



# Alimentos del WIC:

## CAMBIOS EN LOS PAQUETES DE ALIMENTOS DEL WIC

¡El paquete de alimentos del Programa Especial de Nutrición Suplementaria para Mujeres, Bebés y Niños (WIC, por sus siglas en inglés) está cambiando! Los cambios tienen como objetivo proporcionar a los participantes una mayor variedad de alimentos, fomentar un mayor consumo de frutas y verduras y proporcionar a las agencias del WIC con más flexibilidad a la hora de adaptar los paquetes de alimentos de los participantes. Estos cambios comenzarán a surtir efecto en enero de 2026 y se completarán antes de abril de 2026.

### ¿A quién afectarán los cambios?

Los paquetes de alimentos del WIC proporcionan alimentos suplementarios diseñados para abordar las necesidades nutricionales específicas de las mujeres embarazadas, lactantes y no lactantes que cumplen con los requisitos de ingresos, los bebés y los niños de hasta cinco años de edad que corren un riesgo nutricional. Estos cambios afectarán a todos los participantes y a los paquetes de alimentos del WIC.



### ¿Qué está cambiando con el paquete de alimentos del WIC?

Los siguientes cambios en el paquete de alimentos se han diseñado para proporcionar más opciones, equilibrio, variedad y apoyo a los participantes del WIC:

- Las cantidades de jugo se han actualizado para todos los paquetes de alimentos con la opción de sustituir una cantidad adicional en dólares que se utilizará en cualquier fruta, vegetal y/o verdura permitida.
- Se ha añadido pescado enlatado a todos los paquetes de alimentos.
- Se han ampliado las opciones de grano entero.



### ¿Por qué se están realizando estos cambios?

Los paquetes de alimentos del WIC se están actualizando para alinearse más estrechamente con las recomendaciones descritas en *las Recomendaciones dietéticas para estadounidenses, 2020-2025*. Estos cambios están destinados a:

- Ampliar las opciones para garantizar el acceso a los nutrientes esenciales.
- Permitir un mejor equilibrio para abordar las necesidades nutricionales y fomentar patrones dietéticos saludables.
- Proporcionar una mayor flexibilidad para adaptarse a las preferencias alimentarias culturales y las necesidades dietéticas especiales.
- Mejorar el apoyo a los padres que amamantan para ayudar a establecer y mantener la lactancia materna a largo plazo.

