

# WIC DE TEXAS GUÍA DE COMPRAS

Vigente a partir del 1 de octubre de 2019



# Antes de empezar

Revisa bien esta guía para saber qué marcas de alimentos puedes comprar con tu **Tarjeta de WIC de Texas**. Llévala contigo a la tienda.

Lleva también la **Lista de compras de WIC de Texas** que recibiste en la clínica. Esta lista contiene información importante sobre:

- Qué alimentos puedes comprar
- Tus beneficios mensuales

**CONSEJO ÚTIL:** Si olvidaste o extraviaste tu **Lista de compras de WIC**, antes de empezar tus compras pídele a un cajero de la tienda que te imprima un recibo con tu saldo actual.

Es posible que algunas tiendas no vendan todos los alimentos de WIC o marcas incluidos en esta guía.

Puedes ver más consejos en la página 16.



# Cómo usar la Guía de compras de WIC de Texas

## Cuando veas:

**Escoge cualquier marca** Puedes escoger cualquier marca de ese alimento.

**Escoge estas marcas** Debes escoger alimentos de las marcas incluidas en esta guía.

**Busca la etiqueta rosa de WIC** Debes escoger de las marcas que tienen la etiqueta rosa que dice *WIC Approved Item*. Estas marcas podrían variar de tienda en tienda.

**NO APROBADO POR WIC:** No puedes comprar con tu tarjeta de WIC ninguno de los alimentos mencionados.

## Paquetes especiales de alimentos (páginas 12-15)

El personal de WIC te explicará en qué consisten los paquetes especiales de alimentos:

- Lactancia materna exclusiva de gemelos, trillizos o más
- Alimentos que no requieren refrigeración
- Leche y queso kosher

Busca la calcomanía rosa en productos como leche, jugo, queso, legumbres secas, pan, tortillas y arroz.



# Leche

**WIC** Approved Item

Busca la etiqueta rosa de WIC

## Niños de 2 a 5 años y mujeres

- Leche descremada o baja en grasa (1/2% o 1%) de 1/2 galón o 1 galón
- Suero de mantequilla sin grasa o bajo en grasa de 1/2 galón

## Niños de 1 año

- Leche entera de 1/2 galón o 1 galón. No se permite el suero de mantequilla (*buttermilk*)



**Envase de cartón o plástico. Solo puedes elegir 1/4 de galón si así aparece en tu lista de compras.**

### **NO APROBADAS POR WIC:**

Leche fortificada con calcio, alta en proteína, orgánica, con sabores (como chocolate), con DHA u omega-3 ni leche de arroz, de almendra o de cabra.

# Queso

**WIC** Approved Item

Busca la etiqueta rosa de WIC

- Paquetes de 16 oz (1 lb) o 32 oz (2 lb)
- En bloque o en rebanadas
- Regular, de grasa reducida y bajo en grasa
- Queso Americano, Cheddar, Colby, Colby-Jack, Longhorn, Monterey Jack y Mozzarella
- Tiras de queso Mozzarella (16 oz)



**NO APROBADOS POR WIC:** Rebanadas envueltas individualmente, queso rallado, productos de queso procesado, queso con jalapeño, queso de la sección de carnes frías, orgánico ni queso importado.

# Huevos

Escoge cualquier marca

- Cartones de una docena
- Grado A o AA
- Cualquier tamaño
- Solo huevos blancos



**NO APROBADOS POR WIC:** Cafés, orgánicos, de campo (*free-range*) ni de pasto (*pasture raised*).



# Yogur

Escoge estas marcas



## Niños de 2 a 5 años y mujeres

- **Yogures bajos en grasa y descremados**
- Envases de 2 lb (32 oz/907 g)

**Best Choice** - Low-fat Strawberry, Vanilla, Light Plain

**Coburn Farms** - Low-fat Plain

**Dannon** - Low-fat Plain, Vanilla, Nonfat Plain

**Great Value** - Low-fat Peach, Strawberry, Strawberry Banana, Vanilla, Nonfat Plain

**H-E-B Blended** - Low-fat Peach, Plain, Strawberry, Vanilla

**Hiland** - Low-fat Peach, Strawberry, Vanilla, Nonfat Plain

**Hill Country Fare** - Low-fat Plain, Vanilla

**Kroger** - Low-fat Plain, Nonfat Plain

**LALA** - Low-fat Plain

**Lucerne** - Low-fat Peach, Strawberry, Nonfat Plain

**Mountain High** - Low-fat Plain, Vanilla, Fat-free Plain

**Shurfine** - Low-fat Plain, Vanilla

**Simple Truth Organic** - Low-fat Plain

**Stonyfield** - Low-fat Plain, Vanilla, Nonfat Plain, Vanilla

**Yoplait** - Low-fat Blueberry, Peach, Strawberry, Strawberry Banana, Vanilla, Nonfat Plain

## Niños de 1 año

- **Yogures de leche entera**
- Envases de 2 lb (32 oz/907 g)

