

## Para encontrar una clínica de WIC cerca de usted:

**Visite:** [health.ny.gov/prevention/nutrition/wic/how\\_to\\_apply.htm](http://health.ny.gov/prevention/nutrition/wic/how_to_apply.htm)

**Llame al:** 1-800-522-5006

Línea directa de crecimiento saludable (Growing Up Healthy Hotline)

## Para obtener información sobre otros programas:

**1-800-342-3009** para:

- Programa de Asistencia Nutricional Suplementaria (SNAP)
- Asistencia Temporal para Familias Necesitadas (TANF)
- Programa de Asistencia Financiera para Gastos de Energía del Hogar (HEAP)

**518-486-1086** para:

Programa de Servicio de Alimentos para Escuelas (School Food Service Program)

**518-473-8781** para:

Programa de Servicio de Alimentos de Verano (Summer Food Service Program)

**1-800-548-6479** para:

- Línea Nacional contra el Hambre
- [WhyHunger.org/findfood](http://WhyHunger.org/findfood)

[health.ny.gov/wic](http://health.ny.gov/wic)  
[mybenefits.ny.gov/mybenefits/begin](http://mybenefits.ny.gov/mybenefits/begin)  
[facebook.com/NYSDOH](https://facebook.com/NYSDOH)  
[twitter.com/HealthNYGov](https://twitter.com/HealthNYGov)  
[youtube.com/nysdoh](https://youtube.com/nysdoh)  
[nystateofhealth.ny.gov](http://nystateofhealth.ny.gov)  
[text4baby.org](http://text4baby.org)  
[wicstrong.com](http://wicstrong.com)

Según la ley federal de derechos civiles y las políticas y reglamentaciones del Departamento de Agricultura de Estados Unidos (U.S. Department of Agriculture, USDA), se prohíbe a esta institución discriminar sobre la base de raza, color, país de origen, sexo (incluyendo la identidad de género y la orientación sexual), discapacidad y edad, o tomar represalias por actividades civiles anteriores.

La información del programa puede estar disponible en otros idiomas además del inglés. Las personas con discapacidades que necesitan medios de comunicación alternativos para acceder a la información del programa (por ejemplo, Braille, letra de molde grande, grabaciones de audio, lenguaje de señas americano, etc.) deben comunicarse con la Agencia estatal o local responsable que administra el programa o con el centro TARGET del USDA al (202) 720-2600 (voz y TTY) o con el USDA mediante el Servicio Federal de Retransmisión (Federal Relay Service) al (800) 877-8339.

Para presentar una queja por discriminación en el programa, se debe completar el formulario de quejas por discriminación en el programa de USDA, AD-3027, que puede obtenerse en línea en: <https://www.usda.gov/sites/default/files/documents/USDA-OASCR%20P-Complaint-Form-0508-0002-508-11-28-17Fax2Mail.pdf>, en las oficinas de USDA, llamando al (866) 632-9992, o mediante una carta dirigida al USDA. Se debe incluir en la carta el nombre, la dirección, el teléfono del denunciante y una descripción por escrito de la supuesta acción discriminatoria con información suficiente para informar al subsecretario de Derechos Civiles (Assistant Secretary for Civil Rights, ASCR) sobre la naturaleza y la fecha de la presunta infracción de los derechos civiles. El formulario AD-3027 completo o la carta se deben enviar a USDA por:

- (1) correo: U.S. Department of Agriculture  
Office of the Assistant Secretary for Civil Rights  
1400 Independence Avenue, SW  
Washington, D.C. 20250-9410;
- (2) fax: (833) 256-1665 o (202) 690-7442; o
- (3) email: [program.intake@usda.gov](mailto:program.intake@usda.gov).

Esta institución es un proveedor que ofrece igualdad de oportunidades.

Para presentar otra queja o para pedir una audiencia imparcial, comuníquese con:

- (1) correo: WIC Program Director  
NYSDOH, Riverview Center  
150 Broadway, 6th Floor  
Albany, NY 12204;
- (2) teléfono: (518) 402-7093; fax (518) 402-7348; o
- (3) email: [NYSWIC@HEALTH.NY.GOV](mailto:NYSWIC@HEALTH.NY.GOV)



# Preparados, listos, a crecer... con WIC



Programa Especial de Nutrición Suplementaria para  
Mujeres, Bebés y Niños

## ¡Averigüe si su familia es elegible!

### ¿Quién es elegible?

- Mujeres embarazadas
- Madres de bebés de hasta 6 meses de edad
- Madres que amamantan a bebés de hasta 12 meses de edad
- Bebés y niños pequeños hasta su 5.º cumpleaños
- Los padres y los encargados del cuidado pueden presentar una solicitud en nombre de sus hijos

### WIC da:

#### Consejos de nutrición

- Aprenda cómo hacer elecciones más saludables y a estar más activo.
- Los nutricionistas pueden ayudarle a planificar comidas saludables.
- Hable con otros padres para recibir apoyo.

#### Apoyo para el amamantamiento

- Expertos capacitados en amamantamiento
- Otras madres que están capacitadas para dar apoyo para el amamantamiento
- Extractores de leche para las madres que los necesitan
- Alimentos especiales para las madres que amamantan
- Visite: [breastfeedingpartners.org](http://breastfeedingpartners.org)

#### Comidas nutritivas

- Leche, queso, yogur, frutas y vegetales frescos, jugo 100%, pasta integral, arroz, pan, cereal, fórmula, huevos, comida para bebé y más

#### Remisiones a otros servicios

- Expertos en amamantamiento
- Bienestar del bebé y cuidado infantil
- Medicaid
- Asistencia Temporal para Familias Necesitadas (TANF)
- Programa de Asistencia Nutricional Suplementaria (SNAP)
- Planificación familiar
- Head Start
- Violencia doméstica
- Dejar de fumar
- Vacunas
- Atención prenatal
- Uso de sustancias
- Prevención del cáncer

### Para calificar para WIC, usted debe:

- Vivir en el Estado de Nueva York.
- Cumplir lo establecido en las normas para el límite de ingresos o recibir beneficios de Medicaid, SNAP o TANF.
- Tener una necesidad alimentaria.



### Las familias trabajadoras califican

- Las familias y las personas trabajadoras pueden calificar para WIC si cumplen los requisitos de ingresos o si participan de forma activa en Medicaid, SNAP o TANF.
- Los límites de ingresos pueden aumentar todos los años.
- Visite [www.health.ny.gov/prevention/nutrition/wic/income\\_guidelines.htm](http://www.health.ny.gov/prevention/nutrition/wic/income_guidelines.htm) para averiguar si su familia califica.

### Puede recibir WIC incluso si:

- No es ciudadano americano.
- Usted o algún otro miembro de su grupo familiar trabaja.

### WIC y los niños

- Los paquetes de comida de WIC están diseñados para promover un peso saludable.
- Los estudios demuestran que los niños que están en WIC tienen un mejor desempeño en la escuela.
- Las madres que están en WIC tienen mayor probabilidad de tener bebés con un peso saludable al nacer.