

# Para quien es **WIC?**

## mujeres

Que están embarazadas, amamantando o han dado a luz en los últimos 6 meses.



## bebés

Desde el nacimiento hasta un año de edad

## niños

Desde un año de edad hasta su 5to cumpleaños

## que provee **WIC?**

### educación nutricional

Evaluación nutricional, conserjería individual, apoyo de lactación y Terapia de Nutrición Medica

### alimentos suplementarios

Alimentos saludables y formula para su familia

### servicios de salud

Recomendaciones (referencias) a otros sitios de salud o servicios sociales dentro y fuera del departamento de salud

## contáctenos

Usted puede obtener más información sobre nuestro programa de WIC, o hacer citas de WIC aquí:

### Public Health Clinic

650 Newtown Pike  
(859) 288-2483

WIC es un programa con igualdad de oportunidades para todos. Si usted cree que ha ocurrido una discriminación a causa de su raza, color, origen nacional, sexo, edad, o discapacidad debe escribir al Secretario de Agricultura USDA, Washington D.C. 20250.



[www.lexingtonhealthdepartment.org](http://www.lexingtonhealthdepartment.org)



## programa suplementario de comida y nutrición

Lexington-Fayette County Health Department



# bienvenido a WIC

WIC salva vidas y mejora la salud de mujeres, bebés, y niños nutricionalmente deficientes.  
que aprendere?

Nuestro programa provee información y sugerencias para suplir las necesidades de su familia.

## mujeres

- Hábitos alimenticios saludables durante el embarazo
- Hábitos alimenticios saludables después de tener un bebé
- Estrategias para amamantar
- Como suplir sus necesidades nutritivas individuales

## como calificar para el programa?

Para calificar para WIC, usted necesita:

- Tener Medicaid, estampillas de comida, o KTAP
- Ingreso familiar debe ser igual o menor al 185 por ciento del nivel de pobreza

## bebés

- Como alimentar a su bebé
- Como mantener a su bebé saludable

## niños

- Como alimentar a sus niños durante su crecimiento
- Como tomar decisiones saludables para sus niños

## durante su visita

- Usted y/o sus hijos realizaran una evaluación nutricional completa
- Consultara a una nutricionista acerca de elecciones alimenticias saludables para su familia, o cualquier inquietud que usted tenga
- Si usted es elegible para WIC, usted recibirá una tarjeta electrónica eWIC para usar en los supermercados aprobados por el programa de WIC
- Hará una cita para regresar a una cita de seguimiento dentro de 1 a 3 meses.



## que debo traer a mi cita?

- Identificación con foto
- Comprobantes de ingresos
  - Talón de cheque, formularios de impuestos recientes, ingresos de desempleo, sostenimiento infantil, carta de empleador que contenga información de ingresos
- Comprobante de residencia o dirección
- Tarjeta medica
- A los niños
  - Si están siendo añadidos al programa o es una recertificación los niños tienen que estar presentes

Si ya esta activamente matriculado en el programa, una Nutricionista de WIC le indicara que traer a cada visita.

