



# Programa para mujeres, lactantes y niños de Indiana WIC

WIC (Women, Infants and Children) es un programa de nutrición que brinda paquetes de comida, educación en materia de nutrición, derivaciones y apoyo de la lactancia a mujeres durante el posparto, lactantes y niños de hasta cinco años.

## ¿Quiénes son elegibles?

Para ser elegible en WIC, en su hogar debe vivir una mujer embarazada, una mujer que dio a luz (desde el nacimiento hasta seis meses después y madres que amamantan hasta un año después del parto), un lactante y/o uno o más niños menores de 5 años, debe cumplir con los criterios relacionados con los ingresos y presentar "riesgo nutricional". Los criterios específicos y los parámetros que indican el riesgo se determinan mediante una evaluación de la salud y de la dieta realizada por un profesional de la salud en el momento de la certificación.

## Criterios relacionados con los ingresos

Los ingresos de las familias que reciben Medicaid, cupones para alimentos y/o TANF son elegibles para el Programa WIC de Indiana. Si no es miembro de esos otros programas, consulte el siguiente cuadro de ingresos para ver si su familia reúne los requisitos.

**Pautas de ingresos de WIC 2017**

Personas que viven en el hogar*	Ingreso anual	Ingreso mensual	Ingreso semanal
1	\$22,311	\$1,860	\$430
2	\$30,044	\$2,504	\$578
3	\$37,777	\$3,149	\$727
4	\$45,510	\$3,793	\$876

\*Agregar \$7,733 por cada familiar adicional

## WIC proporciona:

### Comidas nutritivas

Un paquete de comida para los participantes, que incluye los siguientes alimentos:

- Leche
- Queso, Huevos, Cereal, Jugo
- Jugo
- Crema de cacahuete
- Frijoles secos o enlatados, arvejas y lentejas secas
- Pan, tortillas o arroz integrales
- Frutas y verduras frescas
- Pescado (para mujeres que amamantan únicamente)
- Fórmula fortificada con hierro (de ser necesaria), cereal para lactantes y comida para bebés a base de frutas y verduras (sólo para lactantes)
- Comida para bebés a base de carne (para lactantes que sólo toman leche materna)
- Suplementos nutritivos líquidos (excepto fórmulas y alimentos medicinales) y otros alimentos de WIC recetados por un médico (lactantes, niños y mujeres únicamente)

Cada participante recibe un paquete de comida recetado en función de sus necesidades de nutrición.

**Solicitar** mediante cita en persona en la clínica local.

Para hallar la clínica más cercana a su domicilio o recibir más información sobre WIC, llame al **1-800-522-0874**



**Solicitar** mediante cita en persona en la clínica local.

☒ Para hallar la clínica más cercana a su domicilio o recibir más información sobre WIC, llame al **1-800-522-0874**

### **Apoyo de la lactancia**

Las participantes recibirán apoyo e instrucciones para la lactancia. En muchos casos, las mujeres que amamantan reciben sacaleches sin cargo. WIC ayuda a las participantes a aprender por qué la lactancia es el mejor comienzo para sus bebés, cómo seguir amamantando al volver a trabajar, el papel del padre en el apoyo de la lactancia, consejos para adolescentes que amamantan, cómo sacar y almacenar leche materna y mucho más.

### **Educación sobre nutrición**

WIC ofrece diversos servicios educativos sobre salud y educación para las familiar con el fin de ayudar a los participantes a implementar conductas saludables. En Indiana, la educación sobre nutrición se proporciona por varios métodos, como contactos personales, clases grupales y módulos de aprendizaje individuales. Esos servicios se adaptan a las necesidades e intereses de cada familia e incluyen:

- Alimentación de lactantes
- Lactancia
- Aumento de peso prenatal
- Pérdida de peso después del parto
- Niños caprichosos con los alimentos
- Anemia

### **Derivaciones**

Una función específica del proceso de certificación del programa WIC de Indiana es hacer derivaciones para Medicaid y otros programas de servicios sociales.

### **Cómo postularse**

Deberá hacer una cita en la clínica del programa WIC más cercana a su domicilio para postularse. Llame al 1-800-522-0874 o visite <http://www.in.gov/isdh/20424.htm> para ver dónde está la clínica más cercana.

Deberá llevar los siguientes elementos a la cita:

- Cada persona que se postule a WIC tendrá que asistir personalmente (debe llevar a todos sus hijos menores de 5 años para postularse).
- Se solicita un comprobante de ingresos de todos los miembros de la familia del solicitante que trabajen o tengan una fuente de ingresos. Se aceptará lo siguiente como comprobante de ingresos:
  - Recibo(s) de sueldo de los últimos 30 días.
  - Podrá ser elegible automáticamente en función de los ingresos si usted o algún miembro de su familia participa en Medicaid, Asistencia temporaria para familias necesitadas (Temporary Assistance for Needy Families, TANF) o cupones para alimentos. Necesitará una carta de elegibilidad si participa en uno de esos programas.
- Se solicita un comprobante de identidad a todos los solicitantes. Se aceptará lo siguiente como comprobante de identidad:
  - Licencia de conducir válida
  - Identificación con fotografía
  - Certificado de nacimiento
- Se solicita un comprobante de domicilio. Se aceptará lo siguiente como comprobante de domicilio:
  - Factura o carta comercial a su nombre
  - Licencia de conducir actualizada

**Los programas y los sistemas cambian con frecuencia. Es importante asegurarse de que esté usando la información más actualizada. Esta Hoja de datos se actualizó el 26 de julio de 2017. Consulte [http://fvindiana.org/fact\\_sheets/hojas\\_de\\_datos](http://fvindiana.org/fact_sheets/hojas_de_datos) para ver la edición más reciente.**

**Apoyado en parte por la financiación de la Oficina de Salud Materna e Infantil (MCHB) de la Administración de Recursos y Servicios de Salud (HRSA) y los Servicios para Niños con Necesidades de Salud Especial de Indiana.**