

COLECCIÓN DE CUADERNILLOS

Pautas Educativas para el Desarrollo Integral
de la Persona con Síndrome de Down



4.

CUADERNILLO PUBERTAD Y ADOLESCENCIA TEMPRANA



FUNDACION
COMPLEMENTA
SINDROME DE DOWN

FUNDACIÓN CHILENA
PARA EL SÍNDROME DE DOWN

Editado y distribuido por la Fundación Chilena para el Síndrome de Down,
Complementa:

San Enrique 14.470, Lo Barnechea. Santiago - Chile.

Tel: (562) 2217 5751

Fax: (562) 2215 2960

complementa@complementa.cl

www.complementa.cl

Primera Edición:

Editora General: Magdalena Cruzat I.

Coordinadoras de Edición: Ana María Bustos y María Ignacia Larraín

Autores: Equipo Complementa.

Diseño: MITA Diseño:

La obra es de propiedad de Fundación Chilena para el síndrome de Down, sin perjuicio de lo cual su descarga está permitida para uso privado, quedando estrictamente prohibida su comercialización.



ÍNDICE

PUBERTAD Y ADOLESCENCIA TEMPRANA

Índice	3.
Presentación General	4.
Pubertad y Adolescencia Temprana	5.
Habilidades de autocuidado	6.
Habilidades de vida en el hogar	8.
Habilidades de autodirección	10.
Habilidades de uso de recursos de la comunidad	12.
Habilidades de ocio y tiempo libre	14.
Habilidades socioemocionales	16.
Habilidades de uso de la tecnología	19.
Habilidades en el lugar de estudio	20.
Habilidades de seguridad y salud	21.
Pauta de Salud	22.
Decálogo para profesionales/ familiares que trabajan/ conviven con un joven con síndrome de Down	23.



PRESENTACIÓN GENERAL COLECCIÓN CUADERNILLOS

La colección de cuadernillos “Pautas educativas para el desarrollo integral de la persona con síndrome de Down” es producto de un trabajo colectivo y transversal realizado por el equipo de profesionales de la Fundación Chilena para el Síndrome de Down, Complementa, dirigido por la psicóloga María Ignacia Larraín. Su finalidad es poner a disposición de padres, familiares y profesionales una serie de estrategias simples y concretas, que pueden ser implementadas en la vida cotidiana para estimular el desarrollo en cada una de las dimensiones de la vida de la persona con síndrome de Down, de modo de ir construyendo un proyecto de vida pleno.

Cada cuadernillo fue elaborado en base a la experiencia práctica de los profesionales de la Fundación, quienes, luego de 25 años de trabajo, destacan con propiedad los aspectos relevantes que deben ser estimulados para que el niño, joven o adulto vaya progresando de un modo equilibrado y armónico en su desarrollo. Esta colección sirve como “carta de navegación”, pues va mostrando los hitos del desarrollo que se deben observar en cada período evolutivo y los apoyos que se deben implementar para lograrlos.

La colección está compuesta por 5 cuadernillos:

- Primera infancia de 0 a 3 años
- Edad preescolar de 3 a 6 años
- Edad escolar de 7 a 12 años
- Pubertad y adolescencia temprana
- Adolescencia y vida adulta

Cada uno de ellos aborda las distintas dimensiones del desarrollo: motora, cognitiva, lenguaje y área socio emocional, entregando sugerencias específicas acordes a la etapa del ciclo vital. Además, cada cuadernillo contiene la Pauta de Salud correspondiente a la edad, que muestra los controles médicos recomendados en cada momento de la vida.

Cabe destacar que los cuatro primeros cuadernillos están dirigidos a padres y profesionales, brindándoles herramientas para favorecer el desarrollo del niño. El último cuadernillo, “Adolescencia y Vida Adulta”, se dirige al propio joven o adulto con síndrome de Down; es una guía para que él mismo (con apoyo de algún mediador en caso de ser necesario) revise las diversas áreas de su vida y fije metas de trabajo que le permitan aumentar su autonomía y tener una vida cada vez más independiente y plena.



