



# Acerca del síndrome de Down

Producido por

 **Down Syndrome  
International**

## ¡Bienvenido!



Este paquete ha sido producido por Down Syndrome International para proporcionar información sobre los temas clave relevantes para las personas con síndrome de Down.

Si desea más información o necesita ayuda, le recomendamos ponerse en contacto con la organización miembro de nuestra red en su país.

Encuentre los datos de contacto de los miembros de nuestra red en nuestro sitio web en

[www.ds-int.org/contact-us](http://www.ds-int.org/contact-us)

El equipo de Down Syndrome International.

Down Syndrome International se dedica a mejorar la calidad de vida y defender los derechos de las personas con síndrome de Down en todo el mundo.

Su apoyo nos permite crear un cambio duradero.

Dona hoy:



## En este paquete:

[¿Qué es el síndrome de Down?](#)

[Diagnóstico.](#)

[Tu nuevo bebé.](#)

[Desarrollo temprano.](#)

[Salud.](#)

[Educación.](#)

[Empleo.](#)

[La defensa y derechos humanos.](#)

[Participación inclusiva.](#)

[Investigación.](#)

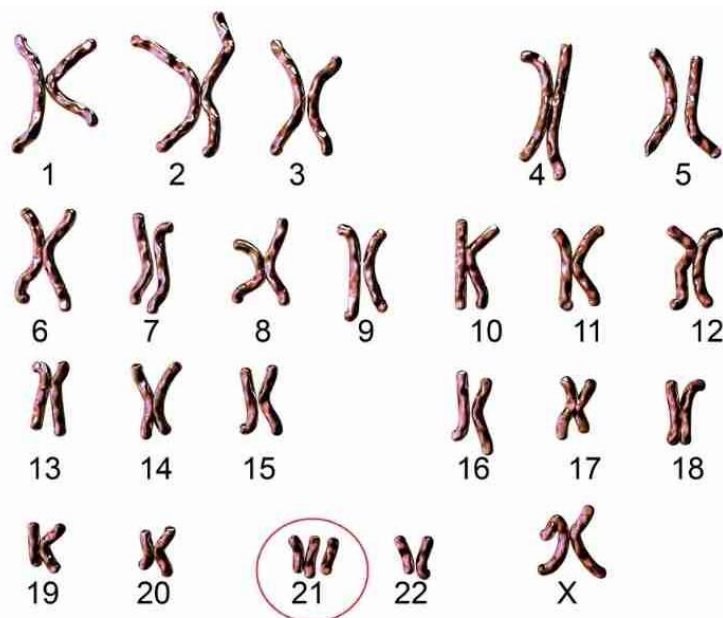


Haga clic en este icono en cualquier parte del documento para volver a esta página.





# ¿Qué es el síndrome de Down?



El síndrome de Down (también conocido como trisomía 21) es una condición en la que una persona tiene un **cromosoma adicional** (ver a continuación).

El síndrome de Down se produce de forma natural; no se conoce su causa.

Aproximadamente 1 de cada 800 bebés nacerá con síndrome de Down.

## Cromosomas .

Todos los seres vivos tienen cromosomas.

Los cromosomas actúan como un manual de instrucciones que define cómo se ve y cómo funciona nuestro cuerpo. Por ejemplo, indican de qué color serán nuestros ojos o cuánto creceremos.

La mayoría de las personas tienen 23 pares de cromosomas: 46 en total.

Las personas con síndrome de Down tienen un cromosoma extra añadido al par 21: 47 en total.



# ¿Qué es el síndrome de Down?



## **Lo que esto significa para las personas con síndrome de Down.**

Las personas con síndrome de Down suelen tener una discapacidad intelectual. Esto es diferente en cada persona.

Algunas afecciones de salud son más comunes en las personas con síndrome de Down. Puede encontrar información sobre ellas en nuestras páginas de salud infantil y salud de adultos.

## **Recursos:**

Las mejores personas para responder muchas preguntas sobre el síndrome de Down son las personas con síndrome de Down.

Visite nuestro sitio web para ver videos realizados por personas con síndrome de Down: [www.ds-int.org/what-is-down-syndrome](http://www.ds-int.org/what-is-down-syndrome)



## Diagnóstico.



### Pruebas prenatales .

En muchos países, a las mujeres embarazadas se les ofrecen pruebas para ver si el bebé que está por nacer tiene una afección genética, como el síndrome de Down. Esto se denomina prueba prenatal.

La mujer embarazada puede elegir si desea o no realizarse las pruebas.

En muchos países los profesionales de la salud han sido capacitados para ayudar a las mujeres a tomar la decisión que consideren más adecuada para ellas.

Las ecografías pueden mostrar signos de que un bebé podría tener síndrome de Down.

Los análisis de sangre también pueden mostrar si un bebé tiene más probabilidades de tener síndrome de Down.

Las ecografías y los análisis de sangre no pueden decir con certeza si un bebé tiene síndrome de Down. Estas pruebas solo pueden dar información sobre la probabilidad de que el bebé tenga síndrome de Down.

Para confirmar que un bebé tiene síndrome de Down, los profesionales pueden analizar una muestra de tejido o líquido del bebé.

Mirarán los cromosomas en las células para decir con certeza si el bebé tiene síndrome de Down.





## Diagnóstico.



### Pruebas en recién nacidos.

Cuando nace un bebé, los profesionales buscarán características físicas que son comunes en las personas con síndrome de Down. Pueden hacer un diagnóstico inicial de síndrome de Down.

Pero estas características también se pueden encontrar en bebés sin síndrome de Down, por lo que es necesario realizar una prueba para confirmar el diagnóstico.

