat



Parches de nicotina gratuitos

Para embarazadas o familias con niños de 0-5 años que cumplan los requisitos.



Videos para dejar de fumar

Consejos para dejar el tabaco, con métodos científicamente comprobados.



youtube.com/kickitca



Hable con nuestros asesores para comprobar si cumple los requisitos para recibir parches de nicotina gratis, subvencionados por First 5 CA.

HEMOS AYUDADO A MÁS DE UN MILLÓN DE PERSONAS

Kick It California, previamente conocida como la Línea de Ayuda para Fumadores de California, ofrece asesoramiento personalizado, gratuito y con eficacia científicamente demostrada para ayudarle a dejar el tabaco y la nicotina en inglés, español, chino, coreano y vietnamita. Nuestro programa está basado en investigaciones clínicas llevadas a cabo por el UC San Diego Moores Cancer Center, y está financiado por First 5 California y por el Departamento de Salud Pública de California.