



## Welcome

El folleto «Síndrome de Down: Guía para los padres sobre la atención médica» forma parte de una serie de folletos diseñados para ayudarle a adquirir mayor conocimiento acerca de las necesidades médicas generales de los bebés, niños y adolescentes con síndrome de Down. Cada folleto de esta serie lo guiará por las recomendaciones médicas hechas de acuerdo a la edad de los niños con síndrome de Down para que usted pueda colaborar de la mejor manera con el médico de su hijo.

### Siempre...

- Mencíonele al médico de cabecera cualquier inquietud que tenga acerca de su hijo.
- También, dígame al médico qué medicamentos o remedios caseros está tomando su hijo.
- Dígame al médico de inmediato si nota cualquiera de lo siguiente: la forma en que su hijo camina y utiliza los brazos o las manos; alteración de la micción; cualquier debilidad; dolor de cuello o inclinación de la cabeza.
- Dígame al médico de su hijo si éste presenta respiración fatigosa, ronca, duerme en posiciones anormales, se despierta frecuentemente durante la noche, está somnoliento durante el día, tiene pausas en la respiración y problemas de conducta. Estos pueden ser indicios de otros problemas de salud.

## SERVICIOS DE APOYO

**Break the Barriers**  
www.breakthebarriers.org  
(559) 432-6292

**Central Valley Regional Center (CVRC)**  
www.cvrc.org  
4615 N. Marty Ave.  
Fresno, CA 93722  
Fresno: (559) 276-4300  
Merced: (209) 723-4245

**CITI Kids**  
965 N. Sunnyside Ave., #24  
Clovis, CA 93611  
(559) 327-8450

**Down Syndrome Association of Central California (DSACC)**  
www.dsacc.org  
1491 W. Shaw Ave.  
Fresno, CA 93711  
(559) 228-0411

**Exceptional Parents Unlimited Children's Center**  
www.epuchildren.org  
4440 N. First St.  
Fresno, CA 93726  
(559) 229-2000

**National Down Syndrome Congress**  
www.ndsccenter.org  
(800) 232-6372

Healthcare Website:  
www.ds-health.com

**National Down Syndrome Society**  
www.ndss.org  
(800) 221-4602

**Parenting Network – Visalia Family Resource Center**  
1900 N. Dinuba Blvd., Suite C  
Visalia, CA 93291  
(559) 625-0384

**Valley Children's Hospital – Family Resource Center**  
(559) 353-6178

Basado en la guía clínica de:  
**the American Academy of Pediatrics and the National Down Syndrome Society. Guidelines**

"Health Supervision for Children with Down Syndrome." *Pediatrics* (Vol. 128, No. 2, August 1, 2011, pp. 393-406)

"Down Syndrome Health Care Guidelines." National Down Syndrome Society



# SÍNDROME DE DOWN

Guía para los padres acerca de la atención médica



ADOLESCENTES de 13 a 21 años



# RECOMENDACIONES SANITARIAS

ADOLESCENTES de 13 a 21 años

## El crecimiento de los adolescentes

Los niños con síndrome de Down normalmente son más bajos que otros niños de su mismo grupo de edad. También tienen un mayor riesgo de llegar a ser obesos. Pídale al médico que le explique la curva de crecimiento del adolescente en cada consulta. Si están disponibles, se deberá utilizar curvas del crecimiento específicas al síndrome de Down. Se recomienda una consulta con un especialista en nutrición para los adolescentes obesos.

**SÍNDROME DE DOWN  
¡SOMOS MÁS PARECIDOS QUE  
DIFERENTES!**

## Salud gastrointestinal

Siga observando si el adolescente presenta estreñimiento, diarrea, exceso de gases, distensión abdominal, inapetencia, dolor abdominal o adelgazamiento.