**Brown Cow** - Cream Top Plain, Vanilla

**Dannon** - Plain, Strawberry, Vanilla

**H-E-B Organics** - Plain, Vanilla

**Kroger** - Plain

**Mountain High** - Plain, Strawberry, Vanilla

**Stonyfield** - Plain, Strawberry, Vanilla

**NO APROBADOS POR WIC:** Griego, con fruta al fondo, batido (*whipped*) o con ingredientes para mezclar.



# Frutas y verduras

Escoge cualquier marca

## Frescas

- Solas o mezcladas
- Enteras, cortadas o empacadas
- Orgánicas o regulares
- Ensalada, frutas o verduras en bolsa
- Chícharos o frijoles como habas frescas o frijoles de carita



## **NO APROBADAS POR WIC:**

- Productos de la barra de ensaladas, bandejas preparadas ni canastas de frutas
- Bolsas de ensalada con aderezo o crutones
- Frutas o verduras decorativas u ornamentales (como ristras de ajo, calabacitas para decoración o calabazas pintadas)
- Pico de gallo
- Nueces, mezcla de frutos secos, frutas secas o verduras secas
- Frijoles secos a granel
- Especias o hierbas (como cilantro, perejil, cebollino o menta).

## Congeladas

- Solas o mezcladas
- Orgánicas o regulares
- Al natural o con sal o hierbas
- Cualquier tamaño y tipo de paquete
- Leguminosas congeladas como edamame, ejotes y habas



## **NO APROBADOS POR WIC:**

- Verduras empanizadas o con crema, salsas o aderezos
- Productos con azúcar, endulzantes artificiales, grasa o aceites añadidos
- Verduras o frijoles mezclados con pasta, arroz u otros ingredientes.



# Jugo

**WIC** Approved Item

Busca la etiqueta rosa de WIC

- 100% Jugo con 80% de vitamina C (o más)
- Jugo con calcio y vitamina D añadidos

## Jugo (envase de plástico)

**Niños: 64 oz Mujeres: 48 oz**

- Arándano
- Manzana
- Naranja
- Naranja con mango
- Naranja con piña
- Piña
- Piña con mango
- Tomate
- Toronja
- Uva morada
- Uva verde
- Verduras



## Jugo congelado

**Niños: 16 oz**

- Manzana
- Naranja

**Mujeres: 11.5 oz a 12 oz**

- Manzana
- Naranja
- Uva verde
- Toronja
- Uva morada

## Jugo refrigerado (envase de cartón o plástico)

**Niños: 64 oz**

- Naranja

**NO APROBADOS POR WIC:** Mezcla de jugos (cocktail o drink), jugo con azúcar o jugo con endulzantes.



## Pan integral

**WIC** Approved Item

Busca la etiqueta rosa de WIC

- Pan de 16 oz (1 lb)
- 100% harina de trigo integral

**NO APROBADO POR WIC:** Sugar-free (sin azúcar).



## Tortillas

**WIC** Approved Item

Busca la etiqueta rosa de WIC

- Paquete de 16 oz (1 lb)
- De maíz amarillo o blanco
- 100% de trigo integral, refrigeradas o de estantería

**NO APROBADAS POR WIC:** Tortillas de harina blanca.



## Arroz integral

**WIC** Approved Item

Busca la etiqueta rosa de WIC

- Paquete de 16 oz (1 lb)

**NO APROBADOS POR WIC:** Arroz blanco ni arroz con especias, azúcar, grasa, aceite o sal añadidos.



## Avena

Escoge estas marcas

- Envases de 16 oz (1 lb)

**Granvita** Avena

**3-Minute Brand** Rápida o tradicional

**Best Choice** Rápida o tradicional

**Mom's Best Naturals** Rápida o tradicional



## Pasta integral

Escoge estas marcas

- Caja o bolsa de 16 oz (1 lb)
- 100% de trigo integral
- De cualquier forma, como coditos, penne, rotini, conchas, espagueti o espirales