Para confirmar que un bebé tiene síndrome de Down, los profesionales pueden analizar una muestra de sangre del bebé.

Mirarán los cromosomas en las células sanguíneas del bebé para decir con certeza si el bebé tiene síndrome de Down.

Si hay un cromosoma 21 adicional en todas o algunas células, al bebé se le diagnosticará síndrome de Down.



## Diagnóstico.



### Explicando el diagnóstico.

En algunos países, los profesionales de la salud han recibido formación para ofrecer y explicar el diagnóstico de síndrome de Down. Es importante ofrecer información objetiva y veraz.

Recibir un diagnóstico puede ser abrumador y las familias a menudo sienten una variedad de emociones durante ese momento.

Si está dando o recibiendo un diagnóstico de síndrome de Down, comuníquese con un miembro de nuestra red en su país.

Nuestros miembros se comprometen a dar siempre información honesta e imparcial. Pueden compartir información sobre la vida de las personas con síndrome de Down en su país y orientar a la familia hacia servicios y apoyo.

Si la familia desea conectarse con otras familias que tienen un niño con síndrome de Down, nuestros miembros pueden facilitarlos.

Encuentre los datos de contacto de los miembros de nuestra red en nuestro sitio web en

[www.ds-int.org/contact-us](http://www.ds-int.org/contact-us)





## Tu nuevo bebé.



### **Felicidades por la llegada de tu bebé.**

Si tu bebé está sano, sus necesidades serán las mismas que las de cualquier otro bebé. No es necesario que hagas nada diferente.

Un entorno seguro y amoroso es lo más importante que puedes ofrecerle a tu bebé.

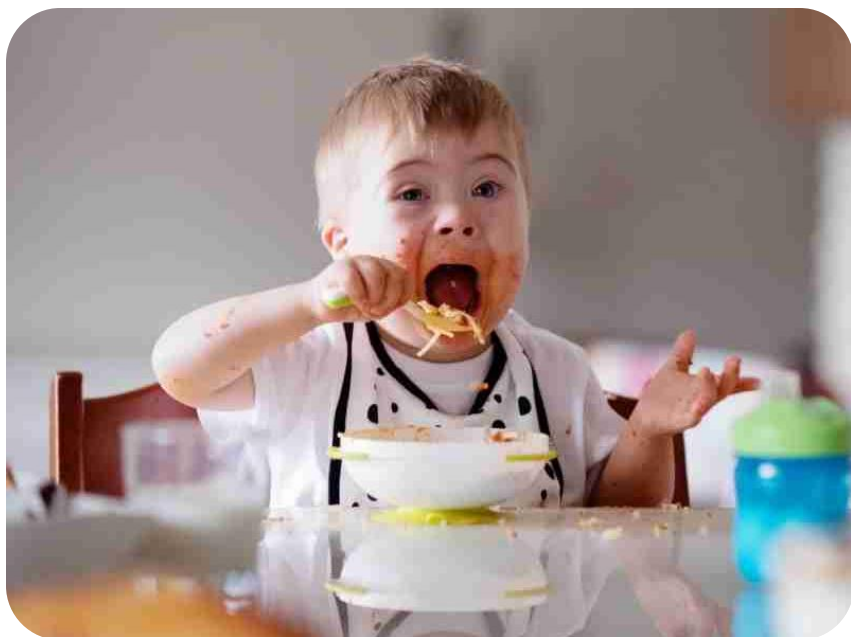
### **La salud de tu bebé.**

Algunas condiciones de salud son más comunes en los niños con síndrome de Down.

En algunos países, a los niños con síndrome de Down se les realizarán pruebas para detectar estas afecciones como parte de su atención médica habitual.

Encuentre información sobre las condiciones de salud que son más comunes en los niños con síndrome de Down en nuestras páginas de salud infantil.

## Tu nuevo bebé.



### Alimentando a tu bebé.

La leche materna contiene anticuerpos que ayudan a proteger a los bebés de las infecciones.

Muchos bebés con síndrome de Down pueden amamantar. Algunas madres y bebés necesitan ayuda para comenzar.

La leche materna se puede extraer y administrar al bebé mediante un biberón o una taza.

Algunos bebés tienen problemas de salud que dificultan la alimentación.

Si necesita ayuda con la alimentación, consulte siempre a un profesional cualificado, por ejemplo, un visitador sanitario o un terapeuta del habla y el lenguaje con experiencia en alimentación.

### Pasando a la alimentación sólida.

Algunos niños con síndrome de Down tardan más tiempo en aprender a succionar, masticar y tragar.

Algunos bebés con síndrome de Down son sensibles a diferentes texturas y prefieren alimentos más suaves y sabores familiares .

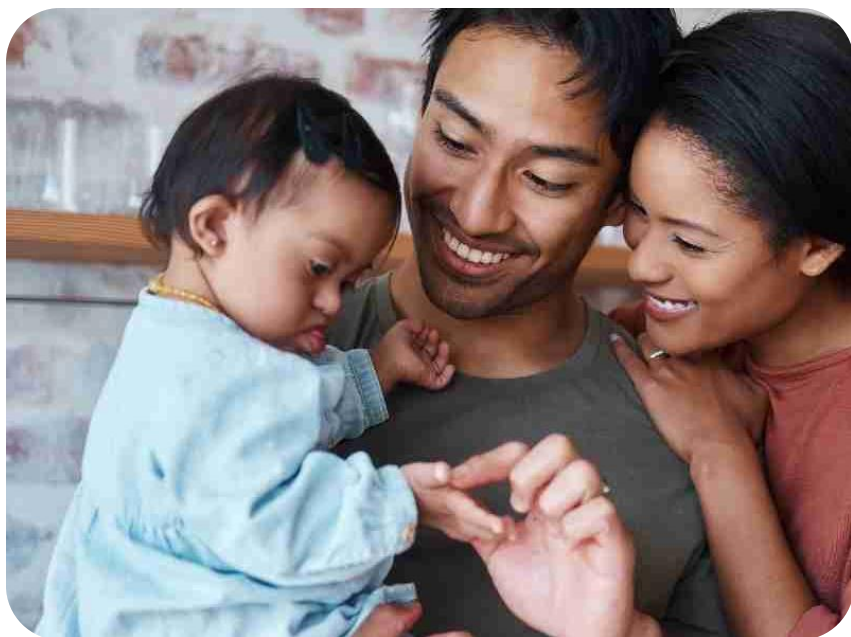
Como ocurre con cualquier niño, es importante proporcionarle una dieta sana y equilibrada.

