



**¿Sabía Usted?**  
 Las mujeres que participan en WIC dan a luz a bebés más sanos que tienen más probabilidades de sobrevivir la infancia.\*\*

# Asegure un buen comienzo para los niños de hasta 5 años con WIC.

## ¿QUÉ ES WIC?

Mujeres, Infantes y Niños (WIC) es un programa de nutrición del USDA financiado por el gobierno federal que es administrado por el Departamento de Salud Pública de California. Nuestro equipo incluye dietistas registrados, nutriólogos titulados, Consultores en Lactancia Certificados por la Junta Internacional (IBCLC), educadores certificados en lactancia y otros profesionales capacitados.

### Podemos ayudar a brindarles a las familias:

#### Receta de Alimentos

\$ 50 - \$ 113 en beneficios por persona, por mes para comprar frutas, verduras, granos integrales, lácteos bajos en grasa o leche de soya, tofu y alimentos ricos en hierro.

#### Educación Nutricional

Educación nutricional interactiva y evaluación individual orientada a abordar las necesidades de las mujeres embarazadas y los niños pequeños.

#### Apoyo en la Lactancia

Educación para ayudar a las familias a tomar decisiones informadas sobre la alimentación infantil y apoyo para alcanzar sus objetivos de lactancia.

#### Servicios de Referencia

Conexiones a recursos importantes y necesarios como atención médica, cuidado de niños, vivienda, crianza de los hijos y más.

## ¿QUIÉN CALIFICA PARA WIC?\*

Miembro(s) de familias de ingresos bajos a moderados (que viven en o por debajo del 185% del Nivel Federal de Pobreza, como se describe en las pautas de ingresos 2023-2024) en California que:

- Esté embarazada
- Tiene un hijo menor de 5 años (incluidos los hijos adoptivos)
- Está amamantando a un bebé menor de 1 año
- Tuvo un bebé en los últimos 6 meses
- Experimentó una pérdida o interrupción del embarazo
- Son padres, abuelos u otros tutores legales de niños menores de 5 años
- Son familias de militares
- Cumpla con los requisitos independientemente del estado migratorio
- Cumpla con los requisitos anteriores y reciba Medi-Cal, CalWORKS (TANF) y/o CalFresh (Estampillas de Comida/SNAP)

## 2023-2024 GUIAS DE INGRESOS

NÚMERO DE PERSONAS EN LA FAMILIA	INGRESO BRUTO MENSUAL
2	\$3,041
3	\$3,833
4	\$4,625
5	\$5,418
6	\$6,210

Las mujeres embarazadas cuentan como dos personas. WIC no toma en cuenta la Asignación Básica para Vivienda (BAH) para familias de militares. Las pautas de ingresos están sujetas a cambios. Consulte [www.wicworks.ca.gov](http://www.wicworks.ca.gov) para obtener información actualizada.

**\* ¡Las familias elegibles pueden comenzar a recibir beneficios de WIC inmediatamente después de inscribirse en el programa!**

Esta institución es un proveedor de igualdad de oportunidades.

# Obtenga Resultados con WIC

En el Condado de San Diego, cinco agencias ofrecen servicios WIC.  
A continuación, se muestra la información de contacto y la ubicación de las oficinas de cada agencia.

Visite [www.sdwic.com](http://www.sdwic.com) para conocer los horarios y ubicaciones actualizados.



**American Red Cross**  
San Diego/Imperial Counties



**SAN DIEGO STATE  
UNIVERSITY**  
**Research Foundation**



1-800-500-6411  
[www.sandiegowic.org](http://www.sandiegowic.org)

#### Norte del Condado

Oceanside  
1906 Oceanside Blvd. #TUV  
Oceanside, CA 92054

#### Sureste de San Diego

Centro de Salud Euclid.  
292 Euclid Ave. Ste. 225  
San Diego, CA 92114

#### Centro de San Diego

Área del Colegio  
5821 University Ave.  
San Diego, CA 92115

#### Este del Condado

El Cajon  
564 North 2nd St.  
El Cajon, CA 92021

Spring Valley  
8810 Jamacha Blvd. #DEF  
Spring Valley, CA 91977

1-888-999-6897  
[www.sdsuwic.org](http://www.sdsuwic.org)

#### Norte del Condado

Escondido  
1131 East Washington Ave. Ste. K  
Escondido, CA 92025

Vista  
1031 S. Santa Fe Ave. Ste. F&G  
Vista, CA 92083

Fallbrook  
504 East Alvarado Ste. 108 & 109  
Fallbrook, CA 92028

#### Centro de San Diego

Sureste  
3598 National Ave.  
San Diego, CA 92113

Logan Heights  
Centro de Salud Familiar  
(Dentro del Edificio Adobe)  
1809 National Ave.  
San Diego, CA 92113

North Park  
3078 El Cajon Blvd. Ste. 100  
San Diego, CA 92104

Clairemont  
5222 Balboa Ave. #22  
San Diego, CA 92117

Mira Mesa  
10737 Camino Ruiz Ste. 135  
San Diego, CA 92126

#### Este del Condado

El Cajon  
301 N. Magnolia Ste. 101  
El Cajon, CA 92020

Spring Valley  
9621 Campo Rd. Ste. G  
Spring Valley, CA 91977

#### Sur del Condado

Chula Vista Office  
542 Broadway Ste. Q  
Chula Vista, CA 91910

1-619-260-3400  
WICProgram@  
[scrippshealth.org](http://scrippshealth.org)

City Heights  
4305 University Ave. Ste. 130  
San Diego, CA 92105

Linda Vista  
6973 Linda Vista Rd. Bldg. C San  
Diego, CA 92111

Chula Vista  
251 Palomar St. Ste. C  
Chula Vista, CA 91911

National City  
2411 E. Plaza Blvd.  
National City, CA 91950



1-888-942-7942  
[www.syhealth.org/  
nutrition-services](http://www.syhealth.org/nutrition-services)

Chula Vista  
1655 Broadway Ste. 18  
Chula Vista, CA 91911

National City  
1420 East Plaza Blvd. Ste. B4  
National City, CA 91950

Centro de Salud Materno Infantil  
4050 Beyer Blvd. 3rd Floor  
San Ysidro, CA 92173

Imperial Beach  
886 Palm Ave.  
Imperial Beach, CA 91932

1-888-477-6333  
[www.truecare.org/  
programs-resources/wic/](http://www.truecare.org/programs-resources/wic/)

San Marcos  
150 Valpreda Rd. Ste. 102  
San Marcos, CA 92069

Encinitas  
1130 2nd Ave.  
Encinitas, CA 92024

Oceanside/Mission Mesa  
2210 Mesa Dr. Ste. 100  
Oceanside, CA 92054

Escondido  
649 W. Mission Ave. Ste. 7  
Escondido, CA 92025

Ramona  
220 Rotanzi Street  
Ramona, CA 92065

Valley Center  
28246 Lilac Rd.  
Valley Center, CA 92082

\*\* Del Centro de Prioridades de Presupuesto y Pólizas, WIC funciona: Abordando las Necesidades Nutricionales y de Salud de las Familias de Bajos Ingresos durante 40 años, marzo de 2017

Más sobre WIC:



¿Sabía Usted?

Las mujeres que ingresan a WIC en el primer trimestre de su embarazo tienen más probabilidades de comenzar y continuar amamantando por más tiempo que las mujeres que ingresan en su tercer trimestre.\*\*