



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, podemos referirlo a las agencias que sí lo hacen.

Programa de ayuda suplementaria de nutrición (SNAP)

El programa de ayuda suplementaria de nutrición (SNAP, por sus siglas en inglés), antes conocido como cupones de alimentos, ayuda a las personas con pocos ingresos a comprar la comida que necesitan para mantener en 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 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. Puede usar la herramienta de pre-calificación del programa de SNAP por internet en **www.snap-step1.usda.gov/fns/index_es** para investigar si tiene derecho a los beneficios de SNAP. 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; y a infantes y niños hasta cinco años de edad 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 cinco 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 del WIC y del Programa de Nutrición del Mercado de Granjeros de WIC (FMNP, por sus siglas en inglés) están disponibles en algunas áreas y ofrecen a los participantes de WIC cupones para comprar

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 de edad, 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 almacenan los alimentos de la CSFP y los distribuyen 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 proveen educación nutricional. Para informarse mejor, visite www.fns.usda.gov/csfp/commodity-supplemental-food-program-csfp (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 reembolsa a los centros de cuidado diurno que califican, hogares de familia de cuidado diurno y otros centros de cuidado que ofrecen comidas y refrigerios a los niños, así como a adultos con incapacidad funcional y ancianos en situaciones de cuidado diurno.

- **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 participantes por ofrecer comidas a los niños durante el día escolar. Los hogares de bajos ingresos pueden solicitar que los niños reciban estas comidas gratis o a precio reducido, mientras que otros niños tienen acceso a comidas a precios razonables.

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

El SFSP ofrece comidas gratis y meriendas a niños necesitados durante los meses de verano 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, cupones que pueden ser cambiados por 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. Proporciona alimentos y fondos administrativos a los estados para complementar las dietas de estos grupos. 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 (solo disponible en inglés).

Cómo comunicarse con el Seguro Social

La manera más conveniente de comunicarse con nosotros, desde cualquier lugar y a cualquier hora, es en www.segurosocial.gov. Allí podrá: solicitar los beneficios de Seguro Social; abrir una cuenta de *my* Social Security para revisar su Estado de cuenta de Seguro Social, verificar sus ganancias, imprimir una carta de verificación de beneficios, cambiar su información de depósito directo, solicitar un reemplazo de su tarjeta de Medicare; obtener copias de los formularios SSA-1099/1042S; conseguir información valiosa; encontrar publicaciones; obtener repuestas a las preguntas frecuentes; y mucho más. Algunos de estos servicios solo están disponibles en inglés. Para ayudarle con sus trámites de Seguro Social, proveemos servicios de intérprete gratis, por teléfono o en persona cuando visite una de nuestras oficinas.

Si no tiene acceso al internet, ofrecemos muchos servicios automatizados por teléfono, las 24 horas del día, los 7 días de la semana. Para hablar con uno de nuestros agentes en español, llame gratuitamente a nuestro número **1-800-772-1213** y oprima

el número 7. Si es sordo o tiene problemas de audición, llame a nuestro número TTY, **1-800-325-0778**.

Si necesita hablar con un agente, podemos contestar sus llamadas de lunes a viernes, desde las 7 a.m. hasta las 7 p.m. Le pedimos su paciencia durante los períodos de alta demanda, ya que podrá experimentar señales de teléfono ocupado y tiempos de espera mayor de lo habitual. ¡Esperamos poder servirle!

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

ICN 487057 | Unit of Issue — HD (one hundred)

June 2019 (Recycle prior editions)

Nutrition Assistance Programs

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