PUBERTAD Y ADOLESCENCIA TEMPRANA

El inicio de esta etapa depende, fundamentalmente, de la aparición de los primeros cambios corporales propios de la pubertad. Junto con ellos aparece una serie de transformaciones a nivel psicológico que hacen que éste sea un período de bastante inestabilidad. En cuanto a la etapa educativa, algunos jóvenes permanecen integrados en un colegio regular, mientras otros asisten a programas de educación especial, según lo que se estime sea más beneficioso para su desarrollo. En estos momentos es importante propiciar el sentido de pertenencia a un grupo de pares y también ayudar al joven para que reconozca y acepte el síndrome de Down así como el resto de sus características personales.

Por otra parte, es fundamental que vaya conquistando mayores espacios de autonomía en las actividades de la vida diaria. A continuación se entrega una serie de sugerencias para que pueda trabajar en conjunto con su hijo.



HABILIDADES DE AUTOCUIDADO

El joven debe aprender gradualmente a cuidarse y a mantener una vida saludable. Para esto debe preocuparse de la alimentación, el ejercicio, el vestuario y la higiene personal.

ALIMENTACIÓN	SUGERENCIA
Mantener una dieta saludable.	<p>Propicie una dieta balanceada explicándole que ésta debe ser:</p> <ul style="list-style-type: none">▲ Rica en frutas y verduras, pollo, carne, pescado, mariscos y lácteos.▲ Moderada en legumbres, pan, tallarines y arroz.▲ Reducida en golosinas y chocolates, bebidas, tortas y pasteles, frituras y grasas. <hr/> <ul style="list-style-type: none">▲ Anímelo a servirse una porción pequeña de comida.▲ Limite a una porción de comida (sin repetirse el plato).▲ Ayúdelo a respetar las 5 comidas diarias, incluyendo colaciones saludables para los recreos.
HIGIENE PERSONAL	SUGERENCIA
Uso del baño.	<p>Supervise:</p> <ul style="list-style-type: none">▲ Ducha diaria en la mañana (máximo 10 minutos).▲ Lavado independiente de pelo (día por medio).▲ Lavado de dientes en la mañana, después de almuerzo y en la noche.▲ Uso de desodorante y colonia.▲ Lavado de manos después de ir al baño y antes de comer.▲ Limpieza y corte de uñas. <hr/>
Hombres.	<ul style="list-style-type: none">▲ Afeitado. <hr/>
Mujeres.	<ul style="list-style-type: none">▲ Depilación.▲ Uso adecuado de toalla higiénica. <hr/>



EJERCICIO	SUGERENCIA
Hacer ejercicio en forma habitual.	Fomente la práctica de un deporte o actividad física de su agrado (fútbol, tenis, natación, baile).
VESTUARIO	SUGERENCIA
Comprar ropa adecuada.	<ul style="list-style-type: none">▲ Asesórelo en la compra de ropa adecuada para su edad.▲ Enseñe su talla de pantalón, camisa polera, zapatos, para una compra adecuada.▲ Salga a comprar con él su ropa para que la elija.▲ Fomente la autonomía durante todo el proceso.▲ Procure hacer basta a pantalones o mangas en caso de ser necesario.
Elegir ropa según la temperatura del día.	<ul style="list-style-type: none">▲ Consulten juntos el pronóstico de temperatura del día en su teléfono o en internet.▲ Oriéntelo en la elección de ropa abrigada/desabrigada según corresponda.
Elegir ropa según la ocasión .	<ul style="list-style-type: none">▲ Oriéntelo en la elección de ropa deportiva, elegante, formal, según corresponda.
Mantener una presentación personal limpia y ordenada.	<ul style="list-style-type: none">▲ Ayúdelo a distinguir ropa limpia/sucia, arrugada/planchada.▲ Supervise su presentación personal y estimúlelo a hacerse cargo de este tema (ropa interior limpia, ropa limpia y planchada).



HABILIDADES DE VIDA EN EL HOGAR

Es importante que el joven coopere en la casa y cumpla con algunas tareas domésticas sin ayuda y sin que nadie se lo solicite. Además, debe estar al tanto de lo que ocurre en su entorno familiar.