Si necesitas ayuda con la alimentación, pregunta siempre a un profesional cualificado.





## Tu nuevo bebé.



### **Soporte local.**

A algunas familias les resulta útil conocer a otras familias que tienen un niño con síndrome de Down.

Los miembros de nuestra organización en su país puede ayudarle a conectarse con otras familias.

Encuentre los datos de contacto de los miembros de nuestra red en nuestro sitio web en

[www.ds-int.org/contact-us](http://www.ds-int.org/contact-us)





## Desarrollo temprano.



Los niños con síndrome de Down se desarrollan a ritmos y formas diferentes. Tienen fortalezas, intereses, talentos y necesidades individuales.

A los niños con síndrome de Down se les ayuda al ser incluidos socialmente en sus familias, escuelas y comunidades.

Aprenden mejor nuevas habilidades cuando se les muestra cómo hacerlas y tienen formas divertidas de practicar.

Como todos los niños, se benefician de altas expectativas y apoyo en el hogar y la escuela.

Todos los niños con síndrome de Down tendrán una discapacidad intelectual.

Una discapacidad intelectual afecta la capacidad de un niño para aprender en comparación con otros niños de su edad. No significa que no pueda aprender.

Los niños con síndrome de Down generalmente tardan más en alcanzar los hitos del desarrollo y necesitarán apoyo adicional.

El nivel de discapacidad varía de persona a persona. Algunas personas necesitarán más apoyo que otras.

## Desarrollo temprano.



### Intervención temprana.

Los niños con síndrome de Down se benefician de una "intervención temprana", que incluye terapias para ayudar con el desarrollo del habla y las habilidades motoras (movimiento).

La intervención que reciba su hijo dependerá de sus necesidades y de lo que esté disponible en su zona. Su equipo de atención médica o grupo de apoyo local podrá orientarlo hacia estos servicios.



### ¿Cómo puedo ayudar a mi bebé a desarrollarse?

Una de las mejores maneras de ayudar a su bebé a aprender es la interacción cara a cara.

Imita los ruidos y las expresiones de tu bebé y espera a que te responda. Ten paciencia.

Puedes mostrarle a tu bebé nuevas expresiones, ruidos, cosas para tocar y sentir y ver qué piensa tu bebé sobre esto.

Cuando jueguen juntos, deje que su hijo tome la iniciativa. Copie su juego e intente turnarse. Anime a su hijo a copiarle y muéstrelle el siguiente paso.

Los niños con síndrome de Down aprenden bien cuando se les muestran cosas y con mucha repetición.

¡También aprenden mejor cuando se divierten!



## Salud.

### **Estamos trabajando duro para mejorar la salud.**

En algunos lugares, las personas con síndrome de Down pueden acceder a la atención médica que necesitan.

En otros lugares, no reciben ningún tipo de atención sanitaria.

¡Esto no es justo!

El acceso a la atención sanitaria es un derecho humano.

Estamos trabajando en la promoción, la capacitación y los recursos para ayudar a mejorar los sistemas de atención médica para las personas con síndrome de Down.

Apoye nuestro trabajo: [www.ds-int.org/support-us](http://www.ds-int.org/support-us)

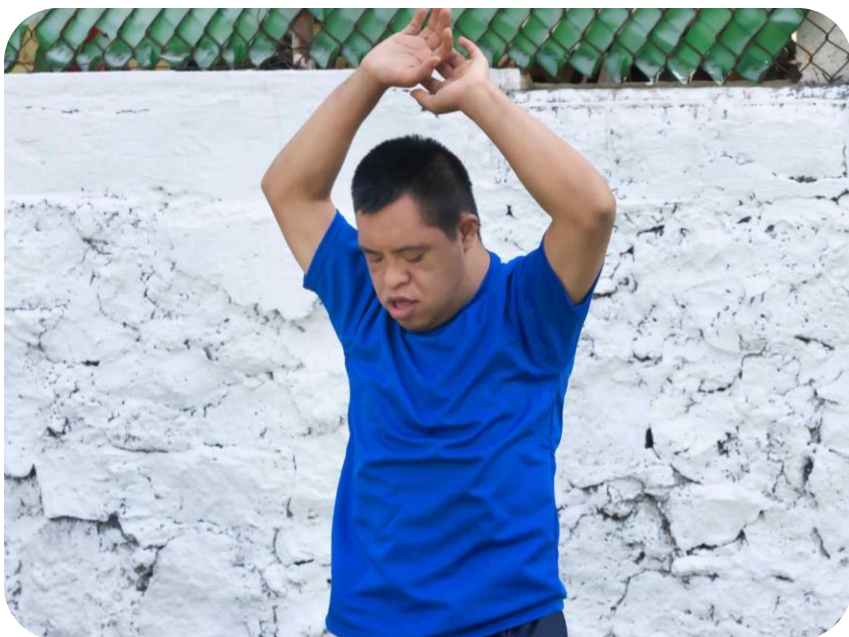


**DONAR**





## Salud.



Algunos problemas médicos son más comunes en personas con síndrome de Down.

