



Asegurando el presente
y el futuro

Programas de ayuda de nutrición

[SeguroSocial.gov](https://www.SeguroSocial.gov)



Los gobiernos federales, estatales, y municipales proveen muchos programas para suplir las necesidades nutricionales de las personas y a las familias de esas personas quienes tienen pocos ingresos.

Aunque el Seguro Social no administra ninguno de estos programas de ayuda de nutrición mencionados en esta publicación, proporcionamos información general y lo referimos a las agencias que lo hacen.

Programa de Asistencia Nutricional Suplementaria (SNAP)

El Programa de Asistencia Nutricional Suplementaria nutrición (SNAP, por sus siglas en inglés), antes conocido como cupones de alimentos, ayuda a las personas con ingresos limitados a comprar la comida que necesitan para mantener una buena salud. Los beneficios de SNAP son proporcionados en una tarjeta electrónica, que se usa como una tarjeta de débito, para comprar comida en la mayoría de los supermercados.

Para poder participar en el programa de SNAP, su hogar tiene que cumplir con algunas condiciones y requisitos. Su «hogar» incluye a todas las personas que viven con usted y que compran y preparan alimentos juntos. Aunque no tenga una residencia permanente, todavía puede recibir los beneficios de SNAP. Para informarse mejor sobre los requisitos para tener derecho a participar en el programa de SNAP, lea nuestra publicación titulada *Datos sobre el Programa de Ayuda Suplementaria de Nutrición* (publicación número 05-10105).

Cómo solicitar para los beneficios de SNAP

Las solicitudes para participar en el programa de SNAP están disponibles en cualquier oficina del Seguro Social. Si usted y todas las personas en su hogar están solicitando los beneficios de SSI o ya los están recibiendo, entonces **cualquier oficina de Seguro Social puede ayudarle a llenar la solicitud para el programa de SNAP y enviarla por correo por usted.** Cualquier otra persona, incluso aquellas personas que están solicitando o recibiendo los beneficios de Seguro Social, tendrán que enviar o llevar su solicitud a la oficina local de SNAP. Para encontrar su oficina local de SNAP o para solicitar en línea (en algunos estados), visite www.fns.usda.gov/es/snap/state-directory. También puede llamar a la línea de información de SNAP al número gratuito **1-800-221-5689**.

El programa SNAP es solo uno de los muchos programas de nutrición a su disposición. El gobierno federal, al igual que muchas agencias estatales y locales auspician varios programas que le proveen información acerca de dietas más nutritivas y acceso a las mismas. La intención de muchos de estos programas también es mejorar la salud y los hábitos alimenticios de los niños, de las personas de 60 años o las personas de bajos ingresos. Dos ejemplos de estos programas son el Programa especial de nutrición suplementaria para mujeres, infantes y niños (WIC, por sus siglas en inglés) y el Programa suplementario de comestibles básicos (CSFP, por sus siglas en inglés).

El Programa especial de nutrición suplementaria para mujeres, infantes y niños (WIC)

El Programa especial de nutrición suplementaria para mujeres, infantes y niños (WIC, por sus siglas en inglés) proporciona subsidios federales a los estados para alimentos suplementarios, referencias de atención médica y educación nutricional para mujeres embarazadas de bajos ingresos, mujeres que están lactando, o mujeres que no están lactando posparto. Estos servicios también benefician a infantes y niños de hasta 5 años que están a riesgo de mala nutrición. El WIC es administrado a nivel federal por el Servicio de Alimentación y Nutrición (FNS, por sus siglas en inglés) del Departamento de Agricultura de los EE. UU. (USDA, por sus siglas en inglés).