DORMITORIO	SUGERENCIA
Hacer su cama.	<ul style="list-style-type: none">▲ Refuerce la autonomía al ventilar y estirar las sábanas.▲ Enséñele a distinguir ropa de cama limpia/sucia, para cambiarla.
Mantener orden de sus cosas.	<ul style="list-style-type: none">▲ Anímelo a mantener en orden su ropa, cajones y otras pertenencias.
Separar la ropa sucia.	<ul style="list-style-type: none">▲ Establezca un lugar para dejar la ropa sucia.
ALIMENTACIÓN	SUGERENCIA
Reconocer el estado de los alimentos.	Enséñele a: <ul style="list-style-type: none">▲ Leer la fecha de vencimiento en las etiquetas de los alimentos.▲ Observar si tienen mal olor u hongos.▲ Eliminar alimentos que lleven más de 5 días en el refrigerador.
Realizar una lista simple de compras.	<ul style="list-style-type: none">▲ Pídale que escriba en el computador o en un papel listas de compras para: cumpleaños, aperitivos, picnic.
LIMPIEZA DE LA CASA	SUGERENCIA
Ayudar con el aseo de la casa.	Establezca un sistema de turnos para cumplir tareas como: <ul style="list-style-type: none">▲ Barrer/Aspirar.▲ Trapear.▲ Sacudir.▲ Lavar/secar loza.



USO DE APARATOS DOMÉSTICOS

SUGERENCIA

Usar el teléfono y celular.

Refuerce la autonomía para:

- ▲ Marcar un número de teléfono.
- ▲ Contestar el teléfono.
- ▲ No dar información a desconocidos.
- ▲ Tomar/ entregar mensajes.

Usar el citófono.

- ▲ Contestar si suena y preguntar quién es.
- ▲ No abrir la puerta a desconocidos.

Usar los electrodomésticos.

Enseñe a utilizar en forma adecuada:

- ▲ La lavadora y secadora.
- ▲ El microondas.
- ▲ El horno.
- ▲ El lavavajillas.
- ▲ La juguera y el hervidor.

VIDA FAMILIAR

SUGERENCIA

Participar activamente de los acontecimientos de la casa.

Procure integrarlo a la dinámica y acontecimientos familiares.

- ▲ Participando en grupo de WhatsApp familiar.
- ▲ Estando al tanto de cambios, visitas, viajes, arreglos de la casa, eventos y fechas importantes.
- ▲ Manejando información relevante como edad, estudios, profesión de sus hermanos y padres.



HABILIDADES DE AUTODIRECCIÓN

El joven irá aprendiendo a ser responsable de organizar su tiempo y cumplir con sus deberes sin que nadie se los recuerde.

DATOS PERSONALES

Conocer sus **datos personales**.

SUGERENCIA

Pregúntele a menudo:

- ▲ Su dirección y comuna.
- ▲ Su RUT.
- ▲ El número de teléfono de la casa.
- ▲ Su número de celular.

Pídale que mantenga sus datos a mano en una libreta o tarjeta, para usar en caso de emergencia.



ORIENTACIÓN TEMPORAL

SUGERENCIA

Conocer el **calendario**

Refuerce:

- ▲ El día, la fecha, el mes y el año.
- ▲ Los días de la semana.
- ▲ Los meses del año.
- ▲ Las estaciones del año.
- ▲ La estación en curso.
- ▲ Conceptos temporales (ayer, mañana, hoy, el mes/año próximo).

Usar la **agenda**

Fomente el uso funcional de la agenda:

- ▲ Que él anote eventos importantes en las fechas adecuadas (cumpleaños, horas médicas, citas).

Usar el **reloj**

Promueva la autonomía para que:

- ▲ Vea la hora en reloj análogo y digital.
- ▲ Reconozca si está atrasado o si llega puntual.
- ▲ Defina una hora para acostarse entre 9 y 10 y ponga la alarma de su celular/reloj para recordarlo.
- ▲ Ponga el despertador a la hora que corresponda.
- ▲ Tome remedios a la hora adecuada y ponga la alarma para recordarlo.



HABILIDADES DE USO DE RECURSOS DE LA COMUNIDAD

El joven debe conocer y utilizar adecuadamente los recursos de la comunidad.

USO DE SERVICIOS	SUGERENCIA
Usar los recursos comunitarios	Promueva la autonomía para que: <ul style="list-style-type: none">▲ Use máquinas dispensadoras.▲ Haga compras básicas en supermercados y farmacias.▲ Conozca teléfonos de emergencia.
Reconocer símbolos sociales	Enséñele a reconocer símbolos de: <ul style="list-style-type: none">▲ Metro.▲ Redbank.▲ Baño de hombre o mujer.▲ Cafetería, ascensor, escalera mecánica.▲ Peligro, salida de emergencia y zona de seguridad.▲ Reciclaje.▲ Prohibiciones.



