



HEALTH CARE  
AUTHORITY

## Adultos sanos sin dependientes (ABAWD) Preguntas y respuestas

Esta hoja de preguntas y respuestas le proporcionará información sobre los requisitos laborales para adultos sanos sin dependientes (Able-Bodied Adults Without Dependents, ABAWD) para el SNAP.

Destaca factores importantes para determinar qué es un ABAWD, cuáles son sus requisitos y excepciones/exenciones, las consecuencias por incumplimiento, cómo recuperar la elegibilidad y qué condados de Nuevo México se ven afectados por el límite de tiempo de los ABAWD.

En esta sección de preguntas y respuestas se explican los requisitos y los límites de tiempo del SNAP para adultos sanos sin dependientes (ABAWD).

### ¿Qué es un ABAWD?

Un ABAWD, o adulto sano sin dependientes, es una persona de entre 18 y 64 años, física y mentalmente capaz de trabajar y que no tiene ningún dependiente menor de 14 años (como hijos u otras personas a su cargo) y no cumple con ninguna otra excepción/exención.

Adulto  
Sano  
Sin  
Dependientes

### ¿Cuáles son los requisitos para los ABAWD?

Si un ABAWD no califica para una exención/excepción, debe cumplir con los requisitos laborales para seguir recibiendo SNAP.

Si no lo hace, perderá su SNAP después de 3 meses. Puede cumplir con sus requisitos laborales para ABAWD de las siguientes maneras:

|                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|-----------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Trabajando</b>                                                           | Al menos <b>20 horas por semana u 80 horas por mes</b> .<br>El trabajo puede ser con paga, a cambio de algo que no sea dinero, no remunerado o como voluntario.                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>Participando en un programa de trabajo</b>                               | Al menos <b>20 horas por semana u 80 horas por mes</b> .<br>Un programa de trabajo puede consistir en empleo, capacitación u otro programa laboral federal, estatal o local. Puede llamar a la División de Asistencia Económica (Income Support Division, ISD) al 1-800-283-4465 para averiguar si su programa cumple con los requisitos para ABAWD o si hay otro programa disponible. |
| <b>A través de cualquier combinación de trabajo y un programa de empleo</b> | Al menos <b>20 horas por semana u 80 horas por mes</b> .                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |

### ¿Por qué entran en vigor los requisitos laborales de los ABAWD?

Los requisitos federales de trabajo para ABAWD cambiaron el 4 de julio de 2025. Los estados deben revisar sus exenciones de SNAP para ABAWD cada año para determinar si se pueden eximir los requisitos laborales.

Con base en datos recientes de desempleo, Nuevo México ya no califica para una exención completa. Como resultado, a partir de 2026, los requisitos laborales para ABAWD se aplicarán a algunos beneficiarios de SNAP en condados específicos de Nuevo México.

### ¿Los requisitos laborales de los ABAWD se aplican a los ABAWD en todo el estado de Nuevo México o solo en determinadas zonas?

**A partir del 1 de enero de 2026, los requisitos laborales y el límite de tiempo para ABAWD se eximirán en 1 condado y 4 pueblos y naciones; todas las demás áreas están sujetas a los requisitos para ABAWD:**

- Condado de Luna
- Reserva del Pueblo de Laguna
- Reserva de San Felipe
- Pueblo de Taos y fuera de la reserva
- Pueblo Tesuque y fuera de la reserva

Si su dirección cambió y aún no lo informa, comuníquese con la ISD inmediatamente. Si vive en una parte del estado que tiene una exención ABAWD, no tiene que cumplir con la Regla del Límite de Tiempo para ABAWD mientras la exención esté vigente.