Las mujeres embarazadas, mujeres posparto, mujeres que lactan, bebés y niños menores de 5 años que cumplen ciertos requisitos, tienen derecho a participar en estos programas. Estos requisitos incluyen derecho basado en los ingresos y el estado donde reside la persona. Además, un profesional de salud o un oficial de salud debidamente entrenado para ello, debe determinar que el solicitante está a «riesgo de mala nutrición». Además de los beneficios y servicios que ofrecen a través del WIC y del Programa de Nutrición del Mercado de Granjeros de WIC (FMNP, por sus siglas en inglés) ofrecen a los participantes con derecho de WIC cupones para comprar comida. Esto incluye frutas, verduras y hierbas no cocidas frescas y nutritivas y cultivadas localmente en los mercados de agricultores y puestos de carretera. Para informarse mejor, comuníquese con su departamento de salud

local o estatal o visite www.fns.usda.gov/wic/women-infants-and-children-wic (solo disponible en inglés).

Programa suplementario de comestibles básicos (CSFP)

La intención del Programa suplementario de comestibles básicos (CSFP, por sus siglas en inglés) es mejorar la salud de las personas de la tercera edad con bajos ingresos quienes son mayores de 60 años, complementando sus dietas con alimentos nutritivos de la USDA. El CSFP es administrado a nivel federal por el FNS, una agencia del USDA. A través del CSFP, el USDA distribuye los fondos para alimentos y administración del programa a los estados participantes y las organizaciones tribales indias. Las agencias estatales proporcionan alimentos USDA al público y a agencias locales privadas y sin fines de lucro. Las agencias locales determinan si los solicitantes tienen derecho a participar y distribuyen los alimentos y ofrecen educación nutricional. Para informarse mejor, visite www.fns.usda.gov/csfp/commodity-supplemental-food-program (solo disponible en inglés).

Programa de nutrición para personas mayores de Administración para la Vida Comunitaria (ACL)

El Programa de nutrición para personas mayores de Administración para la Vida Comunitaria (ACL, por sus siglas en inglés) proporciona comidas nutritivas a adultos mayores de 60 años. Estos servicios

incluyen comidas saludables servidas en entornos grupales, como centros para personas mayores y lugares religiosos o entregados a domicilio. Además, los programas brindan una gama de servicios que incluyen exámenes de nutrición, evaluación, educación y asesoramiento. Los servicios de nutrición también brindan un vínculo importante con otros apoyos en el hogar y en la comunidad, como el transporte y los servicios de asistente de salud en el hogar. La ACL es administrada a nivel federal por el Departamento de Salud y Servicios Humanos de los EE. UU. Para obtener más información sobre este programa, visite <https://acl.gov/programs/health-wellness/nutrition-services> (solo disponible en inglés).

Otros programas de nutrición disponibles

EL Departamento de Agricultura de los EE. UU. administra otros programas de nutrición:

- **El Programa de alimentos para el cuidado de niños y adultos (CACFP, por sus siglas en inglés)**

CACFP proporciona reembolsos por comidas y refrigerios nutritivos servidos a niños y adultos con derecho que están inscritos para recibir atención en centros de cuidado infantil, hogares de cuidado diurno y centros de cuidado diurno para adultos participantes. CACFP también proporciona reembolsos por comidas servidas a niños y jóvenes que participan en programas de cuidado después de la escuela y niños que residen en refugios de emergencia. Los adultos

mayores de 60 años o que vivan con una discapacidad y estén inscritos en guarderías también pueden ser elegibles.

- **El Programa nacional de almuerzos escolares (NSLP, por sus siglas en inglés) y el Programa de desayunos escolares (SBP, por sus siglas en inglés)**

Los programas de NSLP y SBP reembolsan a las escuelas públicas y privadas sin fines de lucro participantes por ofrecer comidas a los niños cada día escolar. Los hogares pueden solicitar que los niños reciban comidas escolares gratis o a precio reducido.

- **El Programa de servicio de alimentos durante la época de verano (SFSP, por sus siglas en inglés)**

El SFSP ofrece comidas y refrigerios gratis a niños de bajos ingresos de 18 años y menores cuando la escuela no está en sesión.

- **El Programa de nutrición del mercado de agricultores para personas de tercera edad (SFMNP, por sus siglas en inglés)**

El SFMNP otorga becas a estados, territorios de los EE. UU. y gobiernos de tribus indias reconocidas por el gobierno federal para proveer a los adultos de tercera edad de bajos ingresos de 60 años o más, cupones que pueden ser cambiados comida. Estos incluyen frutas frescas y verduras no cocidas, nutritivas y cultivadas localmente y miel y hierbas en mercados agrícolas, puestos de carretera y programas de agricultura apoyados por la comunidad.

