

# ¿ESTÁS EXENTO DE los requisitos de trabajo de SNAP?

La Ley One Big Beautiful Bill (H.R.1) cambió quién debe cumplir con los requisitos de trabajo para los beneficios de SNAP.

**A partir del 1 de diciembre de 2025:** los participantes de SNAP de 18 a 64 años deben trabajar o participar en actividades aprobadas durante 80 horas por mes, O reunir los requisitos para una exención. Si cumples con ALGUNO de los siguientes criterios, el límite de plazo de 3 meses NO se aplica en tu caso.

## Exenciones automáticas

Si se aplica alguna de estas condiciones, estarás exento por:

- **Edad:** Menor de 18 años o 65 años o más
- **Niño en el hogar:** Viviendo con alguien menor de 14 años (el niño no tiene que ser tuyo)

## Puedes calificar: informa a tu trabajador social

Estas razones requieren una conversación con tu trabajador social:

- **Condición de salud física/mental:** Limita la capacidad de trabajar a 20 horas a la semana (incluye las enfermedades crónicas, problemas de salud mental, trastorno por consumo de sustancias)
- **Sinhogarismo crónico:** Falta de una residencia nocturna fija y regular
- **Sobreviviente de violencia doméstica:** Violencia reciente que afecta la capacidad para trabajar
- **Cuidador:** Cuidando a un niño menor de 6 años o una persona incapacitada de cualquier edad
- **Padres de educación en el hogar:** Enseñando más de 30 horas por semana
- **Edad de 55 a 64 años con barreras:** Educación limitada + sin trabajo reciente + problemas de salud

- **Embarazada:** Cualquier etapa del embarazo
- **Recibiendo beneficios por discapacidad:** SSI, SSDI, discapacidad de VA (cualquier porcentaje), compensación para trabajadores, discapacidad privada
- **Indígena americano o nativo de Alaska:** Miembro tribal inscrito o cumple con la definición de IHCA

## ¿Crees que podrías estar exento?

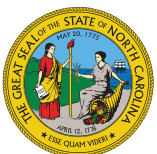
El Departamento de Servicios Sociales de tu condado revisará para todas las exenciones durante tu próxima recertificación.

Encuentra tu Departamento de Servicios Sociales local en: [ncdhhs.gov/dss-directory](https://ncdhhs.gov/dss-directory)

Más información en: [ncdhhs.gov/fns](https://ncdhhs.gov/fns)

## Recuerda

- Para las exenciones de ABAWD, tu declaración de tu situación es generalmente aceptada, a menos que sea cuestionable
- 10 días: si se solicita la verificación, tienes al menos 10 días para proporcionarla.
- Informa los cambios: Informa a tu trabajador social si tu situación cambia



DEPARTAMENTO DE  
SALUD Y SERVICIOS HUMANOS  
DE CAROLINA DEL NORTE

[www.ncdhhs.gov](https://www.ncdhhs.gov) • NCDHHS es un empleador y proveedor que ofrece igualdad de oportunidades. • 2/2026