

# Recursos alimentarios

**El objetivo de esta guía es explicarle las prestaciones y los programas relacionados con la ayuda alimentaria.**



**Dirija la cámara de su teléfono móvil a este código QR para consultar la versión digital de esta guía.**

Esta guía de recursos se elaboró para el proyecto Aumentar el acceso de las personas mayores al asesoramiento en la toma de decisiones (*Increasing Access to Decision-Making Support For Older Adults*) en el proceso de [Prepararse para la jubilación](#) de la iniciativa Etapas importantes de la vida (Life Experience).

La guía se preparó bajo la dirección del [Consejo Administrativo del Presidente](#), con el apoyo especial de la Oficina de Administración y Presupuesto, la Administración General de Servicios y el financiamiento disponible para las metas prioritarias del Gobierno Federal a fin de llevar a cabo los proyectos selectos para las etapas importantes de la vida en apoyo del programa de gestión del presidente (*President's Management Agenda*). La prioridad 2 de este programa se dedica a la prestación de servicios federales y [experiencia del cliente](#) con excelencia, equidad y seguridad mediante el diseño, la elaboración y la administración de la oferta de servicios gubernamentales en las [etapas importantes de la vida](#) que conciernen a todas las agencias federales.

Esta guía reúne información sobre recursos y prestaciones de siete agencias federales para ayudar a que las personas mayores tomen decisiones bien fundamentadas acerca de la asistencia sanitaria, las finanzas, la vivienda y la nutrición.

También incluye conocimientos especializados y materiales de los departamentos y las agencias federales siguientes:

- Administración para la Vida Comunitaria, Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos
- Departamento de Agricultura de los Estados Unidos
- Centros de Servicios de Medicare y Medicaid, Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos
- Oficina para la Protección Financiera del Consumidor
- Servicio Digital de los Estados Unidos, Oficina de Administración y Presupuesto
- Departamento de Vivienda y Desarrollo Urbano de los Estados Unidos
- Servicio de Impuestos Internos, Departamento del Tesoro de los Estados Unidos

Información  
general

## Esta guía responde a las preguntas siguientes:

Servicios y  
prestaciones  
federales

- [Tengo problema para pagar mis alimentos, ¿qué ayuda puedo recibir? \(Pág. 4\)](#)
- [¿Dónde puedo recibir alimentos en mi comunidad? \(Pág. 5\)](#)
- [¿En qué consisten las prestaciones del Programa de Asistencia de Nutrición Suplementaria \(SNAP\)? \(Pág. 6\)](#)

---

Normas y  
consideraciones

- [¿Cuánto duran las prestaciones del programa SNAP? \(Pág. 7\)](#)
- [¿Cómo puedo recertificar mis prestaciones del programa SNAP? \(Pág. 8\)](#)
- [¿Cómo puedo solicitar prestaciones del programa SNAP? \(Pág. 9\)](#)
- [No puedo salir a comprar alimentos. ¿Puede aún ayudarme el programa SNAP? \(Pág. 10\)](#)

---

Corrección de  
errores

- [Creo que se cometió un error con mis prestaciones del programa SNAP. ¿Qué debo hacer? \(Pág. 11\)](#)



Esta guía proporciona respuestas a preguntas generales y menciona recursos federales para que pueda adoptar medidas u obtener más información.



## **Tengo problema para pagar mis alimentos, ¿qué ayuda puedo recibir?**

Las siglas USDA se refieren al Departamento de Agricultura de los Estados Unidos

**El Gobierno Federal ofrece varios programas de ayuda para que usted y su familia puedan obtener alimentos nutritivos.**



Llame al 211 para buscar las agencias y organizaciones comunitarias que pueden ayudarle a obtener alimentos en una situación de emergencia.



### **RECURSOS**

#### **Consulte los programas a los que tiene derecho:**

La página de prestaciones del Gobierno de los Estados Unidos contiene información sobre la ayuda alimentaria para personas mayores o con discapacidades, así como para indígenas nativos de los Estados Unidos por medio del Programa de Distribución de Alimentos en Reservaciones Indígenas (FDPIR).

**Visite:** <https://www.usa.gov/es/asistencia-alimentaria>

**Llame al:** 1-844-872-4681 para hablar con un representante de USAGov y obtener información sobre prestaciones, servicios y programas federales.

#### **Llame a la Línea directa del USDA contra el hambre:**

La línea directa contra el hambre conecta a las personas con los proveedores de alimentos de emergencia de su comunidad, los programas de asistencia del gobierno y servicios sociales diversos. Proporcione al operador el estado y código postal donde vive para que le remita al banco o a la despensa de alimentos más conveniente.

**Llame al:** 1-866-3-HUNGRY (1-866-348-6479)

**Llame al:** 1-877-8-HAMBRE (1-877-842-6273), la línea en español.

**Textee al:** 914-342-7744 si tiene preguntas incluya palabras clave, como “alimentos”, “comidas para personas mayores”, “comidas a domicilio”, etc., y reciba respuestas automáticas con información acerca de los recursos disponibles cerca de una dirección o código postal.





