

# TODO ACERCA DE WIC

North Carolina WIC es el Programa Especial de Nutrición Suplementaria para Mujeres, Bebés y Niños y está financiado por el Departamento de Agricultura de los Estados Unidos.

## ¿QUÉ PROPORCIONA WIC?



Apoyo para la lactancia materna.



Alimentos nutritivos.



Educación nutricional.



Derivaciones a recursos de la comunidad.

## ¿PARA QUIÉN ES WIC?



- Mujeres embarazadas.
- Mujeres lactantes que han tenido un bebé en los últimos 12 meses.
- Mujeres que han tenido un bebé en los últimos seis meses.
- Lactantes.
- Niños hasta el 5.º cumpleaños.

## ¿SOY ELEGIBLE?



Para ser elegible, usted o su hijo deben:

- Vivir en North Carolina.
- Cumplir con las Pautas de ingresos de WIC.
- Hablar con un nutricionista de WIC sobre hábitos de salud y nutrición.

*Nota: Una persona que recibe Medicaid, Asistencia Temporal para Familias Necesitadas (Temporary Assistance for Needy Families, TANF) conocida como Work First (WF) o Servicios de Alimentos y Nutrición de NC (Food and Nutrition Services, FNS/Cupones de alimentos) cumple automáticamente con las Pautas de ingresos de WIC.*

## ¿DÓNDE PRESENTO MI SOLICITUD?



Para encontrar la oficina de WIC más cercana a usted, visite: [www.ncdhhs.gov/ncwic/mywic](http://www.ncdhhs.gov/ncwic/mywic)

O escanee este código con la cámara de su teléfono.



## ¿Qué tendré que llevar a mi primera cita?

### Prueba de identidad:

Traiga al menos una forma actual de identificación (ID) para cada persona que solicite. Esto puede incluir lo siguiente:

- Identificación con foto, DMV.
- Identificación laboral o militar.
- Registro de vacunación (solo bebés/niños).
- Tarjeta de registro de votante de NC.
- Tarjeta del Seguro Social.
- Tarjeta de seguro.
- Certificado de nacimiento.
- Tarjeta o pulsera de identificación del hospital.

### Comprobante de residencia (dónde vive):

Traiga al menos un comprobante de residencia que muestre la dirección física actual de cada persona que solicite. Una dirección de la casilla de correo no se puede utilizar como comprobante de residencia. Esto puede incluir lo siguiente:

- Identificación con foto, DMV.
- Factura de servicios públicos reciente.
- Estado de cuenta.
- Tarjeta de seguro.
- Carta o aviso de desempleo.
- Carta de certificación de los Servicios de Alimentos y Nutrición (FNS/Cupones de alimentos).
- Hipoteca o contrato de alquiler vigente.
- Tarjeta de registro de votante de NC.

### Comprobante de ingresos:

Si recibe Medicaid, WF/TANF o FNS/Cupones de alimentos, automáticamente cumple con las pautas de ingresos y no necesita traer ninguna documentación adicional. De lo contrario, debe mostrar los ingresos antes de impuestos de todos los miembros de su hogar y debe traer al menos uno de los siguientes:

- Talones de cheque de pago más recientes.
- Declaración de licencias militares y ganancias (Leave and Earnings Statement, LES).
- Carta del empleador que indique los ingresos brutos y la frecuencia de pago.
- Declaración de impuestos reciente (si es trabajador por cuenta propia).

## ¿Qué sucede en una cita de solicitud de WIC?



- Su comprobante de identidad, dónde vive y los ingresos del hogar serán revisados para verificar la elegibilidad.
- Se verificará la estatura, peso y un análisis de sangre para controlar los niveles de hierro a menos que traiga esta información de otra clínica o consultorio médico.
- Se le harán preguntas sobre su salud y sus hábitos alimenticios.
- Se hablará acerca de cualquier inquietud o pregunta que tenga sobre nutrición.
- Un profesional de la salud revisará su información de salud para ver si usted es elegible para WIC.
- Obtendrá una tarjeta eWIC (débito) que podrá usar en la tienda para comprar alimentos aprobados por WIC.
- Un miembro del personal de WIC revisará todos los alimentos que recibirá y le explicará cómo comprar alimentos aprobados por WIC.



## ¿Qué tipo de alimentos puedo comprar con los Beneficios de alimentos de WIC?



- Frutas y verduras: frescas, congeladas, enlatadas.
- Jugo 100% de frutas o verduras.
- Mantequilla de maní, legumbres y huevos.
- Leche, queso, yogur, tofu y bebidas de soja.
- Pan integral, cereales, tortillas, arroz y pasta.
- Alimentos para su bebé.

**Estos alimentos están disponibles en una variedad de marcas, tamaños y tipos, también los orgánicos!**

