



**Hace una sana  
diferencia**



**¿Tienes pensado amamantar a tu bebé?**

**WIC está aquí para apoyarte.**

**El WIC suministra:**

- ✓ Apoyo para la lactancia materna.
- ✓ Alimentos saludables.
- ✓ Remisiones a recursos de la comunidad.
- ✓ Sugerencias de alimentación para ti y tu bebé.

**Para solicitar el programa WIC,  
debes presentar comprobante de:**

- ✓ Identificación.
- ✓ Domicilio (dónde vive).
- ✓ Ingreso familiar.



**Para más información:**

Para saber más sobre el programa WIC, como los requisitos de elegibilidad del programa, entre otras cosas, llama al departamento de salud de tu localidad o visita el sitio web del Programa WIC de Carolina del Norte en:

**[www.ncdhhs.gov/ncwic](http://www.ncdhhs.gov/ncwic)**

**Las madres lactantes reciben más alimentos.**

# Lactancia materna y WIC

WIC apoya a todas las familias. La lactancia materna es un proceso. Hay altibajos y sentimientos de logro y frustración. WIC está para ayudarte en cada paso del camino, sin importar en qué etapa del proceso de lactancia te encuentres. En WIC siempre estamos dispuestos a ayudar por medio de la educación, a escuchar tu experiencia de lactancia y a ofrecer asistencia y remisiones. La inscripción en el programa WIC le dará a ti y a tu bebé acceso a los servicios y suministros de lactancia que ofrece WIC. Los paquetes de alimentos para lactancia están diseñados para apoyar las necesidades nutricionales de las mujeres que están amamantando, ya que contienen más alimentos.

Además de alimentos saludables, tú y tu bebé son elegibles para recibir estos servicios y suministros:

## Servicios

- **Educación sobre lactancia materna** Quizá te preguntes: ¿qué beneficios tiene la lactancia materna? ¿Cómo sé si estoy produciendo leche en cantidad suficiente? ¿Cómo sé si mi bebé come lo suficiente? ¿Cómo puedo alimentar a mi bebé mientras voy al trabajo o a la escuela? ¿La lactancia materna tomará más tiempo? ¿A dónde puedo ir si necesito ayuda con la lactancia? WIC puede ayudarte con todas estas dudas.
- **Información sobre la lactancia materna y remisiones** Cada programa local de WIC cuenta con personal capacitado. El personal del programa WIC se asegurará de que tú obtengas la información y las remisiones que necesites. El personal de WIC está capacitado para ofrecer atención y asistencia práctica.
- **Consejería entre pares** Lasconsejeras son madres como tú. Tienen experiencia en lactancia materna y tuvieron muchas de las mismas dudas que tú. Además, cuentan con capacitación adicional para ayudarte a empezar a amamantar a tu bebé. Las asesoras pueden brindarle estímulo, apoyo y ayuda durante todo el proceso de la lactancia.

## Suministros

- **Sacaleches y auxiliares de lactancia materna** WIC puede proporcionar a tu familia sacaleches y otros suministros para la lactancia materna.



**Amamanta a su bebé**  
**Hábitos saludables, familias saludables**  
**WIC de Carolina del Norte**



Departamento de Salud y Servicios Humanos • División de Bienestar Infantil y Familiar • Sección de Servicios de Nutrición • [www.ncdhhs.gov](http://www.ncdhhs.gov) • [www.ncdhhs.gov/nc-wic-cacfp](http://www.ncdhhs.gov/nc-wic-cacfp)  
Esta institución es un proveedor que ofrece igualdad de oportunidades. Se imprimieron 10,000 copias de este documento público a un costo de \$1,005.89 o de \$0.10 por cada copia. CNSS # 799 09/25