

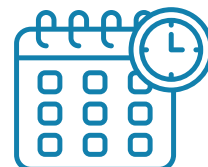
CONOZCA SUS DERECHOS

Cómo demostrar que está exento de los requisitos laborales de SNAP



Actualizado Julio 14, 2026

A partir de enero de 2026, más adultos tendrán que demostrar que realizan trabajo remunerado a no remunerado durante un promedio de 20 horas a la semana (o un total de 80 horas al mes). Los adultos perderán SNAP después de tres meses de no cumplir con los requisitos.



Si está exento, no tiene que demostrar que está trabajando. También puede recibir SNAP, aunque anteriormente se le hayan suspendido sus beneficios por no cumplir con los requisitos laborales.

USTED ESTÁ EXENTO SI:

- ✓ Está trabajando 30 horas a la semana.
- ✓ Gana un promedio de al menos \$217.50 a la semana (equivalente a 30 horas al salario mínimo federal de \$7.25).
- ✓ Es menor de 18 años o mayor de 64 años.
- ✓ Vive con alguien menor de 14 años.
- ✓ Está embarazada.
- ✓ No puede trabajar 30 horas a la semana debido a un problema físico o mental.
- ✓ Se encuentra en situación de calle en forma crónica (Ver IPP 18-04: sin hogar por más de 6 meses, más de una vez el último año o es incapaz de satisfacer las necesidades básicas de la vida diaria: refugio, comida, luz, calefacción, agua o ropa)
- ✓ Recibe asistencia general.
- ✓ Cuida a alguien que no puede valerse por sí mismo y necesita un cuidador o asistencia en el hogar.
- ✓ Solicita o recibe beneficios por desempleo.
- ✓ Es indígena americano reconocido por la ley federal. Esto incluye ser miembro de una tribu reconocida a nivel federal y cumplir con los requisitos para recibir atención en el Servicio de Salud Indígena por razones distintas a tener un cónyuge que cumpla con los requisitos.
- ✓ Es un estudiante matriculado a tiempo parcial o más en una escuela, programa de capacitación, escuela de educación superior o universidad.
- ✓ Participa de manera regular en un programa de tratamiento y rehabilitación por consumo de drogas o alcohol.
- ✓ Solicita o recibe beneficios por discapacidad del seguro social o ingreso suplementario de seguridad a través de la Administración del Seguro Social.
- ✓ Vive en una área donde no los requisitos están exentos. Las áreas actualmente exentas son: El Condado de Luna y Laguna, Taos, San Felipe y Tesuque Pueblos.

CONOZCA SUS DERECHOS

Cómo demostrar que está exento de los requisitos laborales de SNAP



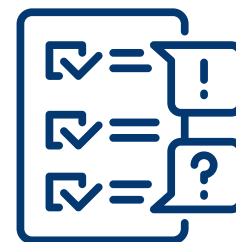
Actualizado Julio 14, 2026

Puede solicitar una exención:

- En su entrevista de solicitud o recertificación
- Llamando al centro de servicio al cliente del ISD: **800-283-4465**
- Subiendo o entregando una solicitud por escrito. Puede usar el formulario adjunto.

Cómo demostrar que está exento:

En algunos casos, su declaración es prueba suficiente de que cumple con los requisitos de una exención. Sin embargo, la División de Apoyo a los Ingresos (ISD, por sus siglas en inglés) puede solicitar pruebas de una exención si la información que proporciona entra en conflicto con otra información en su expediente, o si es cuestionable por cualquier otro motivo. La ISD debe explicarle por escrito qué documentos se requieren y ayudarle si solicita asistencia. **La ISD debe informarle sobre estas exenciones y determinar si aplican a su caso.**



Si está discapacitado:

Es posible que deba presentar documentación que acredite su discapacidad, como expedientes médicos o una carta de su médico, enfermera, trabajador social u otro profesional de la salud.

Consulte nuestra hoja informativa sobre la exención con discapacidad.

Escanear código QR



Si se suspenden sus beneficios, busque ayuda:

Tiene derecho a apelar una resolución en la se determine que no está exento o que no cumplió con los requisitos. Presente una apelación llamando al **800-283-4465**.

Busque asistencia legal llamando a:

NM Legal Aid al **1-833-545-4357** o a

NM Center on Law and Poverty **505-255-2840**



Utilice este formulario para notificar a la División de Apoyo a los Ingresos (ISD, por sus siglas en inglés) que está exento de las reglas laborales de SNAP.

Suba este formulario en su cuenta YES NM o entréguelo en una oficina local de la ISD.

Qué incluir con el formulario:

Su exención podría tramitarse más rápido si cuenta con documentación que demuestre que está estudiando, que tiene una discapacidad o que recibe ciertos beneficios; inclúyala junto con este formulario. Si el ISD necesita documentación adicional, deberá solicitársela y ofrecerle ayuda para obtenerla.

Notificación de exención al requisito laboral del programa SNAP

Nombre: _____

Número de caso (Si lo tiene): _____

Fecha de nacimiento: _____

Cumplo con los requisitos para una exención de las normas de trabajo de SNAP porque (marque todas las opciones que correspondan):

- ☐ **Trabajo 30 horas a la semana.**
- ☐ **Gano al menos \$217.50 a la semana.**
- ☐ **Tengo menos de 18 años o más de 64 años.** Tengo _____ años.
- ☐ **Vivo con alguien menor de 14 años.** Esa persona se llama _____.
- ☐ **Estoy embarazada.**
- ☐ **No puedo trabajar 30 horas a la semana** debido a un problema físico o mental.
- ☐ **Estoy sin hogar de manera crónica** - vea el IPP 18-04
- ☐ **Soy Indígena estadounidense.** Soy miembro de _____.
- ☐ **Cuido a alguien** que no puede valerse por sí mismo y necesita un cuidador o asistencia en el hogar. Esa persona se llama _____.
- ☐ **Soy estudiante matriculado a tiempo parcial o más en una escuela,** programa de capacitación, escuela de educación superior o universidad. Estoy matriculado en _____.
- ☐ **Participo de manera regular en un programa de tratamiento y rehabilitación por consumo de drogas o alcohol.**
- ☐ **Estoy solicitando o recibiendo beneficios por desempleo.**
- ☐ **Estoy solicitando o recibiendo beneficios por discapacidad del Seguro Social o Ingreso Suplementario de Seguridad a través de la Administración del Seguro Social.**
- ☐ **Recibo Asistencia General.**
- ☐ **Vivo en una área donde no se aplican los requisitos.** Las áreas actualmente exentas son: El condado de Luna y Laguna, Taos, San Felipe y Tesuque Pueblos