

MI KIT DE HERRAMIENTAS PARA BENEFICIOS Y PROGRAMAS

Nombre: _____

Año: _____



THINK+changeTM
TALKS TRAININGS TOOLS

Guía de beneficios y programas de discapacidad

Esta guía le guiará a través de los pasos necesarios para crear su propio «**kit de herramientas para programas de discapacidad**», que podrá utilizar cuando solicite programas como Medicaid, la Seguridad Social, etc.

Cada sección incluye:

- Una descripción del programa.
- Los documentos necesarios para solicitarlo.
- Los pasos para solicitarlo.

Índice:

- Lista de control de documentos e información personal
- **Sección 1:** Ingresos de la Seguridad Social (SSI) y Seguro de Incapacidad de la Seguridad Social (SSDI)
- **Sección 2:** Medicaid
- **Sección 3:** Servicios domiciliarios y comunitarios (HCBS)
- **Sección 4:** Programas de empleo
- **Sección 5:** Programas financieros
- **Sección 6:** Programas adicionales
- **Sección 7:** Recursos y apoyo para su viaje

Reúna los documentos



Lista de documentos e información personal

Esta es una lista de los documentos generales que necesitará para todos los programas. Encontrará listas de documentos para programas específicos en cada sección de esta guía.

Recuerde: Es posible que se le soliciten documentos adicionales en función de su situación y/o su lugar de residencia.

- ☐ **Prueba de identidad:** Certificado de nacimiento, pasaporte o carné de conducir o de identidad estatal
- ☐ **Prueba de ciudadanía estadounidense o de la condición de no ciudadano:** Tarjeta de la Seguridad Social, tarjeta verde u otros documentos de inmigración
- ☐ **Prueba de la fecha de nacimiento:** Certificado de nacimiento, pasaporte o documentos de inmigración
- ☐ **Prueba de discapacidad:** Historial médico, declaración del médico, evaluación psicológica, copias del Plan Individualizado de Servicios Familiares (IFSP) o del Programa Educativo Individualizado (IEP) de un niño (o si tuvo uno de niño).
- ☐ **Número de la Seguridad Social:** Tarjeta de la Seguridad Social o números de documentos para inmigrantes legales.
- ☐ **Prueba de ingresos:** Talones de pago recientes, declaraciones de impuestos u otra verificación de ingresos
- ☐ **Prueba de la situación de vida:** Contrato de alquiler, recibos de alquiler, información sobre la hipoteca o facturas de servicios públicos
- ☐ **Prueba de residencia:** Factura de servicios públicos, contrato de alquiler o hipoteca
- ☐ **Prueba de bienes:** Cuentas bancarias (de ahorro, corrientes y del mercado monetario), certificados de depósito (CD), acciones y bonos, cuentas de jubilación (como IRA, 401(k)s y 403(b)s), dinero en efectivo, vehículos adicionales además del vehículo principal, segundas viviendas o propiedades vacacionales, vehículos recreativos, autocaravanas o caravanas, pólizas de seguro de vida con un valor en efectivo superior a 1.500 dólares (en la mayoría de los estados) y joyas, obras de arte y objetos de colección.
- ☐ **Información sobre otros seguros médicos:** Incluido el seguro relacionado con el trabajo, si procede
- ☐ **Justificantes de gastos:** Impuestos de alquiler/propiedad, facturas de servicios públicos, facturas médicas.

Pasa a la siguiente sección, donde encontrarás consejos para organizar tu caja de herramientas personal.

Cree su kit de herramientas personal

Para mantenerse organizado, puede mantener todos sus documentos en un solo lugar utilizando un sistema digital o físico. Siga los pasos que se indican a continuación para crear su kit de herramientas digital o físico.

Pasos para crear su kit de herramientas digitales

1. Elige dónde quiere almacenar su carpeta digital: Puedes guardarla en su computadora, en Google Drive o en cualquier otro servicio en la nube que desee utilizar.

2. Cree y nombre sus carpetas:

- ☐ Lista de documentos e información personal
- ☐ Seguridad Social
- ☐ Medicaid
- ☐ Servicios basados en el hogar y la comunidad (HCBS)
- ☐ Empleo (puede no ser aplicable para un niño pequeño)
- ☐ Finanzas
- ☐ Programas adicionales
- ☐ Recursos y apoyo

3. Añada una Guía de programas: Descargue y guarde cada sección de esta guía en las carpetas creadas.

4. Descargue/escanee y guarde los documentos importantes en sus carpetas: Puede incluir cosas como solicitudes completadas, cualquier información nueva sobre sus necesidades médicas, comunicación del programa (por ejemplo, cualquier carta de Medicaid) y cualquier cosa relacionada con sus beneficios y servicios.