## ¿Dónde puedo recibir alimentos en mi comunidad?

Con frecuencia, las organizaciones comunitarias proporcionan alimentos gratis.



**Llame al 211** para encontrar agencias y organizaciones comunitarias que pueden ayudarle a obtener alimentos en una situación de emergencia.



### RECURSOS

#### Busque el banco de alimentos más cercano:

*Las siglas SNAP se refieren al Programa de Asistencia de Nutrición Suplementaria.*

La organización Feeding America puede conectarle con el banco de alimentos y los recursos de comestibles gratis en su comunidad. También le indica cómo solicitar ayuda de los programas nacionales de nutrición, como SNAP y WIC. Use la página (en inglés) *Find a food bank* (Buscar un banco de alimentos) que muestra los recursos disponibles en su zona.

**Visite:** [feedingamerica.org/find-your-local-foodbank](https://feedingamerica.org/find-your-local-foodbank)

#### Llame a la Línea directa del USDA contra el hambre:

La línea directa contra el hambre conecta a las personas con los proveedores de alimentos de emergencia de su comunidad, los programas de asistencia del gobierno y servicios sociales diversos. Proporcione al operador el estado y código postal donde vive para que le remita al banco o a la despensa de alimentos más conveniente.

**Llame al:** 1-866-3-HUNGRY (1-866-348-6479)

**Llame al:** 1-877-8-HAMBRE (1-877-842-6273), la línea en español.

**Textee al:** 914-342-7744 si tiene preguntas e incluya palabras clave, como “alimentos”, “comidas escolares”, etc., y reciba respuestas automáticas con información acerca de los recursos disponibles cerca de una dirección o código postal.





Las siglas USDA se refieren al Departamento de Agricultura de los Estados Unidos.

## ¿En qué consisten las prestaciones del Programa de Asistencia de Nutrición Suplementaria (SNAP)?

Las siglas SNAP se refieren al Programa de Asistencia de Nutrición Suplementaria que ofrece el USDA. Si reúne los requisitos, el SNAP le emite una tarjeta electrónica (llamada tarjeta EBT) que puede usar para comprar alimentos nutritivos.

Cada mes, la tarjeta EBT del SNAP se recarga y la puede usar para comprar alimentos en tiendas de comestibles, mercados de agricultores y en algunas tiendas en línea. Hay minoristas que ofrecen programas especiales en los que puede conseguir más prestaciones relativas a alimentos si compra ciertos tipos de alimentos nutritivos. Su familia debe cumplir algunos requisitos para tener derecho al programa SNAP. Si la agencia de su estado determina que sí reúne los requisitos, recibirá prestaciones retroactivas a la fecha en que presentó su solicitud.

### RECURSOS

#### Consulte los requisitos del SNAP:

El sitio web del USDA ofrece respuestas a las preguntas comunes acerca de la admisibilidad al SNAP.

**Visite:** <https://www.fns.usda.gov/es/snap/recipient/eligibility>

#### Consulte las normas especiales del SNAP para personas mayores o con discapacidades:

La mayoría de las normas para recibir prestaciones del SNAP se aplican a todas las familias, pero hay algunas especiales para aquellas de las que forman parte personas de 60 años o más o con discapacidades. Por ejemplo, esas familias solo tienen que pasar la prueba de ingresos netos y pueden deducir del ingreso bruto los gastos médicos permitidos.

**Visite:** <https://www.fns.usda.gov/es/snap/eligibility/elderly-disabled-special-rules>





## ¿Cuánto duran las prestaciones del programa SNAP?

Las siglas SNAP se refieren al Programa de Asistencia de Nutrición Suplementaria.

### Los períodos de prestaciones del programa SNAP varían de un mes a tres años.

La duración de la ayuda del SNAP, llamado “período de certificación”, varía según la familia.

Si usted tiene derecho al programa SNAP, recibirá una carta de aprobación que le informa sobre su período de certificación y sus requisitos de informes. Su familia recibirá una tarjeta electrónica (EBT) y la cantidad mensual asignada se cargará automáticamente en la tarjeta cada mes durante su período de certificación.



#### RECURSOS

##### Contacte con la oficina local del SNAP:

Contacte con la oficina local para obtener información sobre su período de certificación.

**Visite:** <https://www.fns.usda.gov/es/snap/state-directory>

##### Obtenga respuesta a sus preguntas:

Consulte las preguntas frecuentes (en inglés) acerca de los períodos de prestaciones y los planes de alimentos.

**Visite:** [fns.usda.gov/snap/supplemental-nutrition-assistance-program](https://fns.usda.gov/snap/supplemental-nutrition-assistance-program)



Si desea seguir recibiendo ayuda del SNAP después de que su período de certificación concluya, debe obtener la recertificación para seguir recibiendo las prestaciones.





