



Asegurando el presente
y el futuro

Programas de ayuda de nutrición

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



Los gobiernos federales, estatales, y municipales ofrecen muchos programas diseñados para ayudar a satisfacer las necesidades nutricionales de las personas con ingresos limitados y sus familias.

Aunque el Seguro Social no administra ninguno de estos programas de ayuda de nutrición mencionados en esta publicación, brindamos información básica y lo referimos a las agencias que lo puedan ayudar.

Programa de Asistencia Nutricional Suplementaria (SNAP)

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

Para recibir los beneficios del SNAP, su hogar tiene que cumplir con ciertos 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 del SNAP. Para obtener más información sobre los requisitos de elegibilidad del SNAP, lea *Datos sobre el Programa Asistencia Nutricional Suplementaria* (publicación número 05-10105).

Cómo solicitar el SNAP

Las solicitudes para los beneficios del SNAP están disponibles en cualquier oficina del Seguro Social. Si usted y todas las personas en su hogar están solicitando o ya reciben pagos de Seguridad de Ingreso Suplementario (SSI, siglas en inglés), **un representante de cualquier oficina del Seguro Social puede ayudarle a llenar la solicitud para el programa del SNAP y enviarla por correo postal a la oficina local del SNAP por usted.** Cualquier otro solicitante, incluyendo aquellas personas que están solicitando o recibiendo únicamente los beneficios del Seguro Social, tendrán que enviar o llevar su solicitud del SNAP a la oficina local o solicitar el SNAP por internet (en algunos estados). Para encontrar su oficina local del SNAP, visite ***www.fns.usda.gov/es/snap/state-directory***. También puede llamar al número gratuito del SNAP al **1-800-221-5689**.

El Programa de Asistencia Nutricional Suplementaria es solo uno de los muchos programas de nutrición disponibles. El gobierno federal y muchas agencias gubernamentales estatales y municipales auspician varios programas que brindan a las personas información y acceso a dietas más nutritivas. Muchos de estos programas se han creado para mejorar la salud y los hábitos alimenticios de los niños, de las personas de 60 años o más, o las personas con ingresos limitados. Estos programas son el Programa Especial de Nutrición Suplementaria para Mujeres, Infantes y Niños (WIC, siglas en inglés) y el Programa Suplementario de Comestibles Básicos (CSFP, 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, siglas en inglés) proporciona subsidios federales a los estados para alimentos complementarios, referencias de servicios de salud y educación nutricional para mujeres y niños elegibles. El WIC es administrado a nivel federal por el Servicio de Alimentación y Nutrición (FNS, siglas en inglés) del Departamento de Agricultura de los EE. UU. (USDA, siglas en inglés).

Las mujeres embarazadas, mujeres posparto, mujeres que lactan, bebés y niños menores de 5 años que cumplen ciertos requisitos, son elegibles para el WIC. Estos requisitos incluyen la elegibilidad basada en los ingresos y el estado donde reside la persona. Además, un profesional de salud o un oficial de salud capacitado, debe determinar que el solicitante está a “riesgo de mala nutrición”. El Programa de Nutrición para Mercados Agrícolas de WIC (FMNP, siglas en inglés) ofrecen a los participantes elegibles de WIC un beneficio estacional para comprar frutas, verduras/vegetales y hierbas en mercados agrícolas y puestos de carretera. Para obtener más información, comuníquese con su departamento de salud estatal o municipal o visite www.fns.usda.gov/wic (solo en inglés).

Programa Suplementario de Comestibles Básicos (CSFP)

La intención del Programa Suplementario de Comestibles Básicos (CSFP, siglas en inglés) es mejorar la salud de las personas de la tercera edad con ingresos limitados que son mayores de 60 años, complementando sus dietas con alimentos nutritivos. 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 indígenas. Las agencias estatales proporcionan alimentos del USDA al público y agencias sin fines de lucro. Las agencias locales determinan si los solicitantes son elegibles, distribuyen los alimentos y ofrecen educación nutricional. Para obtener más información, visite www.fns.usda.gov/csfp (solo en inglés).

Servicios de nutrición apoyados por la Administración para la Vida Comunitaria (ACL)

Los programas de nutrición para personas mayores ofrecen comidas nutritivas a adultos de 60 años o más. Estos servicios incluyen comidas saludables servidas a domicilio y comidas servidas en entornos grupales, como centros para personas mayores y lugares religiosos. Además, los programas ofrecen evaluación, asesoramiento y educación nutricional. Los servicios de nutrición son un vínculo importante con otros apoyos en el hogar y en la comunidad, como el transporte y los servicios de salud a domicilio. La

ACL es administrada a nivel federal por el Departamento de Salud y Servicios Humanos de los EE. UU. (HHS, siglas en inglés). Para obtener más información, visite <https://acl.gov/programs/health-wellness/nutrition-services> (solo en inglés).

