

# February Social Media Toolkit

## 1. Children's Dental Month

¡En febrero, celebramos el mes de la salud bucal infantil en todo el país! 🦷 Súmate a nuestra campaña para promover las sonrisas saludables en los pequeños. 😊 Una buena salud bucal es fundamental para el bienestar general, por eso es tan importante incorporar hábitos saludables para nuestros dientes.

El personal de WIC puede recomendarte un dentista. Encuentra la clínica más cercana en <https://signupwic.com/?lang=es>  
#UnComienzoSaludableConWIC #NCDHM #TinyTeeth



## 2. En WIC, nos enfocamos en los alimentos: repollo (Día Nacional del Repollo, 17 de febrero)

¡El alimento aprobado por WIC estrella es el REPOLLO! 🥬

El repollo es una verdura de invierno muy versátil que tiene muchos nutrientes. Es rico en vitamina C, fibra y vitamina K. Además, favorece la digestión y la salud del corazón. Incorpora el repollo a salteados, ensaladas o rolls para mejorar la salud de tu familia.

¡Usa tus beneficios de WIC para aprovechar esta verdura rica en nutrientes hoy mismo! Más información sobre los alimentos aprobados por WIC en una clínica WIC cercana: <https://signupwic.com/?lang=es> #UnComienzoSaludableConWIC



## 3. Mes del corazón en Estados Unidos

¡Febrero es el mes del corazón en Estados Unidos! ❤️ Debemos cuidar la salud del corazón desde pequeños; por eso, WIC ayuda a las familias a tomar decisiones más saludables. 🤝❤️ El personal de WIC puede darte consejos sobre comidas nutritivas para tu familia y ejercicios simples para empezar a moverte más.

Más información sobre la salud del corazón en una clínica WIC cercana: <https://signupwic.com/?lang=es> #UnComienzoSaludableConWIC



#### 4. Mes de la historia afroamericana

¡Feliz mes de la historia afroamericana! ❤️ Únete a WIC para conmemorar la historia y celebrar el futuro de las familias afrodescendientes en todo el país.



#### 5. Mes nacional de la toronja

¡Libera todo el poder de la vitamina C con una toronja! 🍊 ¿Sabías que una toronja mediana te aporta el 100 % de la dosis diaria de vitamina C? ¡Potencia tu sistema inmunitario, ahuyenta los virus y las bacterias y ten una salud de hierro!

El personal de WIC puede contarte más sobre la importancia de la vitamina C. ¡Usa los beneficios de WIC para comprar toronjas!

Encuentra una clínica WIC cercana: <https://signupwic.com/?lang=es> #UnComienzoSaludableConWIC



#### 6. Atención prenatal

La asistencia de WIC comienza en cuanto te enteras que estás embarazada y se extiende después de la llegada de tu bebé. 🤰❤️ WIC tiene todo lo que necesitas para acompañarte en todo el embarazo, desde guías nutricionales personalizadas, beneficios de alimentos saludables y más recursos valiosos.

Comunícate con tu agencia local para obtener más información: <https://signupwic.com/?lang=es> #UnComienzoSaludableConWIC



#### 7. La salud empieza con WIC

WIC quiere ayudarte a cuidar la salud de tu familia, por eso te brindan desde atención prenatal y asistencia en la lactancia hasta beneficios de alimentos nutritivos y otras recomendaciones para el cuidado de la salud. Comunícate con tu agencia WIC más cercana para obtener más información.

Visita <https://signupwic.com/?lang=es> para comenzar ❤️ #UnComienzoSaludableConWIC



## 8. Nutrición infantil

Los bebés y niños pequeños necesitan proteínas, carbohidratos, vitaminas y minerales para tener un buen desarrollo. WIC te ayuda a elegir los nutrientes esenciales que los pequeños necesitan para crecer sanos.

Visita <https://signupwic.com/?lang=es> para encontrar una agencia WIC cercana. #UnComienzoSaludableConWIC



## 9. Asistencia en la lactancia

Si tuviste a tu primer bebé o te enfrentas a nuevos desafíos, WIC puede ser parte de tu red de contención durante la lactancia. WIC te conecta con una puericultora, te ofrece recursos sobre lactancia y mucho más.

Comunícate con la clínica WIC más cercana para obtener más información sobre nuestros beneficios de lactancia:

<https://signupwic.com/?lang=es> #UnComienzoSaludableConWIC



## 10. Asistencia de WIC en la nutrición prenatal

WIC quiere ayudarte durante y después del embarazo. Nuestro personal está dedicado a ayudarte con tu nutrición en cada etapa del proceso, para que tú y tu bebé tengan el mejor comienzo.

Comunícate con tu agencia WIC local para obtener más información en <https://signupwic.com/?lang=es> #UnComienzoSaludableConWIC



## 11. Vacunas

La temporada de resfriados y gripe sigue en todo su esplendor y los casos de COVID están aumentando. 😷 ¡WIC ayuda a las familias a acceder a las vacunas para poder combatir estas enfermedades!

📌 🌟 ¡Vacúnate para protegerte a ti y a tus seres queridos!

¡Prioricemos nuestro bienestar y formemos una comunidad más saludable juntos!

Comunícate con tu clínica local WIC para obtener más información: <https://signupwic.com/?lang=es> #UnComienzoSaludableConWIC



**Historias:** para usar en Instagram y Facebook.

Al publicar historias, una buena idea es agregar elementos interactivos, como la ubicación de la clínica y un enlace a tu sitio web o a [www.signupwic.com](http://www.signupwic.com).

