

Póngase en contacto con WIC de Missouri



800-835-5465
800-TEL-LINK



wicinfo@health.mo.gov



wic.mo.gov



Departamento de Salud y
Servicios para Personas de la
Tercera Edad de Missouri.



WIC y Servicios de Nutrición

Empleador con igualdad de oportunidades y políticas de acción afirmativa: Se ofrecen los servicios sin ninguna discriminación. Los ciudadanos con algún problema auditivo o del habla pueden marcar 711.

Alimente al futuro de su familia



WIC #171 (05/19)

De conformidad con la ley federal de derechos civiles y las normas y políticas sobre derechos civiles del Departamento de Agricultura de los Estados Unidos (USDA), el USDA, sus organismos, oficinas y empleados, y las instituciones que participan en los programas del USDA o los administran, tienen prohibido discriminar basado en raza, color, nacionalidad, sexo, discapacidad, edad, o tomar represalias o vengarse por actividades previas relacionadas con los derechos civiles en cualquier programa o actividad realizada o financiada por el USDA.

Las personas con discapacidades que necesitan medios alternos de comunicación para obtener información del programa (ej., Braille, letra grande, audio grabado, Lenguaje de señas, etc.) deben comunicarse con la agencia (estatal o local) donde solicitaron los beneficios. Las personas sordas, con dificultades auditivas o discapacidades del habla pueden comunicarse con el USDA a través del servicio federal Relay al (800) 877-8339. Además, la información del programa puede estar disponible en otro idioma distinto al inglés.

Para presentar una queja de discriminación del programa, llene el USDA Program Discrimination Complaint Form (Formulario de queja de discriminación del programa del USDA, solo en inglés) (AD-3027), disponible en línea en: http://www.ascr.usda.gov/complaint_filing_cust.html y en cualquier oficina del USDA, o escriba una carta dirigida al USDA e incluya en la carta toda la información que se solicita en el formulario. Para solicitar una copia del formulario de denuncia, llame al (866) 632-9992. Envíe su formulario lleno o su carta a USDA:

- (1) correo postal: U.S. Department of Agriculture
Office of the Assistant Secretary for
Civil Rights
1400 Independence Avenue, SW
Washington, D.C 20250-9410;
- (2) fax (202) 690-7442; o
- (3) correo electrónico: program.intake@usda.gov.

Esta institución es un proveedor con igualdad de oportunidades.

¿Qué es WIC?

WIC es un programa para mujeres, bebés y niños que ofrece educación en nutrición, promoción y apoyo para la lactancia, suplementos alimenticios y remisiones para cuidados de la salud.

Los servicios que ofrece WIC

WIC ofrece los siguientes servicios y beneficios:

- Consejo y apoyo para la lactancia
- Consejo personalizado sobre nutrición
- Comida nutritiva suplementaria
- Remisiones para cuidado de los niños
- Remisiones para cuidados médicos y dentales
- Remisiones para salud y servicios sociales
- Chequeos de vacunación

¿Quién es elegible?

Para ser elegible, debe cumplir con las siguientes pautas:

- Mujeres embarazadas
- Las mujeres quienes amamantan a un bebé hasta que el bebé cumple 1 año.
- Las mujeres en posparto hasta 6 meses después del parto o al final del embarazo.
- Bebés hasta su primer cumpleaños
- Niños desde su primer hasta su quinto cumpleaños.

Los padres, abuelos, tutores y padres de cuidado temporal pueden solicitar los beneficios para los niños que viven en su hogar.

WIC en la agencia local

Para su primera cita de certificación, se le pedirá que proporcione la siguiente información para determinar la elegibilidad:

- Comprobante de identificación
- Comprobante de ingreso
- Comprobante de domicilio

La agencia local está disponible para ayudarle con cualquier pregunta, preocupación o problema durante su visita en WIC.



¿Cómo puede WIC ayudar mi familia?

WIC ayuda a alimentar al futuro de su familia al proporcionar alimentos nutritivos para ayudarle a ahorrar en los comestibles, reducir sus costos de cuidado de la salud y mejorar la salud de su familia durante períodos críticos de crecimiento y desarrollo.

WIC en la tienda

WIC le ayuda a ahorrar dinero. El promedio de ahorro mensual en el supermercado es de \$60 por niño. Algunos ejemplos de la comida nutritiva proporcionada por WIC incluye:

- Leche
- Cereal
- Queso
- Crema de cacahuete
- Huevos
- Jugo
- Fríjoles secos o en lata
- Yogurt
- Frutas y verduras frescas y congeladas
- Granos enteros incluyendo pan, pasta, tortilla y arroz integral
- Fórmula para bebés*
- Cereal para bebés
- Frutas y verduras para bebés

* WIC reconoce y promueve la lactancia como una fuente óptima de nutrición para los bebés. Para mujeres que no amamantan completamente, WIC proporciona fórmula para bebés fortificada con hierro. Pueden proporcionarse las fórmulas para bebés especiales y los alimentos médicos recetados por un médico para determinado problema de salud.

Beneficios para las mamás que amamantan

Amamantar hace a las mamás y a los bebés más saludables. Además de los beneficios para la salud, las mamás que amamantan reciben los siguientes beneficios del programa: mothers receive these program benefits:

- A las mamás WIC que eligen amamantar se les proporciona información y apoyo a través de recursos de asesoramiento y educación.
- Las mamás que amamantan pueden recibir sacaleches y otros accesorios de lactancia para ayudar a respaldar el inicio y continuación con la lactancia.
- Las mamás que amamantan a sus bebés como único alimento reciben un paquete mejorado de alimentos y pueden seguir dentro del programa hasta por un año.