

Hechos sobre el WIC

¿Qué es el WIC?

El Programa de Nutrición Complementaria Especial para Mujeres, Infantes, y Niños (**W**omen, **I**nfants, and **C**hildren, **WIC**) es un programa de asistencia federal del Food and Nutrition Service of the United States Department of Agriculture y es administrado por el Michigan Department of Health and Human Services.

El Programa WIC de Michigan funciona a través de departamentos de salud locales y organizaciones sin fines de lucro en los 83 condados de Michigan, brindando servicios a mujeres, infantes y niños de ingresos bajos y moderados en riesgo nutricional.

El WIC Brinda

Las **Comidas del WIC** pueden ser compradas a través de beneficios electrónicos en muchas tiendas.

- ◆ Las **mujeres y niños** pueden recibir leche, queso, yogurt, huevos, bebidas con soja, jugos, cereales calientes y fríos, mantequilla de maní, frutas y verduras frescas, arroz integral, panes integrales/de salvado, bollos, pasta, tortillas de maíz blando e integrales, frijoles en lata o secos, habas, y lentejas. Las mujeres que estén amamantando también podrán recibir pescado en lata.
- ◆ Los **infantes** que sean amamantados parcialmente o que no lo sean podrán recibir fórmula para infantes.
- ◆ Los **infantes de 6 meses de edad** podrán recibir cereales, frutas, verduras y carnes.
- ◆ Las **mujeres, infantes y niños** con problemas médicos que estén aptos podrán recibir fórmulas especiales.

Las tiendas que proveen comidas del WIC permiten que estén disponibles comidas nutritivas para la comunidad.

Educación Nutricional. A todos los clientes del WIC, padres o cuidadores, se les ofrece educación nutricional. Un dietólogo registrado (RD/RDN) ofrece a los clientes con alto riesgo nutricional servicios de consejería sobre la nutrición. Los temas pueden incluir alimentación de infantes, compra de comidas, planificación de comidas, hacer elecciones de comidas saludables, y control del peso.

Apoyo para el Amamantamiento. El WIC reconoce el amamantamiento como la forma óptima para nutrir a los infantes. El WIC brinda a las madres apoyo para el amamantamiento, a través de clases, consejería a pares, grupos de apoyo y suministros.



¿Quién Puede Acceder al WIC?

Mujeres:

- Embarazadas (y hasta las seis semanas luego del nacimiento del bebé o el final del embarazo)
- Amamantamiento (hasta que el infante cumpla su primer año)
- Posparto (hasta los seis meses luego del nacimiento del bebé o el final del embarazo)

Infantes: Desde el nacimiento hasta su primer cumpleaños

Niños: Desde un año de edad hasta su quinto cumpleaños



Beneficios del WIC

Reduce los fallecimientos del feto y la mortalidad infantil.

Reduce el índice de peso bajo en el nacimiento e incrementa la duración del embarazo.

Mejora el crecimiento de infantes y niños con riesgo nutricional y el desarrollo intelectual de los niños.

Reduce la incidencia de la anemia por deficiencia en el hierro en los niños.

Mejora la ingesta dietaria en mujeres embarazadas y en período de posparto y la adquisición de peso apropiado en mujeres embarazadas.

Ayuda a mujeres embarazadas a recibir antes el cuidado prenatal.

Ayuda a los niños a estar más actualizados con sus vacunaciones.

Sepa Más sobre el WIC

Para más información, llame a su agencia local del WIC

O
 Llame al 1-800-26-BIRTH (1-800-262-4784) para conocer su clínica del WIC más cercana.

Visite Michigan WIC: <http://www.michigan.gov/wic>

Email a Michigan WIC: MichiganWIC@michigan.gov

Esta institución brinda igualdad de oportunidades de empleo.