SEGURIDAD VIAL

SUGERENCIA

Saber cuidarse en lugares públicos

Enseñe de forma explícita conductas de autocuidado, por ejemplo:

- ▲ Cruzar la calle en el paso peatonal o semáforo de peatones en verde (sin tomarlo de la mano).
- ▲ Cuidar sus pertenencias para que no se las roben.
- ▲ No conversar con extraños en la calle ni por internet.
- ▲ No subirse al auto de desconocidos.
- ▲ No permitir que nadie toque sus partes privadas y dar aviso a alguien de su confianza si es que esto ocurre.



HABILIDADES DE OCIO Y TIEMPO LIBRE

Para el joven es necesario entretenerse y pasarlo bien en su tiempo libre. Ayúdelo a explorar nuevas áreas de interés y a planificar su tiempo libre.

SITUACIÓN	SUGERENCIA
Realizar actividades culturales .	Visiten en familia museos, exposiciones y otras actividades artísticas. Invítelo al cine o al teatro. Inicie conversaciones sobre temas de actualidad. Anímelo a escuchar música acorde a su edad. Muéstrelle programas en televisión acordes a su edad y que aporten en su desarrollo. Promueva que tenga algún hobby como leer, pintar o coleccionar algo. Anímelo a que cocine .
Realizar actividades lúdicas .	Enséñele a usar aparatos tecnológicos para usar juegos que le entretengan y le aporten. Invítelo a jugar naipes u otros juegos de mesa y enséñele “solitarios”.



SITUACIÓN	SUGERENCIA
Realizar actividades sociales.	Anímelo a que invite amigos a su casa y, si es necesario, planifiquen juntos las actividades que realizarán.
	Anímelo a ir a fiestas con amigos. Explíquele con claridad el comportamiento que debe mantener en dicha instancia.
	Vayan en familia a comer a un restaurant.
	Enséñele a cantar en karaoke.
Realizar actividades deportivas.	Estimule la practica semanal de algún deporte.
	Anímelo a bailar sus canciones favoritas.
	Ayúdelo a organizar un panorama, como ir a jugar bowling.
	Anímelo a ir al gimnasio.



HABILIDADES SOCIO-EMOCIONALES

El joven tiene que ser educado y mantener una buena conducta para poder relacionarse bien y participar con los demás.

ÁMBITO SOCIAL	SUGERENCIA
Usar normas de cortesía y buena educación.	<p>Pídale que siempre:</p> <ul style="list-style-type: none">▲ Salude y se despida.▲ Se presente.▲ De las gracias y pida por favor.▲ Inicie, mantenga y termine una conversación.▲ Respete turnos para hablar.▲ Pida disculpas.▲ Mire a los ojos a quien le habla.▲ Se siente y se pare derecho.▲ Mantenga una distancia adecuada con la otra persona.
Comportarse en forma adecuada en diversas actividades y lugares.	<p>Anticipe y recuerde las conductas adecuadas para los distintos contextos:</p> <ul style="list-style-type: none">▲ En las fiestas o cumpleaños que pueda pasarlo bien, compartir y bailar con todos▲ En espacios públicos que logre estar tranquilo y atento a lo que pasa.▲ En el lugar en que estudia que respete las normas establecidas.



ÁMBITO EMOCIONAL

SUGERENCIA

Decir lo que siente

Apóyelo con estrategias como:

- ▲ Reconocer sus emociones y ponerles nombre
- ▲ Cuando se sienta triste, buscar a una persona de confianza y contarle.
- ▲ Si está enojado contar hasta diez, calmarse y decir lo que siente a la persona con quien tuvo el problema.
- ▲ Si está alegre decirlo y expresarlo sin gritar ni reírse demasiado fuerte.
- ▲ Si siente vergüenza ponerle nombre a la emoción y conversar con alguien cercano.
- ▲ Si siente celos escribirlo en un papel y mantenerlo como algo privado.
- ▲ Cuando se equivoca o algo no le resulta, respirar profundo y volver a intentar.
- ▲ Ser discretos con lo que les pasa.

