

UN CONSEJO  
— DE UNA —  
EXFUMADORA

**GRABA TU VOZ  
MIENTRAS  
PUEDAS PARA  
QUE LA ESCUCHEN  
TUS SERES  
QUERIDOS.**

Terrie, 52 años  
Carolina del Norte

Fumar causa daños inmediatos a su cuerpo. A Terrie, le causó cáncer de garganta. Usted puede dejar de fumar. Para recibir ayuda gratuita, llame al **1-855-DÉJELO-YA.**

#CDCConsejos



U.S. Department of  
Health and Human Services  
Centers for Disease  
Control and Prevention  
[www.cdc.gov/consejos](http://www.cdc.gov/consejos)