- **El Programa de asistencia de alimentos de emergencia (TEFAP, por sus siglas en inglés)**

TEFAP es un programa federal que ayuda a complementar las dietas de los estadounidenses de bajos ingresos, incluyendo a las personas de tercera edad, proporcionando comida de emergencia y asistencia nutricional sin costo alguno. A través de TEFAP, el USDA compra una variedad de alimentos nutritivos y de alta calidad del USDA y los pone a disposición de las agencias distribuidoras estatales. Los estados proporcionan la comida a las organizaciones locales que han sido seleccionadas, generalmente los bancos de alimentos, que a su vez distribuyen la comida a las organizaciones locales, tales como comedores de beneficencia, bancos de alimentos y agencias de acción comunitaria.

Para obtener más información sobre estos programas de nutrición administrados por el USDA, comuníquese con los servicios sociales locales, el departamento de salud o de agricultura, la oficina del envejecimiento estatal, las oficinas de la organización de tribus indias, la escuela o visite **www.fns.usda.gov/contacts/contact-map** (solo disponible en inglés).

Cómo comunicarse con nosotros

La manera más conveniente de hacer trámites con nosotros es visitar **www.segurosocial.gov** para obtener información y usar nuestros servicios por internet. Hay varias cosas que puede hacer por internet: solicitar beneficios (solo

disponible en inglés); iniciar o finalizar su solicitud de una tarjeta de Seguro Social (solo disponible en inglés) original o de reemplazo; obtener información útil; encontrar publicaciones; y obtener respuestas a preguntas frecuentes.

Cuando abre una cuenta personal *my* Social Security (solo disponible en inglés), tiene más opciones. Puede revisar su *Estado de cuenta de Seguro Social*, verificar sus ganancias, y obtener cálculos de beneficios futuros. También puede imprimir una carta de verificación de beneficios, cambiar su información de depósito directo, solicitar una tarjeta de reemplazo de Medicare, obtener un SSA1099/1042S de reemplazo. El acceso a su cuenta personal *my* Social Security puede estar limitado para usuarios que están fuera de los EE. UU.

Si no tiene acceso al internet, ofrecemos muchos servicios telefónicos automatizados, 24 horas al día, 7 días a la semana, así que tal vez no necesite hablar con un representante.

Si necesita hablar con alguien, llame a nuestro número gratuito al **1-800-772-1213** y oprima 7 para español o llame a nuestro número TTY, **1-800-325-0778**, si es sordo o tiene problemas de audición. Un representante de nuestro equipo puede atender su llamada de 8 a.m. a 7 p.m., de lunes a viernes. Proveemos servicios de intérprete gratuitos si así lo requiere. Para comunicarse más rápido con un representante, intente llamar temprano en el día (entre las 8 a. m. y las 10 a. m. hora local) o más tarde en el día. **Estamos menos ocupados más tarde en la semana (miércoles a viernes) y más tarde en el mes.**

SNAP

¿Está recibiendo o solicitando beneficios de Seguro Social solamente?

Puede obtener una solicitud para SNAP e información sobre este programa y otros programas de ayuda con la nutrición en cualquier oficina del Seguro Social.

Tiene que llenar una solicitud y presentarla en la oficina del programa de SNAP o ir personalmente a la oficina del programa de SNAP para solicitar este beneficio.

¿Obtener o solicitar Ingreso de Seguridad Suplementario (SSI)?

Puede solicitar la solicitud de SNAP en cualquier oficina del Seguro Social si usted y todos los miembros de su hogar están recibiendo o solicitaron el SSI.

Le ayudaremos a llenar la solicitud de SNAP. No tiene que ir a la oficina de SNAP para presentar la solicitud.

Social Security Administration

Publication No. 05-10978

November 2022 (Recycle prior editions)

Nutrition Assistance Programs

Escrito y publicado con fondos de los contribuyentes de los EE. UU.