



## Antes de elegir un programa para dejar de fumar, ¡pregúntese!

¿Cuál es el porcentaje de éxito real del método que emplea? ¿Está comprobado?

Muchos métodos pretenderán tener porcentajes de éxito que no se corresponden con la realidad. Puede que digan que están basados en pruebas científicas. Es importante preguntar si son pruebas **independientes**. Preguntar también si este porcentaje de éxito ha sido verificado objetivamente por medios ajenos al método en el mundo real, o si están hablando de un porcentaje de éxito después de una hora, un día, una semana o un mes. ¿Cómo definen “éxito”? ¿Cómo lo miden?

Nuestro porcentaje de éxito ha sido verificado en España por equipos médicos y departamentos de RRHH ajenos a nuestra organización. Se han hecho seguimientos y según los resultados de estos informes, una media de entre un 60% y 70% de los fumadores que acuden a nuestro programa siguen felices de ser no-fumadores después de un año.

Para la mayoría de los métodos, “éxito” quiere decir no fumar, mientras la persona sigue tomando medicamentos o sustitutos de la nicotina. En nuestra opinión, tener éxito en dejar de fumar quiere decir que la persona no sólo deje de fumar, sino se libere totalmente de su adicción a la nicotina y que no se pase el resto de su vida anhelando tristemente un cigarrillo; al contrario, que disfrute de su vida como no-fumador desde el mismo momento en el que apaga su último cigarrillo.

¿Ofrece una lista de referencias independientes, es decir, médicos o responsables de prevención con los que se pueda poner en contacto para verificar la eficacia del método?

Ponemos a su disposición una amplia lista de referencias de médicos de empresa o responsables de prevención. Puede ponerse en contacto con cualquiera de ellos y verificar lo que decimos. También a su disposición - certificados firmados por responsables de prevención, médicos de empresa que demuestran la efectividad del programa.



La percepción lo es todo

¿El método ofrece un asesoramiento global para la planificación, organización y control del proyecto, teniendo en cuenta los requisitos especiales de la empresa?

Estamos disponibles desde el principio para asesorarles en todos los pasos a tomar para la puesta en marcha, motivación, realización y el seguimiento del programa.

¿Cuánto tiempo dura el programa?

Muchos programas tienen una duración de meses. Nuestro programa consiste en una sola sesión de 6 horas de duración que se da en grupo. Para la mayoría de los fumadores una única sesión es suficiente. Sin embargo, en caso necesario, los asistentes tienen a su disposición sesiones de refuerzo por videoconferencia y apoyo telefónico durante seis meses a partir de la fecha de la sesión principal.

¿Implica mucho trabajo por parte del personal de la empresa?

Sólo se necesita un coordinador en la empresa que nos ayude con la comunicación del programa y organización logística de las sesiones.

¿Desde cuándo existe el programa? ¿El programa existe como organización cuyo crecimiento se basa en su éxito, o es un programa de poca duración?

Hemos visto como muchos métodos aparecen en el mercado con bombo y platillo para luego desaparecer al poco tiempo - un nuevo artilugio, un medicamento milagroso, alguna técnica extraordinaria, hipnosis, laserterapia, conjuros mágicos... Todos desaparecen tarde o temprano dejando tras de sí a los desafortunados fumadores que lo han probado desilusionados, desengañados y lo que es peor, resignados y convencidos de que para ellos no hay solución. Nosotros ponemos a su disposición más de 28 años de experiencia en España ayudando a miles de personas a dejar de fumar, trabajando en más de 700 empresas.



La percepción lo es todo

## ¿Qué tipo de cobertura es posible?

Nosotros nos desplazamos a sus instalaciones – por todo el territorio nacional.

## ¿Ofrece alguna garantía?

Algunos métodos ofrecen descuentos en sesiones sucesivas y, muy pocos, un tratamiento gratuito adicional. Con nuestro programa los fumadores que no hayan conseguido el objetivo podrán recibir sin coste adicional cualquier ayuda adicional en sesiones de refuerzo durante 6 meses. No podemos garantizar que el fumador deje de fumar con el programa, pero lo que sí, podemos garantizar por escrito es que, si no lo consigue, le devolvemos todo su dinero siempre y cuando lo reclame durante los primeros tres meses y haya asistido a dos sesiones de refuerzo.

Para más información contactar con María José Nieto (680 995 774) o Rhea Sivi

(655 882 160

[rhea@esfacilsisabescomo.com](mailto:rhea@esfacilsisabescomo.com)

[www.esfacilsisabescomo.com](http://www.esfacilsisabescomo.com)