En algunos países, a las personas con síndrome de Down se someterán a pruebas para detectar estos problemas como parte de su atención médica habitual.

Esto ayuda a los profesionales a encontrar y tratar cualquier problema que puedan tener lo antes posible.

En este espacio incluimos recomendaciones para realizar pruebas.

## Salud.



## Corazón.

Aproximadamente la mitad de los bebés que nacen con síndrome de Down tendrán un problema cardíaco. Menos de uno de cada cinco niños tiene un problema cardíaco grave.

Los niños con síndrome de Down deben someterse a una evaluación cardíaca formal que incluya un ecocardiograma en las primeras 6 semanas de vida para detectar problemas graves. Esto es recomendado por el Grupo de Interés Médico sobre el Síndrome de Down del Reino Unido.

Los problemas cardíacos son comunes en personas con síndrome de Down.

Las personas con síndrome de Down deben realizarse controles cardíacos periódicos para poder detectar y tratar cualquier problema lo antes posible.

Nuestro documento de consenso cardiología ayudará a los profesionales de la salud a dar una buena atención a las personas con síndrome de Down que tienen problemas cardíacos. Puede obtener más información en la página siguiente.



# Declaración de consenso cardíaco.

Trabajamos con expertos en corazón de todo el mundo para escribir un artículo sobre las afecciones cardíacas en personas con síndrome de Down.

El artículo ayudará a los profesionales de la salud a dar una buena atención a las personas con síndrome de Down que tienen problemas cardíacos.

Incluye las mejores prácticas en diagnóstico, tratamiento, seguimiento de por vida y prevención de complicaciones.

El artículo ha sido publicado en 'Circulation', una revista cardiovascular líder a nivel mundial.

Visita

[www.ahajournals.org/doi/epub/10.1161/CIRCULATIONAHA.122.059706](http://www.ahajournals.org/doi/epub/10.1161/CIRCULATIONAHA.122.059706)



Constantine et al. *Journal of Congenital Cardiology* (2021) 5:2  
https://doi.org/10.1186/s40949-020-00056-6

Journal of  
Congenital Cardiology

## REVIEW

## Open Access

### Cardiac disease in Down Syndrome: literature review and international expert consensus in collaboration with Down Syndrome International (DSi)

Andrew Constantine<sup>1,2</sup>, Robin Condiffe<sup>3</sup>, Paul Clift<sup>4</sup>, Robert Tulloh<sup>5</sup>, Katrijn Jansen<sup>6</sup>, Konstantinos Dimopoulos<sup>1,2\*</sup> and on behalf of the CHAMPION Steering Committee

#### Abstract

**Background:** Congenital heart disease is common in patients with Down syndrome, yet clinical recommendations relating to its diagnosis and management in this patient group are lacking.

**Main body:** We discuss the ongoing collaboration between an international panel of cardiovascular experts and expert stakeholders from Down Syndrome International, an international disabled people's organisation with membership of organisations and individuals from 136 countries worldwide. The aim of this collaboration is to describe best clinical practice, focusing on 10 key areas relating to Down syndrome and cardiac disease, from prenatal diagnosis to the care of patients in areas of differing resource availability.

**Conclusions:** The planned expert consensus statement on cardiac disease in people with Down syndrome aims to foster communication between experts, direct future research and inform future practice guidelines for the diagnosis and management of cardiovascular disease in people with Down syndrome.

**Keywords:** Down syndrome, Trisomy 21, Congenital heart disease, Epidemiology, Prenatal diagnosis, Cardiac surgery, Long-term outcomes, Healthcare resources

#### Introduction

Cardiovascular disease is one of the most common health problems in people with Down syndrome. Congenital heart disease (CHD) of various types complicates up to 50%, and there is a predisposition to the development of pulmonary hypertension and other acquired cardiovascular conditions as a result of related comorbidities such as obesity and sleep apnoea.[1, 2] Even though the impact of cardiovascular conditions on the

long-term outcome of people with Down syndrome is well-described,[3, 4] current Down syndrome-specific recommendations focus mainly on non-cardiovascular health. When cardiac disease is considered in clinical guidelines, the focus is on acquired cardiovascular conditions, e.g. lipid management, coronary artery and cerebrovascular disease, rather than on CHD.[5, 6] Furthermore, guidance for specialists who provide CHD-specific care to people with Down syndrome is lacking. Over recent decades, for better or worse, CHD management in people with Down syndrome has differed significantly to that of the general population, and between different countries and healthcare systems, and is a topic often neglected by the wider medical community. The

\* Correspondence: k.dimopoulos2@gmail.com

<sup>1</sup>Adult Congenital Heart Centre and National Centre for Pulmonary Hypertension, Royal Brompton Hospital, Royal Brompton and Harefield NHS Foundation Trust, 5th 6th Floor, London, UK

<sup>2</sup>National Heart and Lung Institute, Imperial College London, London, UK

Full list of author information is available at the end of the article



© The Author(s). 2021 **Open Access** This article is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License, which permits use, sharing, adaptation, distribution and reproduction in any medium or format, as long as you give appropriate credit to the original author(s) and the source, provide a link to the Creative Commons license, and indicate if changes were made. The images or other third party material in this article are included in the article's Creative Commons license, unless indicated otherwise in a credit line to the material. If material is not included in the article's Creative Commons license and your intended use is not permitted by statutory regulation or exceeds the permitted use, you will need to obtain permission directly from the copyright holder. To view a copy of this license, visit <http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>. The Creative Commons Public Domain Dedication waiver (<http://creativecommons.org/publicdomain/zero/1.0/>) applies to the data made available in this article, unless otherwise stated in a credit line to the data.





