



DEJAR DE FUMAR ES LO MÁS IMPORTANTE QUE PUEDE HACER PARA PROTEGER SU SALUD Y LA DE SU BEBÉ

[Qué es BABY & ME - Tobacco Free Program TM](#)

BABY & ME - Tobacco-Free TM es un programa GRATIS para ayudar a las mujeres embarazadas a dejar de fumar durante el embarazo y a seguir sin fumar después de que nazca el bebé.

[¿Cómo funciona el programa?](#)

Una mujer embarazada participará en 4 sesiones prenatales para recibir asistencia y educación para dejar de fumar antes de la fecha del parto. Después del nacimiento del bebé, la participante volverá cada mes hasta que el bebé tenga 6 meses para recibir apoyo para seguir sin fumar. La participante puede recibir hasta 200 dólares en tarjetas de regalo por participar y completar todo el programa. Las tarjetas de regalo para pañales se pueden utilizar para cualquier marca o tamaño de pañales o toallitas en las tiendas locales de Walmart

Resumen de participación

Sesión	legibilidad para el incentivo
Sesión prenatal 3 y 4	Tarjeta de regalo de 25 dólares al finalizar cada sesión si está libre de tabaco
Sesión posparto 1-6	Tarjeta de regalo de 25 dólares al finalizar cada sesión si está libre de tabaco *Los compañeros de apoyo también pueden recibir una tarjeta de regalo de 25 dólares por sesión si están libres de tabaco

¿Quién puede inscribirse?

- Cualquier mujer embarazada que sea fumadora diaria o que haya dejado de fumar en los tres meses anteriores al embarazo.
- Debe estar embarazada de menos de 36 semanas en el momento de la inscripción según la fecha de parto
- Cualquier edad o nivel de ingresos es elegible
- Un fumador que viva con una mujer embarazada que esté actualmente en el programa también puede inscribirse como compañero de apoyo. Si el compañero de apoyo deja de fumar con éxito, puede recibir tarjetas mensuales de regalo de pañales durante las sesiones de posparto.

¿Cómo puedo inscribirme?

- Llame o envíe un mensaje (775) 484-7227
- Visite la oficina de WIC en el Distrito de Salud del Condado de Washoe (1001 East Ninth Street Bldg B., Reno, NV 89512)
- O completa [Enrollment Form](#)
- Formulario de referencia
 - [Referencia del proveedor de salud](#)
 - [Referencia de las agencias comunitarias](#)

Para más información sobre el programa BABY & ME- Tobacco Free visite www.babyandmetobaccofree.org.