Mostrar una **actitud positiva**

Motívelo para que:

- ▲ Disfrute las distintas actividades y ponga de su parte para pasarlo bien
- ▲ Ayude cuando se lo piden y cuando otro lo necesita
- ▲ Respete siempre a los demás

Conocerse y **aceptarse**

Ayúdelo a construir un autoconcepto integral en el que:

- ▲ Reconozca sus propias habilidades y cuando hace las cosas bien
- ▲ Reconozca y acepte sus limitaciones y errores como válidos e intente superarlos.
- ▲ Se sienta contento consigo mismo
- ▲ Se sienta seguro de lo que sabe y de lo que puede hacer
- ▲ Acepte que tiene síndrome de Down

Desarrollar la **empatía**.

Anímelo a demostrar interés y preocupación por los demás:

- ▲ Tratando de no hacer sufrir a otros.
- ▲ Ayudando a un compañero cuando esté triste.
- ▲ Tratando bien a los demás.
- ▲ Escuchando con atención lo que los demás quieren contar.
- ▲ Preguntando a los demás para saber de ellos.



HABILIDADES SOCIO-EMOCIONALES

AFECTIVIDAD Y SEXUALIDAD	SUGERENCIA
Desarrollar su identidad sexual .	Refuerce conductas: <ul style="list-style-type: none">▲ Masculinas en los hombres.▲ Femeninas en las mujeres.
Diferenciar conocido/desconocido público/privado .	Recuerde quiénes forman parte de su círculo de confianza y cómo actuar de acuerdo al grado de cercanía: <ul style="list-style-type: none">▲ A los desconocidos se les dice buenos días o buenas tardes.▲ Saludar a su familia y amigos cercanos de beso en la mejilla.▲ Saludar a los conocidos con la mano.▲ Diferenciar lo público de lo privado (donde vestirse, estirarse si está cansado, sonarse alejado y con pañuelo desechable, expulsar gases).▲ Saber quién puede verlos desnudos y quién no.▲ Saber que nadie puede grabarlos ni fotografiarlos sin ropa.▲ No permitir que nadie toque sus partes privadas y dar aviso a alguien de su confianza si es que esto ocurre.
Regular sus sentimientos de atracción hacia el sexo opuesto .	Ayúdelo a reconocer los sentimientos de atracción que puede experimentar hacia personas del sexo opuesto e identificar conductas adecuadas para canalizarlo: <ul style="list-style-type: none">▲ Contarle a una persona de confianza sus sentimientos de atracción (mamá, hermana/o, tutora).▲ Conversar y ser amigos.▲ No abrazarse ni besarse. Fomentar la amistad, recordándoles que aún no están preparados para pololear.



HABILIDADES DE USO DE LA TECNOLOGÍA

Es importante que el joven aprenda a usar bien los aparatos tecnológicos para que sean un verdadero apoyo.

USO DE LAS TICS

Utilizar los **aparatos tecnológicos** en forma adecuada.

SUGERENCIAS

Fomente el uso funcional y adecuado de los aparatos tecnológicos (computador, tablet, celular).

- ▲ Llamar por teléfono cuando corresponde.
- ▲ Ver la hora.
- ▲ Ver el tiempo.
- ▲ Usar la calculadora.
- ▲ Mandar mensajes de WhatsApp que sean amables y oportunos.
- ▲ Mandar mensajes de WhatsApp cuando no están en clases.
- ▲ Usar la alarma.
- ▲ Buscar información en internet.
- ▲ Sacar y enviar fotos.
- ▲ Revisar y contestar mails.
- ▲ Escribir cosas amables e importantes.
- ▲ Hacer presentaciones de Power point.
- ▲ Escribir en Word.
- ▲ Navegar por internet para buscar información.
- ▲ Jugar, aprender y entretenerse.



HABILIDADES EN EL LUGAR DE ESTUDIO

El joven debe cumplir con sus deberes y responsabilidades de manera de aprender y prepararse para una futura integración laboral.

RESPONSABILIDAD

Ser **responsable**.