5. Haga copias de seguridad de sus archivos: Guarde su kit de herramientas digital en varias ubicaciones.

Pasos para crear su kit de herramientas físicas

1. Reúna los materiales:

- ☐ Una carpeta grande (de más de 2 pulgadas) en la que quepan todos sus documentos.
- ☐ Separadores etiquetados
- ☐ Fundas de plástico

2. Organice y nombre sus secciones:

- ☐ Lista de documentos e información personal
- ☐ Seguridad Social
- ☐ Medicaid
- ☐ Servicios basados en el hogar y la comunidad (HCBS)
- ☐ Empleo (puede no ser aplicable para un niño pequeño)
- ☐ Finanzas
- ☐ Programas adicionales
- ☐ Recursos y apoyo

3. Añade una guía del programa: Imprime la guía de páginas del programa y colócalas en cada sección.

4. Organice sus documentos: Imprime cualquier solicitud completada, nueva información y cualquier cosa relacionado con el programa y póngala en su sección.

Seguridad Social: SSI y SSDI

Hoja informativa

¿Qué es la Seguridad de Ingreso Suplementario (SSI)? La Seguridad de Ingreso Suplementario (SSI) es un programa basado en las necesidades que concede pagos mensuales a las personas con bajos ingresos. La Seguridad de Ingreso Suplementario puede ayudar a las personas discapacitadas, ciegas y mayores a cubrir necesidades como la alimentación, la ropa y el alojamiento. No es necesario que haya trabajado o cotizado a la Seguridad Social para recibir SSI, pero debe cumplir los requisitos.

¿Qué es el Seguro de Incapacidad del Seguro Suplementario (SSDI)? El SSDI es un programa que a las personas que no pueden trabajar debido a una discapacidad. Es como un seguro para quienes trabajaron y pagaron impuestos a la Seguridad Social en el pasado. Los pagos mensuales ayudan a sufragar gastos como la vivienda, la alimentación y otras necesidades. Para tener derecho, es necesario tener un historial laboral en el que haya cotizado a la Seguridad Social y cumplir unos requisitos específicos de discapacidad.

¿Puede un hijo percibir el SSDI si nunca ha trabajado? Los hijos discapacitados pueden tener derecho al SSDI si uno de sus padres percibe prestaciones de la Seguridad Social, ya sea por jubilación o invalidez, o si el padre ha fallecido. En estas situaciones, el hijo puede percibir prestaciones basadas en el historial laboral del progenitor en la Seguridad Social. Además, los adultos que hayan quedado discapacitados antes de cumplir los 22 años también pueden recibir prestaciones del SSDI como dependientes del historial laboral de la Seguridad Social de uno de sus progenitores, aunque ellos mismos no hayan trabajado nunca.

La Administración de la Seguridad Social (SSA) gestiona las solicitudes tanto de SSI como de SSDI. Para cada programa cuando usted solicita, SSA estará mirando:

- **SSI:** Examina detenidamente su situación económica actual.
- **SSDI:** Presta más atención al historial laboral y a cuánto se ganó en el pasado.



A menudo, el SSI permite solicitar Medicaid. Consulte la sección sobre Medicaid para obtener más información sobre el proceso de solicitud.

Solicitar la Seguridad Social: SSI y SSDI

1. Reúna la siguiente información:

- ☐ Nombre, fecha de nacimiento y número de la Seguridad Social
- ☐ Dirección postal, número de teléfono y dirección de correo electrónico (opcional)

2. Reúna los siguientes documentos: La SSA no acepta fotocopias. Le devolverán los documentos originales.

- ☐ Prueba de edad
- ☐ Prueba de identidad
- ☐ Prueba de ciudadanía estadounidense o condición de extranjero legal
- ☐ Prueba de discapacidad/registro médico
- ☐ Prueba de ingresos
- ☐ Prueba de recursos
- ☐ Prueba de las condiciones de vida
- ☐ Historial laboral
- ☐ Información sobre la indemnización por accidente laboral en el caso de los adultos
- ☐ Plan Individualizado de Servicios Familiares (IFSP) o Programa Educativo Individualizado (IEP) en el caso de los niños

3. Vaya a <https://www.ssa.gov/ssi/start.html> para iniciar el proceso en línea.

NOTA: Si solicita SSI, la SSA se pondrá en contacto con usted por teléfono o correo electrónico para concertar una cita. Si usted está solicitando SSDI, es posible que sólo tenga que completar los pasos 1-3. Toda la solicitud está en línea y no siempre necesitan que se haga una entrevista. Si solicitan una entrevista, es porque necesitan más información.

