

# TODOS LOS PROVEEDORES DE CUIDADO SON BIENVENIDOS.

Hablamos mucho acerca de las madres. Pero también ofrecemos apoyo a cualquier persona – trabajando o no – que cuida a un niño, incluyendo a:

- Mamás
- Padres de crianza
- Padres solteros
- Padrastros
- Abuelos
- Guardianes

## ESTAMOS AQUÍ PARA USTED.

Estamos aquí para asistir a muchas más familias de las que podrías imaginar – de hecho, servimos a más de la mitad de los bebés nacidos en los Estados Unidos. Para conseguir asistencia de WIC, las participantes:

- Deberán estar embarazadas o tener bebés o niños menores de 5 años de edad
- Pueden necesitar ayuda en sus ingresos
- Pueden estar recibiendo otros beneficios como cuidado de crianza, asistencia médica o SNAP

## ENCUENTRE A WIC CERCA DE USTED.

El programa WIC está allí para asistir a las familias en los Estados Unidos. Con más de 10,000 clínicas, casi siempre hay un centro de WIC cercano.

1-800-532-1579

<http://idph.iowa.gov/wic>, [www.signupwic.com](http://www.signupwic.com)

Su oficina local de WIC:



De conformidad con la Ley Federal de Derechos Civiles y los reglamentos y políticas de derechos civiles del Departamento de Agricultura de los EE. UU. (USDA, por sus siglas en inglés), se prohíbe que el USDA, sus agencias, oficinas, empleados e instituciones que participan o administran programas del USDA discriminen sobre la base de raza, color, nacionalidad, sexo, discapacidad, edad, o en represalia o venganza por actividades previas de derechos civiles en algún programa o actividad realizados o financiados por el USDA.

Las personas con discapacidades que necesiten medios alternativos para la comunicación de la información del programa (por ejemplo, sistema Braille, letras grandes, cintas de audio, lenguaje de señas americano, etc.), deben ponerse en contacto con la agencia (estatal o local) en la que solicitaron los beneficios. Las personas sordas, con dificultades de audición o discapacidades del habla pueden comunicarse con el USDA por medio del Federal Relay Service [Servicio Federal de Retransmisión] al (800) 877-8339. Además, la información del programa se puede proporcionar en otros idiomas.

Para presentar una denuncia de discriminación, complete el Formulario de Denuncia de Discriminación del Programa del USDA, (AD-3027) que está disponible en línea en: <https://www.ascr.usda.gov/ad-3027-usda-program-discrimination-complaint-form> y en cualquier oficina del USDA, o bien escriba una carta dirigida al USDA e incluya en la carta toda la información solicitada en el formulario. Para solicitar una copia del formulario de denuncia, llame al (866) 632-9992. Haga llegar su formulario lleno o carta al USDA por:

Correo: U.S. Department of Agriculture, Office of the Assistant Secretary for Civil Rights, 1400 Independence Avenue, SW Washington, D.C. 20250-9410;

Fax: (202) 690-7442; o

Correo electrónico: [program.intake@usda.gov](mailto:program.intake@usda.gov).

Esta institución es un proveedor que ofrece igualdad de oportunidades.  
Junio 2020

NUTRICIÓN,  
APOYO  
Y EL  
PODER  
DE LA  
FAMILIA.



# AYUDAMOS A LAS FAMILIAS A MANTENERSE SALUDABLES.

WIC es el programa de nutrición de salud pública de mayor éxito y rentabilidad del país. Brindamos alimentos saludables, educación sobre nutrición, apoyo a la lactancia materna y remisiones/ayuda comunitaria para las mujeres que son elegibles por sus ingresos y que están embarazadas o en período de posparto, para bebés y niños de hasta 5 años de edad.

## ALIMENTOS. EDUCACIÓN. APOYO. USTED SÍ PUEDE.

Ofrecemos a los padres los recursos, conocimientos y herramientas indispensables para ser los padres que quieren ser.

### ALIMENTO SALUDABLE

Podemos ayudarle a comprar leche, frutas, verduras, huevos, fórmula infantil, cereales, jugos, mantiguilla de mani y otros alimentos saludables.

### EDUCACIÓN NUTRICIONAL

Brindamos orientación sobre cómo comprar alimentos saludables, su preparación y cómo animar a los niños a comerlos. Damos apoyo y educamos a las madres para ayudarlas a tener éxito en la lactancia. También proporcionamos acceso a:

- Nutrición prenatal
- Consejos sobre amamantamiento
- Consejos para comer para su niño(a)
- Consejos para los padres
- Recetas saludables

### UNA COMUNIDAD DE APOYO

Somos una red hecha para las familias. Las relacionamos, las educamos y aprendemos de ellas. Nuestra comunidad consiste en:

- Nutricionistas
- Especialistas en Lactancia
- Compañeros

### REFERENCIAS

Podemos informar a las familias sobre recursos fuera del WIC, incluyendo:

- Profesionales en el cuidado de la salud tales como pediatras, ginecólogos/obstetras (especialistas en partos) y dentistas
- Servicios de inmunización (vacunación)
- Consejeros de abuso de sustancias
- Consejería de abuso doméstico
- Servicios sociales



¿ Ud. Conoce a alguien que está embarazada, recientemente ha tenido un bebé o tiene un niño menor de 5 años? Hábleles acerca de WIC - un programa de nutrición para Mujeres, Bebés y Niños

El PROGRAMA WIC de IOWA puede proporcionar alimentos nutritivos tales como leche, huevos, cereales, jugos, frutas, verduras y fórmula infantil sin costo alguno para familias con mujeres embarazadas y niños pequeños. Ellos también reciben consejos sobre nutrición de parte de Dietistas Registrados y Enfermeras, apoyo sobre lactancia e información y referencias para el cuidado de la salud. Muchas familias trabajadoras participan en WIC. Aquellos que reciben Medicaid, o que tengan un ingreso bruto hasta e incluyendo el monto en la guía de ingresos que aparece abajo, son elegibles por sus ingresos. Llame hoy al 1-800-532-1579

TAMAÑO DE FAMILIA:	1	2	3	4	5	6	7	8
Ingreso Anual Bruto	\$23,606	\$31,894	\$40,182	\$48,470	\$56,758	\$65,046	\$73,334	\$81,622
Ingreso Mensual Bruto	\$1,968	\$2,658	\$3,349	\$4,040	\$4,730	\$5,421	\$6,112	\$6,802

(Efectivo 7/1/2020)

Esta institución es un proveedor que ofrece igualdad de oportunidades.

KIM REYNOLDS, GOVERNOR  
ADAM GREGG, LT. GOVERNOR  
State of Iowa

Iowa Department of Public Health  
Lucas State Office Building  
Des Moines, Iowa 50319-0075

Bureau of Nutrition & Physical Activity

TTY: Deaf Services

(515) 281-6650 or 1-800-532-1579

1-800-735-2942