## Salud.



### Ojos.

Las personas con síndrome de Down tienen más probabilidades de tener problemas de visión, los mismos que cualquier persona podría tener.

Es importante realizar controles oculares periódicos para detectar y tratar cualquier problema que pueda tener lo antes posible. Esto minimizará los efectos del problema.

Las personas con síndrome de Down tienen una agudeza visual deficiente. Esto significa que lo que ven no es tan detallado ni tan claro como lo es para otras personas, incluso cuando llevan gafas.

Las personas con síndrome de Down se benefician al tener materiales impresos e imágenes grandes y llamativos.



## Salud.



### Orejas.

Muchos niños con síndrome de Down padecen otitis media serosa, una afección en la que la parte media del canal auditivo se llena de líquido. A menudo mejora a medida que los niños crecen, pero en algunas personas puede persistir. La otitis media serosa se puede tratar con pequeños tubos llamados drenajes timpánicos que se insertan en el tímpano.

Las personas con síndrome de Down también pueden tener hiperacusia. Hiperacusia significa ser muy sensible a los sonidos. Los sonidos que son normales para la mayoría de las personas pueden lastimarlas o molestarlas.

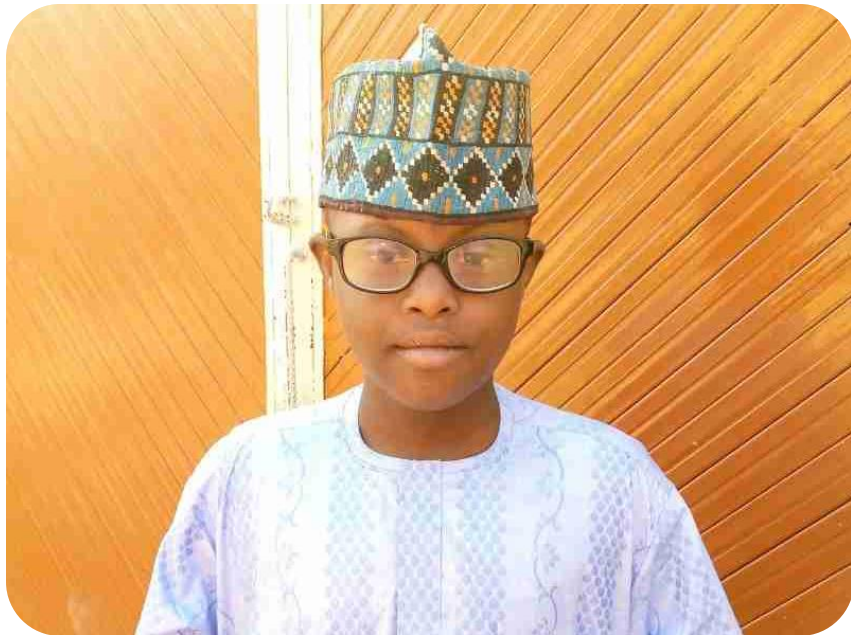
Si alguien tiene hiperacusia, debe consultar a un audiólogo. Un audiólogo es un médico que ayuda con los problemas de audición.

Es común que las personas con síndrome de Down comiencen a perder la audición a una edad más temprana que otras personas.

Los oídos y la audición deben revisarse todos los años para asegurarse de que se mantengan saludables.



# Salud.



## Tiroides.

Las personas con síndrome de Down tienen más probabilidades de tener problemas de tiroides.

Los análisis de sangre regulares ayudan a los médicos a detectar problemas de tiroides.

Los bebés con síndrome de Down necesitan un análisis de sangre en las primeras seis semanas. También necesitan otro análisis de sangre cuando cumplen un año.

Las personas con síndrome de Down deben hacerse un análisis de sangre cada dos años.

## Enfermedad celíaca.

La enfermedad celíaca significa que el cuerpo no puede asimilar ciertas partes de los alimentos. Esta afección es más común en personas con síndrome de Down.

Para sentirse mejor, es necesario consumir alimentos sin gluten. Un dietista puede ayudarle con esto.





# Salud.



## Inestabilidad del cuello.

Las articulaciones en la parte superior de la columna y la base del cráneo nos ayudan a mover la cabeza.

Las personas con síndrome de Down tienen ligamentos más elásticos, lo que significa que sus articulaciones pueden ser sueltas y flexibles.

Las articulaciones flojas pueden provocar que los huesos de la columna se deslicen. Si un hueso se desliza demasiado, puede presionar los nervios.

Este deslizamiento puede ocurrir de forma lenta o repentinamente, como en el caso de una lesión por latigazo cervical, y puede causar problemas si no se trata.

Si un médico considera que existe inestabilidad en el cuello, enviara la persona a un especialista, que podría ser un cirujano ortopédico o un neurocirujano de columna.



# Salud.



## **Bienestar emocional.**

Muchas personas con síndrome de Down se sienten felices y no muestran signos de mala salud mental.

Pero algunas cosas pueden hacer que las personas con síndrome de Down tengan más probabilidades de tener problemas de salud mental.

Sus cuerpos pueden ser diferentes y el estrés diario puede ser más difícil para ellos.

Estas diferencias y tensiones pueden provocar problemas de humor, emocionales y de otros tipos de salud mental.



## Salud infantil.



### **Dormir.**

Los niños con síndrome de Down a menudo tienen problemas para dormir.

Estos problemas pueden deberse a problemas de comportamiento o físicos.

