



¿Qué es el síndrome de Down?

El síndrome de Down es una alteración genética que se produce por la presencia de un cromosoma extra o de una parte de él. Las células del cuerpo humano tienen 46 cromosomas distribuidos en 23 pares. Las personas con síndrome de Down tienen tres cromosomas en el par 21, en vez de los dos que existen habitualmente. Por eso, este síndrome también es conocido como trisomía 21.

¿Existen diferentes grados?

No existen grados del síndrome de Down. Aunque el efecto que esta alteración produce en cada persona es muy variable, las personas con síndrome muestran algunas características comunes pero cada una de ellas es singular, con apariencia, personalidad y habilidades únicas. Su discapacidad es solo una característica más.

¿Se puede curar?

El síndrome de Down no es una enfermedad, por lo que no se puede curar ni precisa tratamiento. La salud de las personas con síndrome de Down puede ser igual que la de cualquier otra persona. Con todo, también hay gente con síndrome de Down que tiene patologías asociadas a la alteración genética: cardiopatías congénitas, hipertensión pulmonar, problemas auditivos o visuales...

¿Cuál es la causa?

No se sabe el porqué de la alteración cromosómica, por lo que el síndrome de Down no se puede prevenir.

¿Cuál es la incidencia en la población?

El síndrome de Down se produce en todas las etnias y grupos socioeconómicos, con una incidencia de un nacimiento por cada 600-700 concepciones. Alrededor del 30-40% de las personas con discapacidad intelectual tienen síndrome de Down.

¿Cuál es la esperanza de vida de las personas con síndrome de Down?

Las personas con síndrome de Down envejecen de forma acelerada, presentando rasgos típicos de la población envejecida a partir de los 40-45 años. Sin embargo, su esperanza de vida fue aumentando en las últimas décadas, situándose alrededor de los 60 años. Esto viene derivado del estudio de la realidad y necesidades del colectivo, mejorando mucho su calidad de vida.

¿Pueden desarrollar su vida las personas con síndrome de Down?

Sí, las personas con síndrome de Down pueden estudiar, llegar a ser autónomas e incluso vivir de manera independiente con el sustento de su trabajo. Para eso necesitan del apoyo de su entorno desde la infancia, contando con sesiones de atención temprana, una educación lo más inclusiva posible, así como un desarrollo en la vida adulta que fomente su autonomía e inclusión sociolaboral.

¿Cómo trato a una persona con síndrome de Down?

Como a cualquier otra persona, de acuerdo con su edad. Solo hay que tener en cuenta que, a veces, necesitan más tiempo para comprender lo que estamos diciendo o que lo expliquemos de otro modo.

"Mucho de lo que piensan de nosotros son mitos"

"Dicen que apenas hablamos, pero podemos hablar... y mucho! Solo necesitamos algo más de tiempo"

"Eso de que no podemos estudiar no es cierto, con apoyo en el colegio podemos hacer la ESO, una FP..."

"Por supuesto trabajamos en empresas y en la administración, pero necesitamos oportunidades y algunos apoyos"

"Eso de que me toquen y den abrazos no me gusta. Soy adulta, no una niña. Hay que ver que tod@s somos diferentes"

"No padezco ninguna enfermedad ni necesito nada para curarme, solo tengo síndrome de Down"

"No me gusta que me ignoren en una conversación o en una actividad, soy una persona más ¡Cuenta conmigo!"



La importancia de las palabras

Los avances sociales que ha alcanzado el colectivo en las últimas décadas no siempre han estado acompañados de un cambio en el lenguaje que ayudase a eliminar prejuicios y barreras.

Solucionar esta situación está en la mano de cada una y cada uno de nosotros!

Sí, por favor	No, gracias
Persona con síndrome de Down Persona con trisomía 21	Mongol/a Mongólico/a
Persona con discapacidad intelectual Persona con diversidad funcional	Deficiente Subnormal Retrasado/a mental Disminuído/a Anormal
Persona con discapacidad	Discapacitado/a Minusválido/a Inválido/a Impedido/a Incapacitado/a Inútil
Personas que 'tienen', 'presentan', 'manifestan', síndrome de Down	Personas que 'sufren' 'padecen', 'están afectadas', 'son víctimas', del síndrome de Down
Persona sin discapacidad	Persona normal
Inclusión Participación	Normalización

FEDERACIÓN DOWN GALICIA

981 58 11 67
downgalicia.org
downgalicia@downgalicia.org

ENTIDADES DE LA FEDERACIÓN

Down Vigo
986 20 16 56
downvigo.org

Down Pontevedra "Xuntos"
986 86 55 38
downxuntos.org

Down Ourense
988 37 03 13
downourense.org

Down Lugo
982 24 09 21
downlugo.org

Down Compostela
981 56 34 34
downcompostela.org

Down Coruña
981 26 33 88
downcoruna.org

"Teima" Down Ferrol
981 32 22 30
teimadownferrol.org

Subvencionado por XUNTA DE GALICIA | CONSELLERÍA DE POLÍTICA SOCIAL E XUVENTUDE