**Barilla**

**Central Market Organic**

**Full Circle Organic**

**Great Value**

**H-E-B**

**H-E-B Organics**

**Hodgson Mill**

**Kroger**

**O Organics**

**Racconto**

**Ronzoni Healthy Harvest**

**Shurfine**

**Signature Select**

**Simple Truth**



# Frijoles enlatados

Escoge cualquier marca

- Latas de 15 oz a 16 oz
- Regulares, orgánicos o bajos en sodio

## Frijoles enlatados

- Frijoles blancos (*cannellini*)
- Frijoles de carita
- Frijoles *Great Northern*
- Frijoles negros
- Frijoles negros refritos sin grasa
- Frijoles pintos
- Frijoles pintos refritos sin grasa
- Frijoles rojos oscuros (*kidney*)
- Frijoles rojos claros (*kidney*)
- Garbanzos



**NO APROBADOS POR WIC:** Frijoles enlatados con las vainas, jalapeños, tocino, cerdo, aceites, en salsa o sopas.

# Legumbres secas

WIC Approved Item

Busca la etiqueta rosa de WIC

- Paquete de 16 oz (1 lb)
- Frijoles de carita, garbanzos, *Great Northern*, *navy*, negros, pintos, rojos oscuros (*kidney*), rojos claros (*kidney*), chícharos verdes partidos y lentejas

**NO APROBADAS POR WIC:** Legumbres mixtas, con condimentos añadidos o a granel.



# Crema de cacahuete

Escoge cualquier marca

- Frascos de 16 a 18 oz
- Cremosa o crujiente



**NO APROBADAS POR WIC:** "Peanut spread", de grasa reducida, orgánica, con miel, chocolate, malvaviscos, jalea, caramelos u omega-3.

**CONSEJO ÚTIL:** Dale a tu hijo una rebanada de pan o fruta cubiertas con una capa delgada de crema de cacahuete. **Para prevenir el ahogamiento**, nunca le des una cucharada de crema de cacahuete a un niño.

Cómo comprar legumbres y crema de cacahuete.  
Un producto equivale a:



o



o



1 paquete de frijoles secos, lentejas o chícharos

4 latas de frijoles

1 frasco de crema de cacahuete

# Cereales para el desayuno

Escoge estas marcas

• Paquetes de 12 oz, 18 oz y 36 oz

 Con más granos integrales

 Sin gluten



**Whole Grain  
Cream of Wheat**  
18 oz



**Malt-O-Meal**  
Original  
18 oz y 36 oz



**Instant Grits**  
Original  
12 oz, 18 oz y 36 oz



**Cheerios**  
12 oz, 18 oz y  
36 oz



**Multi-Grain  
Cheerios**  
12 oz y 18 oz



**KIX**  
12 oz y 18 oz



**Berry Berry KIX**  
18 oz



**Honey KIX**  
18 oz



**Corn Chex**  
12 oz y 18 oz



**Rice Chex**  
12 oz y 18 oz



**All-Bran**  
Complete Wheat  
Flakes  
18 oz



**Corn Flakes**  
12 oz, 18 oz y 36 oz



**Frosted  
Mini Wheats**  
18 oz y 36 oz



**Rice Krispies**  
12 oz y 18 oz



**Special K**  
Original  
12 oz y 18 oz



**Crispix**  
12 oz y 18 oz



**Grape-Nuts Flakes**  
18 oz



**Honey Bunches of Oats**  
Honey Crunch  
18 oz



**Honey Bunches of Oats**  
Almond Crunch  
18 oz



**Honey Bunches of Oats**  
Cinnamon Bunches  
18 oz



**Honey Bunches of Oats**  
Vanilla Bunches  
18 oz



**Honey Bunches of Oats**  
with Almonds  
18 oz



**Honey Bunches of Oats**  
Honey Roasted  
18 oz



**Life**  
Original  
18 oz



**Malt-O-Meal Corn Flakes**  
18 oz



**Malt-O-Meal Crispy Rice**  
Caja y bolsa de 12 oz y 18 oz  
y bolsa de 36 oz



**Mini Spooners**  
Blueberry  
Bolsa de 18 oz y 36 oz



**Mini Spooners**  
Frosted  
Caja y bolsa de 18 oz  
y bolsa de 36 oz



**Mini Spooners**  
Strawberry Cream  
Caja y bolsa de 18 oz  
y bolsa de 36 oz

**Cómo comprar 36 oz de cereal**



## Para bebés de 6 a 12 meses

Escoge cualquier marca

### Frutas y verduras para bebés

- Frascos individuales o paquetes de 2 frascos de 4 oz
- Regulares u orgánicas
- Frutas o verduras solas o mezcladas



### **NO APROBADAS POR WIC:**

- Con cereal, chíá, amaranto, quinoa, arroz, pasta, yogur o carne
- “Dinners”, postres, para niños mayores de 1 año, refrigeradas, “cold-pressed” o empacadas en bolsa
- Con ingredientes añadidos, como DHA, azúcar, sal o almidones (como harina de arroz o tapioca).