Un problema físico se denomina respiración alterada durante el sueño, en el que la respiración se detiene y se reanuda durante el sueño. Esto también se conoce como apnea del sueño .

Un especialista debe evaluar los problemas de sueño para encontrar la causa.





## Salud infantil.



### Epilepsia.

Los espasmos epilépticos ocurren en aproximadamente el 5% de los niños con síndrome de Down. Suelen comenzar cuando el niño tiene entre 3 y 6 meses de edad. No se producen después de los 12 meses.

Los signos de espasmos incluyen que el niño mueva la cabeza hacia adelante. Los brazos o las piernas también pueden moverse rápidamente y el niño podría estar molesto.

Los movimientos son muy breves, duran menos de un segundo y pueden ocurrir en grupos, a menudo después de que el niño se despierta.

Si cree que su hijo tiene espasmos, debe hablar con un profesional médico lo antes posible.



## Salud del adulto.



### Salud sexual.

Las personas con discapacidad intelectual necesitan amar y ser amadas como cualquier otra persona.

Las personas deberían ser capaces de expresar su sexualidad de la manera que sea adecuada para ellos. Esto significa que puedan elegir cómo mostrar su amor y sus sentimientos.

Es importante mantener seguros a los niños, los jóvenes y adultos. Esto no debería impedirles tener una vida plena. Necesitan tener el control y tomar sus propias decisiones.



## Salud del adulto.



### Depresión.

Las personas con síndrome de Down pueden sufrir depresión como cualquier otra persona. Los efectos de la depresión son los mismos para todos.

Si se siente deprimido, es importante que pida ayuda. Tener síndrome de Down no significa que deba sentirse triste.

Tenga paciencia consigo mismo o con otras personas que padecen depresión.

La depresión es una enfermedad y la mayoría de las personas mejoran con tratamiento y apoyo.

Recuerde que obtener ayuda y apoyo puede marcar una gran diferencia. No está solo y las cosas pueden mejorar.





## Salud del adulto.



### Enfermedad de Alzheimer y demencia.

La enfermedad de Alzheimer hace que las personas olviden cosas. También puede hacer sea difícil pensar y hablar con claridad.

Las personas con síndrome de Down pueden contraer la enfermedad de Alzheimer a una edad más temprana que otras. Podrían contraerlo de 30 o 40 años antes.

Es común que las personas con síndrome de Down y demencia sufran convulsiones. Las convulsiones pueden ser el primer signo de demencia.

Si la persona ya tiene convulsiones, podría cambiar. La cantidad, el tipo o la intensidad de las convulsiones pueden ser diferentes.

Es importante estar atento a estos cambios. Esto ayuda a los médicos a dar la atención adecuada.



## Educación.

### **Estamos trabajando duro para mejorar la educación.**

Muchos niños con síndrome de Down no reciben la ayuda que necesitan para aprender.

Algunos niños con síndrome de Down son enviados a escuelas especiales.

Algunos niños con síndrome de Down no van a la escuela en absoluto.

Esto no es justo.

Queremos que todos los niños reciban una buena educación, incluidos los niños con síndrome de Down.

Estamos trabajando en la promoción, la capacitación y los recursos para ayudar a mejorar los sistemas educativos para las personas con síndrome de Down.

Apoye nuestro trabajo:  
[www.ds-int.org/support-us](http://www.ds-int.org/support-us)



**DONAR**





## Educación.



En el pasado, los niños con síndrome de Down no iban a las escuelas regulares ni participaban en actividades sociales junto con otros niños.

Este sigue siendo el caso en muchas lugares.

Algunos niños con síndrome de Down son enviados a escuelas especiales. Otros niños con síndrome de Down no asisten a la escuela.

Ahora sabemos que los niños con síndrome de Down aprenden igual de bien, o si no mejor, al ser incluido en las escuelas y actividades comunes.

Todos los niños deberían tener las mismas oportunidades de aprender que los demás niños. Deberían recibir ayuda adicional para aprender si la necesitan.

Los niños también necesitan oportunidades para hacer amigos y explorar cosas que les interesen.

Esta es educación inclusiva.





## Educación.



Estar en una escuela convencional les da a los niños con síndrome de Down la oportunidad de aprender de sus compañeros con un desarrollo típico y desarrollar habilidades sociales apropiadas para su edad.

También podrán hacerse amigos de los niños que verán fuera de la escuela en su comunidad local.

Para otros niños, aprender junto a un niño con síndrome de Down les enseña sobre la diversidad y la inclusión. Se vuelven más tolerantes y pacientes. Aprenden que todos tienen algo que ofrecer.



## Educación.



### **Perfil de aprendizaje de una persona con síndrome de Down.**

Los niños con síndrome de Down aprenden nuevas habilidades más lentamente que otros niños, por ejemplo, habilidades motoras, habilidades sociales, habilidades de comunicación, habilidades cognitivas y habilidades de autoayuda.

Cada niño tiene su propia combinación de puntos fuertes y débiles. La velocidad de aprendizaje de las distintas habilidades varía entre los niños con síndrome de Down, al igual que ocurre con otros niños.

Esta combinación se denomina perfil de aprendizaje y muestra en qué son buenos y qué les resulta difícil.

Al reconocer el perfil de aprendizaje de cada niño, podemos utilizar las mejores estrategias para ayudarlos a aprender nuevas habilidades y ser incluidos en la escuela.



## Educación.



### **Cosas en la que los niños con síndrome de Down son buenos:**

- Aprender mirando y siendo conscientes de lo que hay en su alrededor.
- Aprender y usar señales y gestos.
- Aprender a leer y escribir.
- Aprender a partir de imágenes y actividades prácticas.
- Comunicarse y estar con otras personas.
- Aprender comportamientos y actitudes de otras personas.
- Siguiendo una estructura y rutina familiar.