4. Acudir en persona o mantener una entrevista telefónica con la SSA.

5. Su caso será enviado a los Servicios de Determinación de Incapacidad para su evaluación médica.

6. La SSA le comunicará la decisión, normalmente en un plazo de 3 a 5 meses.



Se recomienda comprobar a menudo el estado de su solicitud, puede hacerlo accediendo a su cuenta de la Seguridad Social o llamando al 1-800-772-1213.

Descargo de responsabilidad: El proceso de solicitud de SSI y SSDI puede ser complicado y puede requerir una mayor atención a los detalles. Hemos comprobado dos veces que todos los documentos requeridos son correctos, pero recuerde que los programas SSI y SSDI tienen normas específicas que pueden ser diferentes para cada persona. Si necesita ayuda, le sugerimos que hable con un profesional o defensor que conozca estos programas.

Seguridad Social: SSI y SSDI

Trámites adicionales

La Administración de la Seguridad Social le pedirá a menudo información adicional. A continuación se indican algunos de los documentos adicionales que pueden pedirle.

El Informe de Función es un documento que la SSA utilizará para entender cómo la discapacidad afecta a la vida diaria y si usted o su ser querido tienen derecho o no al SSI.

Incluye:

- Preguntas sobre las necesidades cotidianas, como las tareas domésticas, el cuidado personal y los desplazamientos.
- Preguntas sobre la memoria, la interacción con los demás, etc.

Rellenar el informe de funciones:

- Sé sincero y detallado.
- Explica los problemas específicos que tienes en tu vida diaria.
- Utiliza este recurso como ayuda.

Puede encontrar los informes de las funciones (por edades) aquí:

- [Informe de funciones Edad 6-12](#)
- [Informe de funciones Edad 12-18](#)
- [Informe de funciones - Adultos](#)

También se le puede pedir que rellene los siguientes informes:

- **Informe de antecedentes laborales:** Proporciona una imagen completa de sus actividades laborales anteriores para determinar si su estado de salud actual le impide realizar un trabajo similar.
- **Informe de actividad laboral:** Es para las personas que trabajan actualmente o han trabajado desde que solicitaron las prestaciones por incapacidad, se utiliza para recopilar detalles sobre la actividad laboral y la «actividad lucrativa sustancial» (SGA).
- **Informe de funciones de terceros:** Este formulario lo rellena un familiar, un cuidador o incluso un antiguo compañero de trabajo. Se utiliza para recabar información sobre la discapacidad del solicitante y cómo afecta a su vida diaria.



A menudo, el SSI permite solicitar Medicaid. Consulte la sección sobre Medicaid para obtener más información sobre el proceso de solicitud.

Medicaid

¿Qué es Medicaid? Medicaid es un programa gubernamental que ofrece seguro médico gratuito o de bajo coste a personas con bajos ingresos, incluidos niños, adultos, personas mayores y personas con discapacidad. Cubre gastos médicos como visitas al médico, estancias en el hospital y medicamentos. Para poder optar a él, debe cumplir ciertos requisitos de ingresos y de elegibilidad.

¿Qué pasa con Medicare? Medicare es para las personas mayores de 65 años o con ciertas discapacidades, pero suele conllevar primas, franquicias o copagos. Algunas personas tienen derecho tanto a Medicare como a Medicaid.

Solicitar a Medicaid

Cada estado gestiona su propio programa de Medicaid, con normas diferentes en cuanto a requisitos, prestaciones y procesos de solicitud.

1. Reúna los siguientes documentos:

- ☐ Prueba de identidad Prueba de ciudadanía de EE.UU. o condición de no ciudadano elegible Prueba de fecha de nacimiento
- ☐ Prueba de discapacidad
- ☐ Prueba de ingresos
- ☐ Prueba de residencia
- ☐ Prueba de patrimonio
- ☐ Otra información sobre el seguro médico
- ☐ Justificante de gastos
- ☐ Declaración de prestaciones de la Seguridad Social (SSI) *La recibirá cuando empiece a percibir la SSI. Si aún no recibe SSI o el Seguro de Incapacidad del Seguro Social (SSDI), tendrá que rellenar las partes de la solicitud de Medicaid correspondientes a la incapacidad.

2. Puede presentar la solicitud **en línea, por teléfono, por correo o en persona**, dependiendo del proceso de su estado.

