

Colorado WIC: Para Crear Familias Saludables



¿Qué es WIC?

WIC es el Programa Especial de Nutrición Complementaria para Mujeres, Bebés y Niños, un programa de nutrición con fondos federales que proporciona en forma gratuita alimentos saludables, educación nutricional, apoyo a la lactancia y derivaciones.

¿A quién atiende WIC?

- 1. Mujeres**
 - Embarazadas
 - Mujeres que están amamantando
 - Hasta 6 meses después del parto
- 2. Bebés**
- 3. Niños** hasta los 5 años de edad

Requisitos para acceder a WIC:

Ingresos: las personas que tienen cobertura de Health First Colorado (Colorado's Medicaid Program), vales de comida o que están en el programa TANF automáticamente reúnen los requisitos de ingresos para WIC. Las pautas de ingresos de WIC figuran en el reverso de este folleto.

Residencia: los participantes deben vivir en Colorado. No se requiere ciudadanía estadounidense para participar en WIC.

¿Qué brinda WIC?

Educación nutricional: *los participantes reciben orientación nutricional para ellos y sus familias.*

Apoyo a la lactancia materna: *las participantes reciben apoyo para dar pecho, incluidos extractores de leche.*

Alimentos de WIC: una "receta" para las necesidades nutricionales de los participantes. Los alimentos de WIC son ricos en proteínas, hierro, calcio y vitaminas A y C, que son vitales para el desarrollo saludable durante el embarazo y la primera infancia. Estos alimentos pueden incluir frutas y verduras frescas y congeladas, leche, queso, huevos, cereales, pan 100% trigo integral, arroz integral, tortillas de maíz blando, mantequilla de maní, frijoles, jugo, tofu, bebidas a base de soya, alimentos para bebés y fórmula para bebé. La fórmula especial se da con una receta.

Derivaciones: WIC deriva a los participantes a una serie de programas de salud, alimentación y servicio social.

¿Cómo puedo acceder a WIC ?

Colorado tiene clínicas de WIC en todo el estado. Para encontrar las clínicas de WIC más cercanas, llame sin cargo al

1-800-688-7777

Tabla de Pautas de Introsos de WIC 1 de Julio, 2016 – 30 de Junio, 2017

Cantidad de Personas en el Hogar*	ANUALES	MENSUALES	SEMANALES
1	21,978	1,832	423
2	29,637	2,470	570
3	37,296	3,108	718
4	44,955	3,747	865
5	52,614	4,385	1,012
6	60,273	5,023	1,160
7	67,951	5,663	1,307
8	75,647	6,304	1,455
Por cada miembro adicional del la familia:	+\$7,696	+\$642	+\$148

Si está embarazada, usted debe considerarse como dos personas. Para averiguar si cumple los requisitos del WIC, por favor, póngase en contacto con la clínica WIC de su localidad.

Para obtener más información, comuníquese al

Colorado Department of Public Health and Environment
WIC Program, 4300 Cherry Creek Drive South
Denver, Colorado 80246-1530
www.ColoradoWIC.com

De conformidad con la Ley Federal de Derechos Civiles y los reglamentos y políticas de derechos civiles del Departamento de Agricultura de los EE. UU. (USDA, por sus siglas en inglés), se prohíbe que el USDA, sus agencias, oficinas, empleados e instituciones que participan o administran programas del USDA discriminen sobre la base de raza, color, nacionalidad, sexo, discapacidad, edad, o en represalia o venganza por actividades previas de derechos civiles en algún programa o actividad realizados o financiados por el USDA.

Las personas con discapacidades que necesiten medios alternativos para la comunicación de la información del programa (por ejemplo, sistema Braille, letras grandes, cintas de audio, lenguaje de señas americano, etc.), deben ponerse en contacto con la agencia (estatal o local) en la que solicitaron los beneficios. Las personas sordas, con dificultades de audición o discapacidades del habla pueden comunicarse con el USDA por medio del Federal Relay Service [Servicio Federal de Retransmisión] al (800) 877-8339. Además, la información del programa se puede proporcionar en otros idiomas.

Para presentar una denuncia de discriminación, complete el Formulario de Denuncia de Discriminación del Programa del USDA, (AD-3027) que está disponible en línea en: http://www.ocio.usda.gov/sites/default/files/docs/2012/Spanish_Form_508_Compliant_6_8_12_0.pdf. y en cualquier oficina del USDA, o bien escriba una carta dirigida al USDA e incluya en la carta toda la información solicitada en el formulario. Para solicitar una copia del formulario de denuncia, llame al (866) 632-9992. Haga llegar su formulario lleno o carta al 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: (202) 690-7442; o
- (3) correo electrónico: program.intake@usda.gov.

Esta institución es un proveedor que ofrece igualdad de oportunidades.