## Educación.



### **Cosas que a los niños con síndrome de Down les suelen resultar más difíciles:**

- Es mas probable que tengan problemas de vista y audición.
- Las habilidades motoras tardan más en desarrollarse.
- Las habilidades del habla y el lenguaje tardan más en aprenderse
- Recordar y procesar información o instrucciones.
- Concentrarse durante largos periodos de tiempo.
- Usar algo que han aprendido para resolver un problema diferente.
- Es posible que intenten evitar hacer cosas que les resulten difíciles.



## Educación.



### **Apoyo extra en la escuela.**

La mayoría de los niños con síndrome de Down necesitan ayuda adicional en la escuela. Los recursos escolares habituales a menudo no son suficientes para ellos.

En algunos lugares, las autoridades locales comprueban las necesidades de cada niño con discapacidad intelectual. Escriben un documento sobre estas necesidades y les dicen a las escuelas lo que deben hacer para satisfacer las necesidades de cada niño

La escuela puede utilizar una enseñanza mas visual o dar un trabajo más sencillo sobre el mismo tema. Esto ayuda a los niños con discapacidad intelectual a comprender mejor.



## Directrices internacionales para la educación de estudiantes con síndrome de Down.

Trabajamos con profesores y expertos en educación para escribir estas pautas.

Si seguimos estas pautas, todos podemos aprender mejor, los profesores pueden enseñar mejor y los administradores pueden gestionar mejor las escuelas.

Esto ayuda a que los estudiantes con síndrome de Down tengan una buena educación.

Lea las directrices en [www.ds-int.org/education-guidelines](http://www.ds-int.org/education-guidelines)







## Empleo.

### **Estamos trabajando duro para mejorar el empleo.**

El empleo inclusivo significa que todos tienen la oportunidad de trabajar juntos en los mismos trabajos.

Deben recibir un trato justo, con los mismos derechos, normas y remuneración como los demás.

Deben recibir apoyo y capacitación para desarrollar sus habilidades y tener éxito.

Estamos trabajando en la promoción, la capacitación y los recursos para ayudar a mejorar los sistemas de empleo para las personas con síndrome de Down.

Apoye nuestro trabajo: [www.ds-int.org/support-us](http://www.ds-int.org/support-us)



**DONAR**



## Empleo.



Tener un trabajo puede mejorar la vida de muchas maneras, no sólo ganando dinero.

El trabajo puede ayudar a las personas a sentirse bien consigo mismas, a ser más independientes y sentirse parte de un grupo.

También ayuda a las personas a hacer nuevos amigos y encontrar nuevos pasatiempos.

## Soporte local.

Nuestros miembros pueden orientarle sobre el soporte disponible en su país.

Encuentre los datos de contacto de los miembros de nuestra red en nuestro sitio web en [www.ds-int.org/contact-us](http://www.ds-int.org/contact-us)



## Empleo.



### **Beneficios para empresas y organizaciones .**

Los estudios han demostrado que las personas con síndrome de Down son buenos trabajadores y a menudo permanecen en sus trabajos más tiempo que otros trabajadores.

Ayudan a hacer del lugar de trabajo un lugar más feliz. También hacen que sus compañeros de trabajo se sientan mejor.

Esto hace que todo el espacio de trabajo sea más agradable. Todos se sienten bien y trabajan bien juntos.

Por eso, las personas con síndrome de Down son importantes para las empresas.





# Empleo.



## Barreras al empleo.

Las personas con síndrome de Down a menudo se enfrentan a ideas equivocados sobre ellas, ideas que pueden impedirles conseguir trabajo.

Algunas personas piensan que no pueden hacer el trabajo, incluso si pueden.. Esto hace que sea difícil ser contratados.

Es posible que los empleadores ni siquiera consideren contratar a alguien con síndrome de Down porque no creen que pueda hacer el trabajo.

No tener suficiente educación también puede ser un problema. Sin la formación adecuada, es difícil encontrar trabajo.

Es posible que las personas con síndrome de Down no tengan las habilidades necesarias para algunos trabajos. Esto hace que sea aún más difícil ser contratado.

Necesitamos cambiar estas ideas erróneas y ayudar con la formación. Esto facilitará que las personas con síndrome de Down encuentren trabajo.



## Empleo.



### Soporte y formación.

Algunas organizaciones tienen programas para ayudar a las personas con síndrome de Down y discapacidades de aprendizaje a conseguir buenos trabajos.

También enseñan a los empleadores y a otros trabajadores. Esto les ayuda a sentirse más seguros a la hora de contratar a personas con síndrome de Down.

Esta enseñanza también ayuda a cambiar ideas equivocados sobre las personas con síndrome de Down.

Al final, toda la empresa se vuelve más inclusiva para todos.

### Soporte local.

Nuestros miembros pueden orientarle sobre el soporte disponible en su país.

Encuentre los datos de contacto de los miembros de nuestra red en nuestro sitio web en [www.ds-int.org/contact-us](http://www.ds-int.org/contact-us)



## Estudio de caso de empleo inclusivo.



Publicamos un estudio de caso sobre las mejores prácticas en el empleo inclusivo de personas con discapacidad intelectual en Bangladesh.

El estudio de caso ofrece recomendaciones para que el Gobierno de Bangladesh y los empleadores hagan entornos de trabajo inclusivos para las personas con discapacidad intelectual y todos los demás empleados.

El estudio de caso puede ser utilizado por los gobiernos de todo el mundo para hacer que los lugares de trabajo sean más inclusivos.