Para Colorado, visite: <https://www.healthfirstcolorado.com/apply-now/>

3. Algunos Estados pueden exigir una entrevista.

4. Envíe su solicitud y espere la aprobación. El tiempo de espera habitual es de 30-45 días.

5. Si le aprueban, puede inscribirse en Medicaid.



Puede encontrar información específica de cada Estado sobre la inscripción y las prestaciones de Medicaid en: www.medicaid.gov

Exenciones por servicios basados en el hogar y la comunidad (HCBS)

¿Qué son las exenciones HCBS? Las exenciones HCBS proporcionan atención y servicios a personas con discapacidades en sus hogares o comunidades, en lugar de instituciones como residencias de ancianos. Cada estado gestiona su propio programa, por lo que los servicios y la elegibilidad pueden variar. Estos son algunos ejemplos de exenciones HCBS para **niños** y **adultos** en Colorado y los **servicios disponibles**.

Qué pagan las exenciones HCBS: Las exenciones HCBS ayudan a pagar servicios que apoyan a niños y adultos con discapacidades en su vida diaria. Estos son algunos ejemplos de lo que puede pagar una exención:

- **Cuidados personales** (ayuda para bañarse, vestirse y otras tareas cotidianas)
- **Tareas domésticas** (como limpiar, cocinar y hacer la compra)
- **Transporte** (para acudir a citas o programas)
- **Respiro** (dar un descanso a los cuidadores)
- **Programas diurnos** (actividades o servicios durante el día)
- **Modificaciones en el hogar o el vehículo** (para hacer los espacios más accesibles), ¡y MUCHO MÁS!

Solicitud de exenciones HCBS

Cómo empezar:

- Antes de solicitar una exención HCBS, ya debe tener Medicaid y SSI. Para saber cómo presentar la solicitud en su estado, puede visitar o ponerse en contacto con la Oficina de Medicaid o el Departamento de Servicios de Salud o Discapacidad de su estado.
- En Colorado, puede empezar por visitar: <https://hcpf.colorado.gov/hcbs-waivers>

La solicitud:

1. Conozca qué exención HCBS es la más adecuada para usted o su ser querido.
2. Rellene la solicitud para la exención HCBS y presente los siguientes documentos:
 - ☐ Prueba de identidad
 - ☐ Prueba de ciudadanía de EE.UU. o condición de no ciudadano admisible
 - ☐ Prueba de discapacidad
 - ☐ Prueba de patrimonio
 - ☐ Evaluación funcional: Evaluación de un proveedor autorizado o evaluación de la discapacidad
 - ☐ Prueba de ingresos
 - ☐ Prueba de Medicaid *recibirá cuando empiece a recibir Medicaid
3. Una agencia se pondrá en contacto contigo para concertar una reunión en la que evaluarán las necesidades.
4. Recibir la notificación de si la solicitud ha sido aprobada o denegada.
5. Si se aprueba, un gestor de casos estará disponible para ayudarle a inscribirse en la exención y establecer los servicios necesarios.

Apoyo al empleo

¿Qué es la rehabilitación profesional? La rehabilitación profesional es un programa que ayuda a las personas discapacitadas a prepararse para encontrar y mantener un empleo. Ofrece apoyo como formación laboral, asesoramiento profesional, ayuda en la búsqueda de empleo y adaptaciones en el lugar de trabajo.

Además del apoyo al empleo, la rehabilitación profesional puede ayudar a pagar otros servicios relacionados con el empleo como:

- Educación y formación
- Tecnología asistencial
- Ayuda al transporte
- Asesoramiento profesional
- Servicios de apoyo

¿Dónde se encuentran? Los servicios de rehabilitación profesional se ofrecen en todos los estados y los gestiona el Departamento de Rehabilitación Profesional o un organismo similar.

Puede encontrar la oficina de rehabilitación vocacional de su estado en:

<https://rsa.ed.gov/about/states>

Cómo solicitar el apoyo al empleo

1. Póngase en contacto con su oficina estatal de Rehabilitación Profesional.
2. Prepárese para su cita reuniendo los siguientes documentos:
 - ☐ Prueba de identidad:
 - ☐ Prueba de ciudadanía estadounidense o condición de no ciudadano admisible
 - ☐ Prueba de la fecha de nacimiento
 - ☐ Prueba de discapacidad
 - ☐ Prueba de ingresos
 - ☐ Historial laboral *si está disponible
3. Concierte una cita inicial para analizar qué ayuda necesita usted o su ser querido.
4. Complete los pasos necesarios para la inserción laboral y el apoyo.
5. Inscribese en los programas de apoyo al empleo específicos para sus necesidades.
6. Establece objetivos e hitos con el orientador o entrenador que te hayan asignado.

Programas financieros

Si tiene una discapacidad y quiere ahorrar dinero sin perder el acceso a prestaciones como SSI o Medicaid, puede crear cuentas ABLE o fideicomisos para necesidades especiales.