## Salud cardíaca

Si se sabe que el adolescente padece una condición cardíaca, el médico seguirá observándolo por si se presentan indicios de insuficiencia cardíaca. El cardiólogo de su hijo (el especialista del corazón) recomendará si se necesitan antibióticos o no antes de cualquier procedimiento médico o dental.

## Análisis de sangre para determinar la presencia de anemia por deficiencia de hierro

Será necesario seguir haciendo análisis anualmente para determinar la presencia de anemia. Este puede consistir en un pinchazo en el dedo para obtener una muestra de sangre. Si hay indicios de anemia, el médico realizará análisis sanguíneos complementarios.

## Análisis de sangre para pruebas funcionales tiroideas

Las personas con síndrome de Down también tienen un mayor riesgo de padecer enfermedad tiroidea. Será necesario realizar

pruebas funcionales tiroideas una vez al año en este grupo de edad, o más pronto si se presentan indicios o síntomas adicionales. Hable con el médico de su hijo sobre los indicios de enfermedades tiroideas.

## Audición

Se deberán realizar exámenes auditivos una vez al año. En caso de que cualquier examen de audición resulte anormal, deberá hacerse una remisión al especialista de oídos, nariz y garganta (otorrinolaringólogo).

## Oídos, nariz, garganta y pulmones

Las infecciones del aparato respiratorio (infecciones de los oídos, senos paranasales, nariz, garganta y pulmones), así como también el apnea del sueño, son más frecuentes en las personas con síndrome de Down. Siga observando a su hijo por si se presentan indicios de apnea del sueño.

## Ojos

Todos los adolescentes necesitarán hacerse un examen ocular cada tres años, o más pronto si surgen problemas, con un oftalmólogo pediátrico (médico de los ojos) o con un oftalmólogo que esté familiarizado con los problemas de salud de los adolescentes con síndrome de Down,

## Desarrollo

Es posible que el adolescente haya estado recibiendo terapias adicionales para cualquier retraso confirmado del desarrollo. Siga con las terapias, si es aconsejable. Este también es el momento de hablar con el médico del adolescente acerca de



los cambios puberales, sociales, psicológicos y conductuales, relacionados con la adolescencia.

## Higiene dental

La continuidad de los cuidados dentales periódicos es muy importante. Haga que el joven cumpla con algunas reglas básicas de higiene personal que no se pueden negociar, tales como bañarse con regularidad y la higiene dental diaria.

## Apoyo para los padres y la familia

La crianza de un adolescente no es fácil, aun en las mejores circunstancias. El criar a un adolescente con síndrome de Down conlleva mayores dificultades. Es importante saber que el joven tendrá las mismas necesidades y deseos que sus amigos adolescentes en relación con el desarrollo sexual y social. Siga en contacto con grupos locales de apoyo y con otros padres a medida que su hijo empiece la transición a la adolescencia y la edad adulta.

## Vacunas

Las personas con síndrome de Down necesitan recibir periódicamente todas las vacunas necesarias, así como la vacuna contra la gripe estacional, a menos que haya contraindicaciones específicas.

## Seguridad, transición a la edad adulta e independencia

Varias personas con síndrome de Down son bastante independientes de sus familias para cuando cumplen los 20 años. Es importante que siga hablando con el adolescente acerca de las conductas y límites apropiados. El enseñarle la seguridad personal y a defenderse a sí mismo es parte de preparar al adolescente para el cambio a la edad adulta. Se les debe enseñar cómo marcar el 9-1-1, y qué hacer en caso de emergencias. Aquellos que no conducen un auto pueden obtener una tarjeta de identificación para llevarla consigo en todo momento. Si aún no lo ha hecho, empiece a pensar en asuntos tales como: la custodia y la tutela, planificación económica, capacitación profesional, las habilidades necesarias para vivir independientemente, la asociación a grupos sociales, programas de educación superior, viviendas tuteladas y el ámbito laboral. independent living skills, linkage to social groups, post-secondary education programs, group homes and work settings.