## ¿Cómo puedo recertificar mis prestaciones del programa SNAP?

Las siglas SNAP se refieren al Programa de Asistencia de Nutrición Suplementaria.

### Las agencias estatales deben enviarle un Aviso de vencimiento (NOE) antes de que terminen sus prestaciones del SNAP.

Varias semanas antes de que termine su período de recertificación, debería recibir un paquete de la oficina local del SNAP con instrucciones sobre cómo efectuar la recertificación.

Llene y firme el formulario de recertificación, ya sea por correo o en línea. Es posible que se le pida información o documentos para la verificación.

Estos podrían ser:

- Sus ingresos actuales (incluidos los talones de pago más recientes, si corresponde)
- Cualquier cambio en su familia (nuevos miembros o personas que ya no estén presentes)
- El importe que paga por albergue, cuidado de dependientes y gastos médicos

La oficina local del SNAP usará estos datos para determinar si sigue teniendo derecho a recibir ayuda del programa SNAP. Algunos estados han usado un proceso más sencillo para la recertificación de las familias en las que hay personas mayores. Para evitar la interrupción de sus prestaciones del SNAP, no olvide devolver a tiempo el formulario y los documentos de recertificación.



#### RECURSOS

**Contacte con la oficina local del SNAP:**

Las instrucciones del SNAP varían según el estado

**Visite:** <https://www.fns.usda.gov/es/snap/state-directory>





## ¿Cómo puedo solicitar prestaciones del programa SNAP?

Las siglas SNAP se refieren al Programa de Asistencia de Nutrición Suplementaria.

### Primer paso. Busque la oficina local del SNAP.

Debe solicitar prestaciones del SNAP en el estado donde vive actualmente.

### Segundo paso. Llene y presente su solicitud.

Use el formulario en línea de la oficina local del SNAP y presente su solicitud. Los sitios web varían según el estado. También puede imprimir el formulario de solicitud del sitio web de su estado u obtenerlo en la oficina de su localidad.

### Tercer paso. Termine el proceso de solicitud.

Deberá presentar documentos para verificar su situación financiera y un trabajador social lo entrevistará. La entrevista puede ser por teléfono. Hay normas especiales para facilitar que las personas mayores de 60 años o con discapacidades reúnan los requisitos.

### Es necesario que proporcione:

- Sus ingresos actuales (incluidos los talones de pago más recientes, si corresponde)
- Las personas que integran su familia
- El importe que paga por albergue, cuidado de dependientes y gastos médicos
- Comprobación de identidad
- Comprobación de recursos, como estados de cuenta bancarios



## RECURSOS

### Busque la oficina local del SNAP:

Use el directorio estatal de recursos del SNAP para encontrar el sitio web de la oficina del SNAP de su localidad.

**Visite:** <https://www.fns.usda.gov/es/snap/state-directory>





## **No puedo salir a comprar alimentos. ¿Puede aún ayudarme el programa SNAP?**

Las siglas SNAP se refieren al Programa de Asistencia de Nutrición Suplementaria.

Si no puede ir a la tienda, puede designar a un “representante autorizado” para que compre alimentos en su nombre usando las prestaciones que usted recibe. También puede comprar alimentos en línea con el programa SNAP.



### **RECURSOS**

**Designe a un representante autorizado:**

Hable con la oficina local si desea seleccionar a un representante autorizado.

**Visite:** <https://www.fns.usda.gov/es/snap/state-directory>

**Compre alimentos en línea:**

Ahora puede comprar en línea usando los beneficios del SNAP en los 50 estados y el Distrito de Columbia. Los gastos de entrega no se pueden pagar con beneficios del SNAP.

**Visite:** [fns.usda.gov/snap/online-purchasing-pilot](https://fns.usda.gov/snap/online-purchasing-pilot) (en inglés)





Las siglas SNAP se refieren al Programa de Asistencia de Nutrición Suplementaria.

## **Creo que se cometió un error con mis prestaciones del programa SNAP.**

### **¿Qué debo hacer?**

Si considera que se cometió un error con sus prestaciones, tiene derecho a una audiencia. Durante la audiencia, una persona ajena a su caso estudiará objetivamente los hechos y solucionará cualquier error.



#### **RECURSOS**

#### **Pida ayuda a la oficina del SNAP de su localidad:**

Contacte con la oficina local si tiene preguntas acerca de su caso.

**Visite:** <https://www.fns.usda.gov/es/snap/state-directory>

#### **Solicite una “audiencia justa” a la oficina local del SNAP:**

Debe hacer su solicitud 90 días después de la fecha de la decisión tomada en su caso. La solicitud se puede hacer en persona en la oficina local, por teléfono o por correo.

**Visite:** <https://www.fns.usda.gov/es/snap/state-directory>