## ¿Qué excepciones existen para quedar exento/a de los requisitos laborales para ABAWD?

Si alguna de estas situaciones se aplica a usted, no tiene que cumplir con la regla del límite de tiempo para ABAWD:

- Usted está solicitando o recibiendo beneficios por discapacidad como el Ingreso Suplementario de Seguridad (Supplemental Security Income, SSI) o la Asistencia General (General Assistance, GA) por Discapacidad;
- Tiene una discapacidad física o mental que le impide trabajar;
- Está cumpliendo con el requisito laboral del programa de Asistencia Temporal para Familias Necesitadas (TANF);
- Está cuidando a un niño menor de 14 años;
- Está cuidando a un miembro de su grupo familiar que necesita ayuda para cuidarse a sí mismo;
- Se inscribió para recibir o actualmente recibe beneficios de compensación por desempleo (UCB);
- Participa regularmente en un programa de tratamiento y rehabilitación por consumo de drogas o alcohol;
- Trabaja o es trabajador por cuenta propia que trabaja un mínimo de 30 horas a la semana o gana al menos el salario mínimo federal por 30 horas de trabajo;
- Es un estudiante inscrito al menos medio tiempo en cualquier escuela, programa de capacitación o institución de educación superior reconocida;
- Está embarazada; o
- Cumple con alguna de las siguientes excepciones:
  - Es miembro de una tribu reconocida federalmente; o
  - Un individuo es "Nativo" según la definición del artículo 1603(13) del título 25 del Código de los Estados Unidos;
  - Un individuo es un "Nativo urbano" según se define en 25 USC 1603(18); o
  - Un individuo es un "Nativo de California" según se define en 25 USC 1679(a).

## ¿Cómo puedo comunicar a la HCA que cumpla con una excepción a los requisitos laborales para ABAWD?

Comuníquese con la ISD si cree que alguna de estas situaciones podría describirlo o si necesita ayuda para solicitar una excepción.

Puede ponerse en contacto con la HCA al:

- Visitar una oficina de la División de Asistencia Económica.
- Llamar al Centro Consolidado de Atención al Cliente (Consolidated Customer Service Center, CCSC) al 1-800-283-4465 de 7 a. m. a 6:30 p. m. de lunes a viernes.
- Informar la excepción en línea, en [yes.nm.gov](https://yes.nm.gov).
  - Para notificar una excepción, los clientes deben crear una cuenta o acceder a su cuenta existente y navegar hasta la opción de "Notificar un cambio".

## ¿Qué ocurre si no cumpla con el requisito laboral para ABAWD?

Como adulto sano sin dependientes, existe un límite de tiempo sobre cuánto tiempo puede recibir SNAP a menos que cumpla con las normas laborales o califique para una excepción. Si no cumple con las normas laborales o no califica para una excepción, solo podrá recibir SNAP durante 3 meses en un período de 3 años. Después de eso, dejará de recibir los beneficios de SNAP.

Todos los ABAWD tienen el mismo límite de tiempo de 3 años, independientemente de cuándo soliciten SNAP. El período actual de 36 meses comenzó el 1 de junio de 2023 y terminará el 31 de mayo de 2026. El siguiente período comenzará el 1 de junio de 2026 y terminará el 31 de mayo de 2029.

Cada mes que recibe beneficios completos de SNAP sin cumplir con las normas laborales para ABAWD y sin un buen motivo cuenta como un mes computable. Una vez que haya utilizado 3 meses computables dentro de un período de 36 meses, sus beneficios de SNAP se detendrán hasta que cumpla con los requisitos de trabajo, califique para una excepción o comience un nuevo período de 36 meses.

## ¿Cómo recupero la elegibilidad para el SNAP?

Un ABAWD al que se le haya denegado el derecho a participar en el programa por no cumplir con los requisitos laborales, recuperará el derecho a hacerlo si, durante 30 días consecutivos cualesquiera:

- Trabaja/es voluntario o participa en un programa de trabajo durante al menos 80 horas en un período de 30 días.
- Participa en un programa de trabajo comunitario, si está disponible y le han asignado, durante el número de horas requeridas en un período de 30 días.
- Su situación ha cambiado y ahora cumple con una de las excepciones a la norma para adultos sanos sin dependientes.

No existe límite alguno en cuanto a la cantidad de veces que una persona puede recuperar su derecho a percibir la prestación y mantenerlo posteriormente cumpliendo con el requisito de trabajo.