Otros programas de nutrición

EL Departamento de Agricultura de los EE. UU. (USDA, siglas en inglés) administra otros programas de alimentos:

- ***Child and Adult Care Food Program (Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos (CACFP, siglas en inglés)***

CACFP proporciona reembolsos por comidas y refrigerios nutritivos servidos a niños y adultos elegibles inscritos en centros de cuidado infantil, hogares de cuidado diurno y centros de cuidado diurno para adultos participantes. CACFP también ofrece reembolsos por comidas servidas a niños y jóvenes que participan en programas de cuidado después de la escuela y niños que residen en albergues de emergencia. Para obtener más información, visite

www.fns.usda.gov/csfp (solo en inglés).

- ***National School Lunch Program (Programa Nacional de Almuerzos Escolares [NSLP, siglas en inglés]) y School Breakfast Program (Programa de Desayunos Escolares [SBP, siglas en inglés])***

Los programas de NSLP y SBP reembolsan a las escuelas públicas y privadas sin fines de lucro participantes que ofrecen comidas nutritivas y balanceadas, a bajo costo o gratuitas a

los niños elegibles cada día escolar. Para obtener más información, visite www.fns.usda.gov/nsip (solo en inglés) y www.fns.usda.gov/sbp (solo en inglés).

- ***SUN Programs (Programas de Nutrición de Verano para Niños [SFSP, siglas en inglés])***

Los programas de Nutrición de Verano para Niños del USDA ofrecen opciones convenientes y flexibles para ayudar a los niños a obtener alimentos nutritivos durante el verano cuando no hay comidas escolares disponibles. Para obtener más información, visite www.fns.usda.gov/es/verano.

- ***Senior Farmers' Market Nutrition Program (Programa de Nutrición para Mercados Agrícolas para Personas de la Tercera Edad [SFMNP, siglas en inglés])***

El SFMNP otorga subvenciones a estados, territorios de los EE. UU. y gobiernos de tribus indígenas nativas de los EE. UU. reconocidas por el gobierno federal para proveer a los adultos de 60 años o más con ingresos limitados, un beneficio por temporada para comprar productos agrícolas. Esto incluye frutas, verduras/vegetales no cocidas, miel y hierbas en mercados agrícolas, puestos de carretera y programas de agricultura apoyados por la comunidad.

- ***Emergency Food Assistance Program (Programa de Asistencia de Alimentos de Emergencia [TEFAP, siglas en inglés])***

TEFAP es un programa federal que ayuda a complementar la dieta de las personas de ingresos limitados en los

EE. UU., incluyendo a las personas de tercera edad, proporcionando alimentos de emergencia gratuitos y asistencia nutricional. El USDA compra una variedad de alimentos nutritivos y de alta calidad y los pone a disposición de las agencias estatales. Los estados proporcionan los alimentos a organizaciones locales, bancos de alimentos, agencia de acción comunitaria, y otras organizaciones locales. Para obtener más información, visite www.fns.usda.gov/tefap.

Para obtener más información sobre los programas de nutrición del USDA, visite www.fns.usda.gov/contacts/contact-map (solo en inglés) o comuníquese con el departamento local de servicios sociales, el departamento de salud o de agricultura, la oficina estatal sobre envejecimiento, las oficinas de la organización de una tribu indígena nativa de los EE. UU. o las escuelas.

Contáctenos

La manera más conveniente de hacer sus trámites es visitar www.segurosocial.gov para obtener y utilizar nuestros servicios por internet. Puede lograr mucho: solicitar múltiples beneficios; iniciar o finalizar la solicitud para obtener su tarjeta del Seguro Social original o de reemplazo; obtener información útil; encontrar publicaciones; y obtener respuestas a preguntas frecuentes.

Al abrir una cuenta personal *my Social Security* (solo en inglés), tiene usted más opciones. Puede revisar su *Estado de cuenta del 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 (solo para beneficiarios del Seguro Social), y obtener un formulario SSA-1099/1042S de reemplazo. Si vive fuera de los EE. UU., visite www.ssa.gov/foreign (solo en inglés) para acceder a nuestros servicios por internet.

Si no tiene acceso al internet, le ofrecemos muchos servicios telefónicos automatizados las 24 horas, 7 días a la semana, de modo que no necesitaría hablar con un representante del Seguro Social.

Si necesita hablar con un representante o programar una cita para ir a una oficina, llame a nuestro número gratuito al **1-800-772-1213** y oprima el 7 para español, o al TTY **1-800-325-0778** si es sordo o tiene problemas auditivos. Atenderemos su llamada de 8 a.m. a 7 p.m., de lunes a viernes. Le ofrecemos interpretación gratuita si la requiere. Para comunicarse más rápidamente con un representante, llámenos temprano (entre las 8 a. m. y las 10 a. m. hora local) o si no, más tarde. **Estamos menos ocupados de miércoles a viernes y hacia fines del mes.**

SNAP

¿Está recibiendo o solicitando beneficios del Seguro Social solamente?

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

Puede llenar la solicitud y enviarla a una oficina del SNAP o presentar la solicitud en persona, por internet o por teléfono.

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

Puede solicitar la solicitud del 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

March 2025 (Recycle prior editions)

Nutrition Assistance Programs

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