Escoge estas marcas

### Cereal para bebés

- **Gerber MultiGrain** 8 y 16 oz
- **Gerber Oatmeal** 8 y 16 oz
- **Gerber Rice** 8 y 16 oz
- **Gerber Whole Wheat** 8 oz



**NO APROBADOS POR WIC:** Cereales con frutas, fórmula, DHA u otros ingredientes añadidos.

## Para bebés de 6 a 12 meses amamantados exclusivamente

Escoge cualquier marca

### Carnes para bebés

- Frascos individuales de 2.5 oz (no pueden ser paquetes de varios frascos)
- Regulares u orgánicas
- Cualquier carne individual con caldo o salsa, de pollo, res, pavo o jamón

**NO APROBADAS POR WIC:** “Dinners”, carnes con verduras o frutas, DHA, azúcar o sal.



## Solo para mujeres que amamantan exclusivamente

Escoge cualquier marca

### Atún

- Latas de 5 oz
- Chunk light
- Empacado en agua o aceite
- Normal o bajo en sodio

**NO APROBADO POR WIC:** Atún blanco (albacore), tongol, yellowfin, filetes, “premium select”, atún gourmet o atún en bolsas.

### Salmón

- Latas de 5 a 6 oz
- Salmón rosado
- Empacado en agua o aceite
- Normal o bajo en sodio

**NO APROBADOS POR WIC:** Salmón ahumado, rojo, en filetes o empacado en bolsas.



# Leche sin lactosa, de soya, evaporada o en polvo y tofu

## Leche sin lactosa

Escoge cualquier marca

**Niños de 2 a 5 años y mujeres:** Descremada y baja en grasa (1%)

**Niños de 1 año:** Leche entera

• 1/2 galón (1.89 L)

**NO APROBADAS POR WIC:** Leche fortificada con calcio, alta en proteína, orgánica, con sabores (como chocolate), leche con DHA u omega-3.



## Leche de soya

Escoge estas marcas

• 1/2 galón (1.89 L)

**8th Continent**

• Original y vainilla

**Great Value**

• Original (Walmart)

**Silk**

• Original de 1/2 galón (1.89 L) o paquete doble

**NO APROBADA POR WIC:** Orgánica, "light" o descremada.



## Leche evaporada

Escoge cualquier marca

**Niños de 2 a 5 años y mujeres:**

Descremada y baja en grasa (1%)

**Niños de 1 año:** Leche entera

• 12 oz, fortificada con vitaminas A y D

**NO APROBADAS POR WIC:** "Evaporated filled milk" o leche condensada.



## Leche descremada en polvo

Escoge cualquier marca

**Niños de 2 a 5 años y mujeres:**

• Fortificada con vitaminas A y D

• 9.6 oz, 25.6 oz y 64 oz



## Tofu

Escoge estas marcas

• 16 oz (1 lb) refrigerado

**Banyan**

Soft

Medium Hard

Hard

**Green Valley**

Medium Firm

Firm

**House Foods**

Medium Firm

Firm

Extra Firm

**NO APROBADOS POR WIC:** Tofu "lite" o con sabores añadidos.



Solo para paquete especial de alimentos  
**Para mujeres que amamantan  
exclusivamente a gemelos, trillizos o más**

## Queso

Escoge estas marcas

- Paquete de 8 oz
- En bloque o en rebanadas
- Regular, de grasa reducida o bajo en grasa
- Queso Americano, Cheddar, Colby, Colby-Jack, Longhorn, Monterey Jack y Mozzarella

**Best Choice**  
**Best Yet**  
**Brookshire**  
**Food Club**

**Great Value**  
**H-E-B**  
**Kraft**

**Kroger**  
**Lucerne**  
**Shurfine**



**NO APROBADO POR WIC:** Rebanadas envueltas individualmente, queso rallado, productos de queso procesado, queso con jalapeño, queso del departamento de carnes frías ni queso importado.

