

Las nuevas reglas de SNAP



Desde el 1 de enero de 2026, muchos adultos ahora deben **completar 80 horas de actividad cada mes para conservar sus beneficios de SNAP**. Las horas de actividad pueden incluir trabajo, voluntariado o programas de entrenamiento laboral.

>> ¿Quiénes deben completar 80 horas de actividad?

Podrías estar sujeto a la regla de 80 horas de actividad si lo siguiente es verdadero:

- Tienes entre **18 y 64 años**
- Tienes **capacidad física y mental** para trabajar

>> ¿Quiénes tienen una excepción de las horas de actividad?

Edad

- Eres menor de 18 años
- Eres mayor de 65 años

Salud

- Estás embarazada
- Tienes una discapacidad o recibes SSI

Cuidas a otra persona

- Cuidas a una persona menor de 14 años
- Cuidas a alguien en tu hogar con una discapacidad

Empleo o participación en un programa

- Estás empleado al menos 30 horas por semana
- Cumples las **reglas laborales de TANF**
- Recibes **beneficios de desempleo**

Asistes a la escuela

- Estudiante inscrito al menos a medio tiempo en una escuela calificada



Aprende más sobre las nuevas reglas de SNAP y cómo reportar las excepciones en **[HCA.NM.GOV/snapchanges](https://hca.nm.gov/snapchanges)**

Las nuevas reglas de SNAP



Desde el 1 de enero de 2026, muchos adultos ahora deben **completar 80 horas de actividad cada mes para conservar sus beneficios de SNAP**. Las horas de actividad pueden incluir trabajo, voluntariado o programas de entrenamiento laboral.

>> ¿Quiénes deben completar 80 horas de actividad?

Podrías estar sujeto a la regla de 80 horas de actividad si lo siguiente es verdadero:

- Tienes entre **18 y 64 años**
- Tienes **capacidad física y mental** para trabajar

>> ¿Quiénes tienen una excepción de las horas de actividad?

Edad

- Eres menor de 18 años
- Eres mayor de 65 años

Salud

- Estás embarazada
- Tienes una discapacidad o recibes SSI

Cuidas a otra persona

- Cuidas a una persona menor de 14 años
- Cuidas a alguien en tu hogar con una discapacidad

Empleo o participación en un programa

- Estás empleado al menos 30 horas por semana
- Cumples las **reglas laborales de TANF**
- Recibes **beneficios de desempleo**

Asistes a la escuela

- Estudiante inscrito al menos a medio tiempo en una escuela calificada



Aprende más sobre las nuevas reglas de SNAP y cómo reportar las excepciones en **[HCA.NM.GOV/snapchanges](https://hca.nm.gov/snapchanges)**