Cuentas ABLE

- Ayudan a las personas con discapacidad a ahorrar dinero para gastos como atención médica, transporte y educación.

Algunas cosas a tener en cuenta:

- La incapacidad debe haber comenzado antes de los 26 años.
- Puede sumar hasta unos 17.000 \$ (a partir de 2024).
- La cuenta no puede superar un determinado límite.
- El dinero crece libre de impuestos

Puede encontrar más información en: <https://www.ablenrc.org/>

Fideicomisos para necesidades especiales

- Ayudan a proteger grandes cantidades de dinero (como regalos o herencias).

Algunas cosas a tener en cuenta:

- No hay límite en la cantidad que puede aportar.
- Un fideicomisario (normalmente un familiar o profesional) debe gestionar el dinero.
- El fideicomiso puede estar sujeto a impuestos.

Cómo solicitar cuentas ABLE y fideicomisos para necesidades especiales

1. Investigue los proveedores de cuentas de su estado.
2. Selecciona un proveedor e inicia una solicitud.
3. Reúna la documentación necesaria para abrir su cuenta *Esto puede diferir entre cuentas ABLE o fideicomiso
 - ☐ Prueba de identidad
 - ☐ Prueba de ciudadanía de EE.UU. o condición de no ciudadano elegible
 - ☐ Prueba de la fecha de nacimiento
 - ☐ Prueba de SSI
 - ☐ Prueba de discapacidad
 - ☐ Depósito inicial (si es necesario) *Cuenta bancaria u otros fondos para el depósito inicial
4. Envíe su solicitud y el depósito inicial (si es necesario).
5. Confirme la configuración de la cuenta.
6. Establezca depósitos periódicos (opcionales).

Programas adicionales

Estos programas pueden ayudar a personas con y sin discapacidad.

Asistencia alimentaria y nutricional: Programas como **SNAP** (Programa Suplementario de Asistencia Nutricional) y **WIC** (Mujeres, Bebés y Niños) ayudan a sufragar los gastos de alimentación. Proporcionan vales o tarjetas para comprar alimentos.

Programas de ayuda a la vivienda: **HUD** (Vivienda y Desarrollo Urbano) y la **Sección 8** proporcionan ayuda financiera para viviendas asequibles. Estos programas proporcionan a las personas con discapacidad y a las personas con bajos ingresos una vivienda asequible.

Programas de asistencia energética: **LEAP** (Programa de Asistencia Energética para Personas con Bajos Ingresos) ayuda con los gastos de calefacción durante los meses de invierno.

Cómo solicitar programas adicionales

Cada programa y proceso de solicitud variará según el estado.

Asistencia alimentaria y nutricional (SNAP, WIC, etc.):

- Compruebe si cumple los requisitos de ingresos. Puede visitar el sitio web de SNAP o WIC de su estado para solicitarlo.
 - Muchos estados también permiten solicitudes por teléfono o visitas en persona.
 - En Colorado, visite la página web de [Colorado PEAK](#) para solicitarlo.

Ayuda a la vivienda (HUD, Sección 8, etc.):

- Visite el sitio web de la autoridad de vivienda de su estado o localidad para presentar su solicitud o vaya a: www.hud.gov
- Muchos de estos programas tienen listas de espera.

Asistencia energética (LEAP, descuentos en servicios públicos):

- Visite el sitio web de LEAP/asistencia energética de su Estado para solicitarla.
 - La mayoría de los estados tienen solicitudes en línea, o puede solicitarlas por teléfono o por correo.
 - En Colorado, visite la página web de [Colorado PEAK website](#) o llame 1-866-432-8435 para solicitarlo.

¿Confuso sobre sus opciones? Puede ponerse en contacto con organizaciones comunitarias locales o grupos de defensa de los derechos que pueden orientarle en la dirección correcta.

Recursos y apoyo para su viaje

The Arc de los Estados Unidos: Proporciona defensa, información y recursos para personas con discapacidades del desarrollo y sus familias. Hay delegaciones en todo Estados Unidos. Página web: www.thearc.org

Sistemas de Protección y Defensa (P&A): Red de organizaciones financiadas con fondos federales que ofrecen defensa y asistencia jurídica a personas con discapacidad. Encuentra el P&A de tu estado en: <https://acl.gov/programs/pa-programs>

Red Nacional de Derechos de las Personas con Discapacidad (NDRN): Red nacional que protege y defiende los derechos de las personas con discapacidad. Sitio web: www.ndrn.org

Esperamos que esta guía le haya ayudado a comprender los distintos programas y beneficios disponibles para las personas con discapacidad. Sepa que no tiene por qué hacerlo solo.