**CONSEJO ÚTIL:** Los quesos no tienen la etiqueta rosa que dice *WIC Approved Item*.

## Pan

Escoge estas marcas

- Pan de 20 o 24 oz

**H-E-B Bake Shop** 100% Whole Wheat 24 oz

**Mrs Baird's** 100% Whole Wheat 20 oz

**Nature's Own** 100% Whole Wheat 20 oz

**Nature's Own Specialty** 100% Whole Wheat 24 oz

**Private Selection** 100% Whole Wheat 24 oz

**Signature Select** 100% Whole Wheat 20 oz

**Sara Lee Soft & Smooth** 100% Whole Wheat 20 oz

**Sara Lee** Whole Wheat 20 oz



**CONSEJO ÚTIL:** Los panes no tienen la etiqueta rosa que dice *WIC Approved Item*.

## Tortillas

Escoge estas marcas

- 20 o 24 oz
- De maíz amarillo o blanco

**Guerrero White Corn Tortillas** 20 oz

**Kroger White Corn Tortillas** 24 oz

**Mama Lupes Yellow Corn Tortillas** 21 oz

**Tia Rosa Yellow Corn Tortillas** 20 oz



**CONSEJO ÚTIL:** Estas tortillas no tienen la etiqueta rosa que dice *WIC Approved Item*.

# Solo para paquete especial de alimentos

## Alimentos que no requieren refrigeración

### Jugo

Escoge estas marcas

- Paquete de seis latas de 5.5 o 6 oz
- 100% Jugo sin endulzantes y con vitamina C



#### Big Tex

Manzana  
Toronja  
Naranja

Naranja con piña  
Piña

**CONSEJO ÚTIL:** Estos jugos no tienen la etiqueta rosa que dice *WIC Approved Item*.

Escoge estas marcas

### Solo si está en la Lista de compras WIC

- Paquetes de 8 cajas de 6.75 oz
- 100% Jugo sin endulzantes y con vitamina C



#### Juicy Juice de Nestle

- Manzana
- Uva

**CONSEJO ÚTIL:** Estos jugos no tienen la etiqueta rosa que dice *WIC Approved Item*.

### Leche descremada en polvo

Escoge cualquier marca

#### Niños de 2 a 5 años y mujeres:

- Fortificada con vitaminas A y D
- 9.6 oz, 25.6 oz y 64 oz



### Queso

Escoge estas marcas

### Solo para mujeres que amamantan exclusivamente

- 8 oz
- En bloque o en rebanadas
- Regular, de grasa reducida o bajo en grasa
- Queso Americano, Cheddar, Colby, Colby-Jack, Longhorn, Monterey Jack y Mozzarella

Best Choice  
Best Yet  
Brookshire  
Food Club

Great Value  
H-E-B  
Kraft

Kroger  
Lucerne  
Shurfine

**NO APROBADOS POR WIC:** Rebanadas envueltas individualmente, queso rallado, productos de queso procesado, queso con jalapeño, queso de la sección de carnes frías o queso importado.

**CONSEJO ÚTIL:** Estos quesos no tienen la etiqueta rosa que dice *WIC Approved Item*.

Continúa en la página 14

Solo para paquete especial de alimentos  
**Alimentos que no requieren refrigeración**

**Solo para mujeres que amamantan exclusivamente**

Escoge cualquier marca

**Atún**



Paquete de tres latas de 3 oz

- Chunk light
- Empacado en agua o aceite
- Normal o bajo en sodio

**NO APROBADOS POR WIC:**

Atún blanco (*albacore*), tongol, yellowfin, filetes, "premium select", atún gourmet o empacado en bolsas.

**Salmón**



Paquete de tres latas de 3 oz

- Salmón rosado
- Empacado en agua o aceite

**NO APROBADOS POR WIC:**

Salmón ahumado, rojo, en filetes ni empacado en bolsas.

Solo para paquete especial de alimentos  
**Leche y queso kosher**

**Queso kosher**

Escoge estas marcas

- Paquete de 16 oz (1 lb)

**Miller's Mozzarella**

**Natural & Kosher Mozzarella** (en bloque o en rebanadas)

**Natural & Kosher White American**

**Haolam Cheddar**



Escoge estas marcas

**Para mujeres que amamantan exclusivamente a gemelos, trillizos o más**

- Paquete de 8 oz

**Haolam Cheddar**



**Leche kosher**

Escoge estas marcas

**Niños de 2 a 5 años y mujeres:**

Descremada y baja en grasa (1%)

**Niños de 1 año:** Leche entera

- 1/2 galón (1.89 L)
- 1 galón (3.78 L)

**Pride of the Farm**

**NO APROBADAS POR WIC:** Leche fortificada con calcio, de alta proteína ni con sabores (como chocolate).

**CONSEJO ÚTIL:** Consulta en la página 15 la lista de tiendas que venden alimentos kosher.



## Tiendas que venden queso y leche kosher

Las siguientes tiendas tienen leche y queso kosher de los tamaños aprobados. Llama a la tienda antes de ir a hacer tus compras.

