

El Programa WIC de Massachusetts está implementando cambios en la entrega de algunos alimentos a los participantes. Con las nuevas reglas del paquete de alimentos, habrá mayor variedad, flexibilidad y opciones para las compras. Para ciertos alimentos del programa, las familias podrán decidir directamente en la tienda, sin hacerlo antes con el personal de WIC. Consulte los detalles a continuación.

Para más consejos de compra y para ver todas las marcas autorizadas, consulte la Guía de Alimentos Aprobados por WIC o la app WIC Shopper.

# LEGUMBRES

Unidad anterior: paquete/lata Nueva unidad: libra (LB)

## CONSEJO DE COMPRA

Si sus beneficios indican **1 LB** de mantequilla de maní o frijoles secos/enlatados, puede comprar:



**UN (1)**  
frasco

**UNA (1)**  
bolsa

**CUATRO (4)**  
latas\*

o cualquier combinación que sume a la cantidad de su beneficio

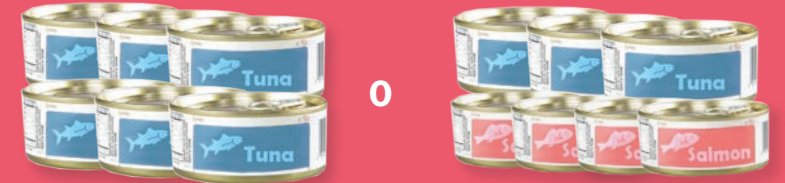
\*Por cada lata de frijoles que compre, se deducirá 0.25 LB de su saldo de beneficios.

# PESCADO

Unidad anterior: lata Nueva unidad: onzas (OZ)

## CONSEJO DE COMPRA

Si sus beneficios indican **30 OZ** de pescado, puede comprar:



**SEIS (6)**  
5 OZ

**CUATRO (4)** + **TRES (3)**  
3.75 OZ + 5 OZ

o cualquier combinación que sume a la cantidad de su beneficio para atún, salmón y sardinas.

# QUESO

Unidad anterior: paquete Nueva unidad: onzas (OZ)

## CONSEJO DE COMPRA

Si sus beneficios indican **16 OZ** de queso, puede comprar:



**DOS (2)**  
8 OZ

**UNO (1)**  
12 OZ

**UNO (1)**  
16 OZ

o cualquier combinación que sume a la cantidad de su beneficio

# PAN Y GRANOS INTEGRALES

Unidad anterior: paquete Nueva unidad: onzas (OZ)

## CONSEJO DE COMPRA

Si sus beneficios indican **32 OZ** de pan integral o granos integrales, puede comprar:



**UNO (1)**  
16 OZ

+ **UNO (1)**  
16 OZ

**UNO (1)**  
20 OZ

+ **UNO (1)**  
12 OZ

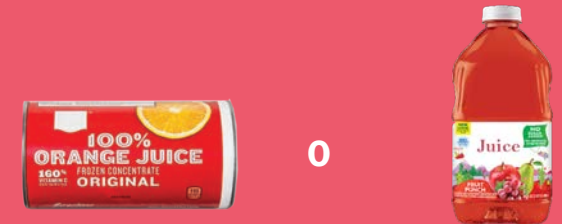
o cualquier combinación que sume a la cantidad de su beneficio

# JUGO

Unidad anterior: lata/botella Nueva unidad: envase (CNT)

## CONSEJO DE COMPRA

Si sus beneficios indican **1 CNT** de jugo 100 % de fruta, puede comprar:



**UNA (1)**  
Lata congelada  
12 OZ

**UNA (1)**  
Botella  
64 OZ

o cualquier combinación que sume a la cantidad de su beneficio

# YOGUR

A partir de la fecha de vigencia, se puede comprar yogur bajo en grasa para menores de 2 años.

## CONSEJO DE COMPRA

Si sus beneficios indican 32 OZ de yogur entero o bajo en grasa, puede comprar:



0

**UNO (1)**  
entero  
32 OZ



**UNO (1)**  
bajo en grasa  
32 OZ

0 cualquier combinación que sume a la cantidad de su beneficio

# FRUTAS Y VEGETALES PARA BEBÉS

Unidad anterior: frasco

Nueva unidad: onzas (OZ)

## CONSEJO DE COMPRA

Si sus beneficios indican 128 OZ de frutas y vegetales para bebés, puede comprar:



0

**TREINTA Y DOS (32)**  
frascos de 4 OZ



0

**TREINTA Y DOS (32)**  
envases dobles  
de 2 OZ



**Dieciséis (16)**  
envases dobles  
de 4 OZ

0 cualquier combinación que sume a la cantidad de su beneficio



[www.mass.gov/wic](http://www.mass.gov/wic)



# NUEVOS CAMBIOS EN LOS BENEFICIOS DE WIC

# LECHE DE SOYA O VEGETAL

Unidad anterior:  
1/2 galón (1 cuarto)

Nueva unidad:  
envase (CNT)

## CONSEJO DE COMPRA

Si sus beneficios indican 2 envase (CNT) de leche de soya o vegetal, puede comprar:



0

**DOS (2)** envases  
de 1/2 galón  
64 OZ



**CUATRO (4)** envases  
de 1 cuarto de galón  
32 OZ

0 cualquier combinación que sume a la cantidad de su beneficio

# CARNES PARA BEBÉS

Unidad anterior: frasco

Nueva unidad: onzas (OZ)

## CONSEJO DE COMPRA

Si sus beneficios indican 40 OZ de carnes para bebés, puede comprar:



**Dieciséis (16)**  
2.5 OZ

Si tiene preguntas o necesita más información, comuníquese con su oficina local de WIC para recibir ayuda, o llame al 1-800-WIC-1007.



Esta institución es un proveedor que ofrece igualdad de oportunidades.

Spanish