Lea el estudio de caso en [ds-int.org/inclusive-employment-case-study](https://ds-int.org/inclusive-employment-case-study)







## Defensa y derechos humanos.

### **Apoyamos a los autodefensores para que defiendan sus derechos.**

Las personas con síndrome de Down a menudo no pueden tomar decisiones sobre sus propias vidas.

Otros toman decisiones por ellos sin preguntarles qué quieren o piensan.

Esto significa que a menudo no se respetan sus derechos.

Creemos que todos deberían tener voz y voto en las decisiones que les afectan.

Apoye nuestro trabajo: [www.ds-int.org/support-us](http://www.ds-int.org/support-us)



**DONAR**





# Defensa y derechos humanos.



## ¿Qué son los derechos humanos?

Los derechos humanos son los derechos y libertades fundamentales que pertenecen a todas las personas del mundo, desde el nacimiento hasta la muerte . Se aplican independientemente de dónde seas, de lo que creas o cómo elijas vivir tu vida .

Las personas con síndrome de Down tienen los mismos derechos humanos que todos los demás.

Los derechos humanos nunca se pueden quitar, aunque a veces pueden ser restringidos, por ejemplo, si una persona infringe la ley o en interés de la seguridad nacional.

Estos derechos básicos se basan en valores compartidos como la dignidad, la justicia, la igualdad, el respeto y la independencia. Estos valores están definidos y protegidos por la ley.



# Defensa y derechos humanos.



Convention on the  
Rights of  
Persons with  
Disabilities

## Convención sobre los derechos de las personas con discapacidad .

La Convención de las Naciones Unidas sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad ( a veces llamada “CDPD”) es un acuerdo internacional sobre los derechos de las personas con discapacidad.

La CDPD se creó porque las personas con discapacidades no estaban recibiendo sus derechos humanos. Estaban siendo tratadas injustamente.

La CDPD indica a los países qué deben hacer para ayudar a las personas con discapacidad. Los países que la firman deben seguir estas normas.

Siga este enlace para obtener más información sobre la CDPD:

<https://ds-int.org/la-convencion-sobre-los-derechos-de-las-personas-con-discapacidad/>





# Defensa y derechos humanos.



## Autodefensa.

La autodefensa significa hablar por ti mismo y lo que te importa. Se trata de decir lo que quieres y necesitas, y compartir tus pensamientos y sentimientos.

La autodefensa también significa conocer tus derechos y tomar decisiones sobre tu vida. Todavía puedes pedir ayuda, pero tú decides lo que sucede.

Ser un autodefensor significa que eres responsable de tus decisiones. Aprende a manejar los resultados de tus decisiones.

Esto te ayuda a vivir una vida más independiente y feliz.

Cuando puedes hablar por ti mismo, puedes tomar mejores decisiones para tu vida.

Las personas con síndrome de Down podrían necesitar ayuda para hablar por sí mismas.



# Defensa y derechos humanos.



## Defensa.

La defensa significa hablar por otra persona. Puede ayudar a solucionar problemas, obtener apoyo o cambiar las normas que afectan a las personas con síndrome de Down.

La defensa es importante para proteger los derechos de las personas con síndrome de Down.

Les ayuda a tener las mismas oportunidades que los demás y a ser tratados con respeto.

Las personas y los grupos pueden ser defensores de aquellos con síndrome de Down. Trabajan para asegurarse de que sus voces sean escuchadas y sus necesidades satisfechas.

Nuestra red trabaja con defensores de todo el mundo compartiendo conocimientos, consejos y apoyo.

Juntos abogamos por los derechos de las personas con síndrome de Down.



## Participación inclusiva.

**Estamos trabajando duro para ayudar a las organizaciones a trabajar de forma más inclusiva.**

Las organizaciones deben incluir a las personas con discapacidad en todo lo que hacen.

El problema es que muchas personas con discapacidad intelectual no están incluidas de una manera significativa.

Se enfrentan a barreras que les impiden tener roles clave

Estamos trabajando en la Defensa y en formación y recursos para ayudar a las organizaciones a incluir a personas con síndrome de Down y discapacidades intelectuales.

Apoye nuestro trabajo: [www.ds-int.org/support-us](http://www.ds-int.org/support-us)



**DONAR**





# Participación inclusiva.



## ¿Qué es la participación inclusiva?

La participación inclusiva significa que todos pueden participar.

Significa que todos están incluidos de una manera significativa y todos son valorados.

Para que participación inclusiva ocurra, se deben eliminar las barreras:

- La información debe proporcionarse de una manera que todos puedan comprender.
- Todos deben poder compartir ideas, experiencias y conocimientos como todos los demás.
- Cada uno debe tener el tiempo y los ajustes necesarios para participar.



## Las directrices de Escuchar Incluir Respetar.



**LISTEN  
INCLUDE  
RESPECT**

International Guidelines  
for Inclusive Participation

Estamos trabajando con Inclusion International para desarrollar directrices internacionales para que las organizaciones puedan hacer que su trabajo sea inclusivo.

Las directrices ayudan a las organizaciones a comprender lo que deben hacer para asegurarse de que las personas con discapacidades intelectuales se incluyan en su trabajo.

Visite el sitio web de Listen Include Respect para obtener más información: [www.listenincluderespect.com](http://www.listenincluderespect.com)





## Investigación.

La investigación sobre el síndrome de Down está en curso en muchos campos.

Nuestra red trabaja con grupos de investigación de todo el mundo para mejorar el conocimiento del síndrome de Down.

Nuestro papel es hablar en nombre de la comunidad mundial del síndrome de Down y compartir actualizaciones clave con la comunidad.

Apoye nuestro trabajo: [www.ds-int.org/support-us](http://www.ds-int.org/support-us)



**DONAR**