### Austin

H-E-B 7025 Village Center Drive..... 512-502-8445

### Bellaire

H-E-B 5106 Bissonnet..... 713-218-1600

### Dallas

Tom Thumb 11920 Preston Road..... 972-392-2501

### Houston

Kroger 10306 South Post Oak ..... 713-721-7691

### Richardson

Tom Thumb 1380 West Campbell Road..... 972-680-6010

### San Antonio

H-E-B 8503 NW Military Hwy..... 210-479-4300



### Las mamás que amamantan reciben:

- Más alimentos de WIC
- Beneficios de WIC por más tiempo
- Apoyo para la lactancia materna

**Para recibir ayuda e información sobre la lactancia materna, llama a este número:**

Línea de Apoyo a la Lactancia en Texas 855-550-6667 (MOMS)

## Preguntas frecuentes y consejos útiles

### ¿Qué debo llevar a la tienda para comprar mis alimentos de WIC?

- La Lista de compras de WIC de Texas.
- Tu tarjeta de WIC de Texas.
- Esta Guía de compras de WIC de Texas.

### ¿Qué incluye la Lista de compras de WIC de Texas?

- Los beneficios de alimentos de WIC mensuales de cada miembro de tu familia que los reciba.
- Tu próxima cita en la clínica de WIC.

### ¿Cómo debo usar mi tarjeta de WIC en la tienda?

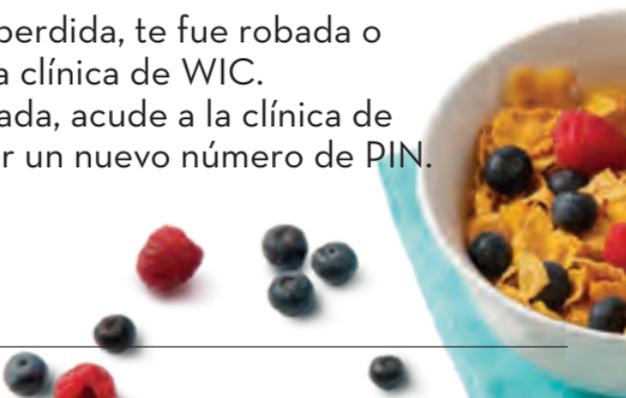
- Cuando estés lista para pagar, dile al cajero que vas a usar tu tarjeta de WIC.
- Inserta la tarjeta en el lector e ingresa tu número de PIN.
- Deja la tarjeta en el lector hasta que te indique que la retires.
- Una vez que se hayan escaneado todos los artículos, revisa tu recibo.
- Para aceptar la compra, presiona el botón *approve*.
- ¡Guarda tu recibo!

### ¿Para qué es el otro recibo de WIC que me entregan después de la compra?

- Cuando uses tu tarjeta de WIC, recibirás otro recibo de WIC al terminar de hacer las compras.
- Este recibo de WIC muestra el saldo final que queda en tu tarjeta para el resto del mes.
- Lleva este recibo cuando hagas tu siguiente compra.

### ¿Qué debo hacer si tengo problemas con mi tarjeta de WIC?

- Si tu tarjeta está perdida, te fue robada o se dañó, llama a la clínica de WIC.
- Si ha sido bloqueada, acude a la clínica de WIC para obtener un nuevo número de PIN.





## Visita [TexasWIC.org](https://www.texaswic.org) para:

- **Obtener más información sobre WIC**
  - **Llenar tu solicitud**
- **Encontrar información sobre nutrición y lactancia**
  - **Tomar clases virtuales sin costo.**

**También puedes llamar al 800-942-3678 si necesitas información en general.**

**Información para comerciantes:**  
**[bit.ly/TexasWICVendors](https://bit.ly/TexasWICVendors) (en inglés)**

**Síguenos en Facebook, Twitter,  
Youtube e Instagram  
con la etiqueta @TexasHHSC**



**iWIC te ayuda a criar niños maravillosos!**



**TEXAS**  
Health and Human  
Services

