

# Are you pregnant?



Get an  
early start on  
good nutrition.

## WIC provides healthy foods for:

- Good nutrition
- More energy and strength
- A healthy baby

WIC also provides information on healthy eating, health care referrals and breastfeeding.

## To be eligible for WIC, a pregnant woman must:

- Have a health or nutrition risk factor
- Live in a household with income at or below WIC guidelines

## When can I apply for WIC?

- As soon as you know that you are pregnant

## Where do I apply for WIC?

- Apply at your local health department or WIC office

Visit the WIC web site at  
[www.nutritionnc.com](http://www.nutritionnc.com)



North Carolina Department of Health and Human Services  
Division of Public Health • Nutrition Services Branch  
[www.ncdhhs.gov](http://www.ncdhhs.gov) • [www.nutritionnc.com](http://www.nutritionnc.com)

This institution is an equal opportunity provider.

# ¿ Está

# Embarazada?



## Empiece temprano con una buena nutrición

**WIC le proporciona alimentos saludables para tener:**

- Una buena nutrición
- Más energía y fuerza
- Un bebé sano

WIC también le proporciona información sobre maneras saludables de comer, referencias a atención médica y consejos sobre el amamantamiento.

**Para que reúna las condiciones de WIC, una mujer embarazada debe:**

- Tener un factor de riesgo debido a su salud o su nutrición
- Vivir en un hogar cuyo ingreso es igual o por debajo de los límites de WIC

**¿Cuándo puedo hacer la solicitud para los beneficios de WIC?**

- En cuanto sepa que está embarazada

**¿A dónde voy para hacer la solicitud a WIC?**

- Vaya a la oficina local de WIC o al Departamento de Salud local

Visite el sitio web del WIC:

[www.ncdhhs.gov/espanol/ninos/wic.htm](http://www.ncdhhs.gov/espanol/ninos/wic.htm)



Departamento de Salud y Servicios Humanos de Carolina del Norte  
División de Salud Pública • Oficina de Servicios de Nutrición  
[www.ncdhhs.gov/espanol](http://www.ncdhhs.gov/espanol) • [www.nutritionnc.com](http://www.nutritionnc.com)

Esta institución es un proveedor que ofrece igualdad de oportunidades.