

---

Síndrome de Down, ¡siempre adelante!

### *Día Mundial del Síndrome de Down*



En diciembre de 2011, la Asamblea General de la ONU designó el 21 de marzo **Día Mundial del Síndrome de Down**. Su objetivo es aumentar la conciencia pública sobre el tema. Y recordar la dignidad inherente, la valía y las valiosas contribuciones de las personas con discapacidad intelectual en sus comunidades. Asimismo, quiere resaltar la importancia de su autonomía e independencia individual. En particular la libertad de tomar sus propias decisiones. Más información en [web Naciones Unidas](#).

Recientemente, la Comisión Europea ha presentado una nueva estrategia que se basa en su predecesora, la [Estrategia Europea sobre Discapacidad 2010-2020](#). Las personas con discapacidad participarán en el diálogo y en el proceso de aplicación de la [Estrategia sobre los derechos de las personas con discapacidad 2021-2030](#). (descargable [en inglés en PDF](#)) Para ello, se creará una Plataforma sobre discapacidad. Si quieres conocer las iniciativas clave de esta estrategia [lee esta noticia de Down España](#).

Este año la [celebración del día mundial del SD \(WDSO\)](#) será un poco distinta por la situación pandémica pero como todos los años será una [oportunidad única de conectarse \(#CONECTAR\)](#) y participar. Busca los [eventos virtuales](#) y [en redes sociales \(#WorldDownSyndromeDay, #LotsOfSocks y #CONNECT\)](#).

### **¿Queréis saber qué es el Síndrome de Down?**

El Síndrome de Down (SD) también se conoce como *trisomía 21*. Son personas que tienen tres cromosomas en el par 21 en lugar de los dos que existen habitualmente. Se debe a la aparición de un cromosoma 21 extra de forma completa o parcial. En el 95% de los casos, la trisomía 21 es "libre": el cromosoma adicional se debe a la no-disyunción accidental durante la meiosis. En el 2-3% de esos casos está en mosaico y en el 5% restante, el cromosoma supernumerario 21 o una porción del cromosoma 21 se transloca a otro cromosoma.

**Es la alteración genética humana más común. Y la principal causa de discapacidad intelectual.**

Aparece en todas las etnias y países. Su **incidencia es de 1 por cada 600-700 concepciones en el mundo**. Se produce de forma natural y espontánea. No se ha encontrado una causa aparente sobre la que se pueda actuar. La incidencia aumenta con la edad materna, sobre todo a partir de los 35 años. La edad es el único factor de riesgo demostrado. Aun así, puede aparecer a cualquier edad materna. De forma excepcional (1% de los casos), se produce por herencia de los progenitores.

### **¿Y cómo son?**

Tienen discapacidad intelectual variable y a menudo leve, hipotonía muscular casi constante y laxitud articular. Se asocian a menudo con rasgos morfológicos, malformaciones y riesgo de complicaciones. Las características morfológicas son: fisuras palpebrales ascendentes, epicanto, cuello plano, cara redondeada, nariz pequeña, pliegue palmar único bilateral. Estos signos pueden ser leves y no constituyen un signo distintivo de la afección.

Las personas con SD pueden asociar [algunas patologías](#) con mayor frecuencia: Entre ellas, destacan las cardiopatías congénitas, pérdida de audición, patología osteoarticular, alteraciones endocrinas, alteraciones de la inmunidad, etc.

**En la web Familia y Salud queremos ayudar a que conozcáis este síndrome, lo comprendáis y los apoyéis en toda su dimensión. Para las familias de estos peques y para cualquier persona con interés.**

**Para ello disponéis [información](#) en estos enlaces y artículos. ¿Os animáis a saber un poco más sobre el tema?**

- Sobre los [métodos diagnósticos](#) prenatales y postnatales.
- Las [patologías que pueden asociar](#) con mayor frecuencia
- [¿Qué podemos esperar de un niño con síndrome de Down?](#)
- [Síndrome de Down y escuela. Lo normal es ser diferentes.](#)
- [Consejo genético](#)

### **ENLACES INTERESANTES**

- [ASOCIACIÓN DOWN ESPAÑA:](#)
- [Mi hijo con Síndrome de Down](#). Web desarrollada para familias que esperan un hijo con Síndrome de Down o que acaban de tenerlo. Mi hijo Down tiene la [sección especial dedicada a los hermanos](#) de personas con SD. Les informa y ayuda a asumir su rol.
- [Ha nacido un bebé con síndrome de Down - Guía para profesionales.](#)
- [Programa español de Salud para Personas con Síndrome de Down](#)
- [PREVINFAD: Actividades preventivas en niños con síndrome de Down](#)
- [Programa de salud infantil \(PSI\): Actividades preventivas en niños con síndrome de Down](#)
- [Comité Asesor Vacunas AEP: Vacunación en niños con enfermedades crónicas](#) y artículo [Vacunaciones en el niño con Síndrome de Down](#)

### **RECURSOS**

- [Aplicaciones](#) >> [Problemas del desarrollo y aprendizaje](#)
  - [H@z TIC 2](#) - La pizarra digital y el aprendizaje cooperativo en el aula con alumnos con síndrome de Down. Proyecto de DOWN ESPAÑA desarrollado con la colaboración del Ministerio de Educación, Cultura y Deporte con el objetivo de analizar experiencias educativas del aprendizaje cooperativo a través del uso de pizarras digitales en las aulas.
  - [Pictogramas.es](#). Aplicación diseñada para potenciar la comunicación. Para profesionales, familiares y amigos de personas con Autismo, Disfasia, Síndrome de Down....
  - [Palabras especiales](#). Enseña a reconocer palabras escritas, con imágenes y sonidos.
- [Vídeos](#)
  - [Tener un hijo con Síndrome de Down \(YouTube\)](#). Recibir la noticia de que tu hijo tiene SD resulta duro, y en este momento alivia recibir la información adecuada, sobre todo por padres que han pasado por tu misma situación.
  - ['Playa y Montaña'](#), historia de superación en enfermedades raras. Fundación MEHUER
- [Buscadores de apps](#)
  - [Friendship Circle App Review](#). Web para encontrar referencias de aplicaciones para niños y adolescentes con necesidades educativas especiales
- [Familias que leen: Cuentos para Educar y Crecer](#) » [Discapacidad y Enfermedades Raras](#)
  - [Downtown](#): el primer cómic protagonizado por niños con síndrome de Down.
  - [Para disfrutar de la lectura poco importa la discapacidad](#)
- [Salud y Escuela](#). Documentos útiles.
  - [Guía 'Términos Clave para la Educación Inclusiva'](#)

*Equipo Editorial Familia y Salud*

---

**Fecha de publicación:** 27-02-2021

---