



[excellusbcs.com/national](http://excellusbcs.com/national)

- TTY es disponible al 1-877-777-6534
- Teléfono 1-800-442-8904
- 8 a.m. – medianoche EST, Lunes a Domingo

Llame a un Entrenador de Dejar de Usar  
para empezar HOY



Quit For Life™ Program  
1-800-442-8904

## ¿Qué es el Programa Quit For Life?

El Programa Quit For Life de Excellus BlueCross BlueShield es un programa de apoyo que ha sido premiado para ayudarle a usted a dejar de usar tabaco. Nuestro programa le ayudará a planificar cómo va a dejar de usar y le dará mucho apoyo en el transcurso. Únase a las miles de personas que han dejado de usar tabaco exitosamente – ingrese al Programa Quit For Life hoy.

## ¿Qué incluye el Programa Quit For Life?

Usted y un Entrenador de Dejar de Usar desarrollarán un plan que incluye:

- Sesiones telefónicas individuales programadas para su conveniencia
- Acceso libre de costo a un Entrenador de Dejar de Usar siete días a la semana
- Recomendaciones para medicamentos, de ser apropiado
- Productos de reemplazo de nicotina (parche o goma de mascar) y entrega en su hogar, si es recomendado
- Una “Guía para Dejar de Usar” (“Quit Guide”) desarrollada para ayudarle a mantenerse en el buen camino entre sesiones telefónicas

## ¿Quién es elegible para el programa?

El Programa Quit For Life es GRATIS para todos los miembros elegibles de 18 años o mayores.