SUGERENCIAS

Refuerce conductas de responsabilidad como:

- ▲ Llegar puntual.
- ▲ Salir a la hora que corresponde.
- ▲ Iniciar a tiempo las tareas.
- ▲ Finalizar las tareas asignadas.
- ▲ Seguir instrucciones.
- ▲ Pedir ayuda si la necesita.
- ▲ Reconocer sus errores y corregirlos.
- ▲ Aceptar cambios de rutina.
- ▲ Respetar tiempos de descanso.

RESPECTO

Ser **respetuoso**.

SUGERENCIAS

Incentive conductas respetuosas como:

- ▲ Escuchar y aceptar lo que dice la profesora.
- ▲ Decir siempre la verdad.
- ▲ Reconocer la figura de autoridad.
- ▲ Mantener una relación cordial con sus compañeros.
- ▲ Saludar y despedirse de sus compañeros y profesores.
- ▲ Pedir disculpas.



HABILIDADES DE SEGURIDAD Y SALUD

El joven irá aprendiendo de forma gradual a preocuparse de su salud y seguridad.

SALUD

SUGERENCIAS

Preocuparse de su **salud**.

Enséñele a:

- ▲ Reconocer sensaciones de malestar y comunicarlas (fiebre, vómitos, diarrea, picaduras, heridas).
- ▲ Contar si algo le duele.
- ▲ Contar si hay algo diferente en su cuerpo.
- ▲ Preocuparse de ir al dentista.
- ▲ Anotar en la agenda sus citas al doctor.

Autoexaminarse.

Muéstrele que debe observar su propio cuerpo y cada cierto tiempo:

- ▲ Palparse los testículos para verificar que no hayan nódulos (hombres).
- ▲ Palparse las mamas para verificar que no hayan nódulos (mujeres).

SEGURIDAD

SUGERENCIAS

Dele la seguridad para que siempre se atreva a:

- ▲ Contar si sufre alguna agresión o maltrato.
- ▲ Comunicar si tiene algún accidente.
- ▲ Decir que no si alguien quiere tocar su cuerpo y él no quiere.
- ▲ Enséñele a regular el agua del baño para que no se queme.
- ▲ Muéstrele que debe mantenerse lejos de situaciones peligrosas.



PAUTAS DE SALUD

PUBERTAD Y ADOLESCENCIA TEMPRANA

EXÁMEN	10Á	11Á	12Á	13Á	14Á
Control médico					
Evaluación ortopédica					
Evaluación cardiológica					
Evaluación oftalmológica					
Evaluación auditiva					
Evaluación endocrinológica					
Control odontológico					
Control neurológico	▲	▲	▲	▲	▲
Análisis de Sangre					
Evaluación gastroenterológica					
RX Atlantoaxoidea	▲	▲	▲	▲	▲
Evaluación del sueño (SAOS)					
Evaluación ginecológica					
Realiza actividades sociales, deportivas y recreativas (sí/no)					

▲ Según requerimientos

Realizar

No Realizar

Adaptado de Programa Iberoamericano de Salud para personas con Síndrome de Down.

Revisado por Dr. Eduardo Moreno Vivot, Asesor médico ASDRA y Down 21 Chile.



DECÁLOGO PARA PROFESIONALES/FAMILIARES QUE TRABAJAN/CONVIVEN CON UN JOVEN CON SÍNDROME DE DOWN

-
1. Procure que se enfrente a situaciones diferentes.

 2. Tome en cuenta sus intereses y motívelo a que tenga diversas aficiones.

 3. Aconseje sin decidir por él.

 4. Valore lo que hace y enréntelo a situaciones donde tenga que tomar la iniciativa.

 5. Respete su privacidad y procure su independencia. Recuerde que es autónomo, pero requerirá apoyos.

 6. Refuerce su autoestima reconociendo sus logros y esfuerzos reales.

 7. Motívelo a cuidar su aspecto personal.

 8. Deje que se haga cargo de las consecuencias naturales de sus actos.

 9. Enséñele que se haga responsable de sus emociones y reacciones.

 10. Esté dispuesto a tratarlo como joven, recordando que ya no es un niño.

CUADERNILLO

PUBERTAD Y ADOLESCENCIA TEMPRANA

El inicio de esta etapa depende, fundamentalmente, de la aparición de los primeros cambios corporales propios de la pubertad. Junto con ellos aparece una serie de transformaciones a nivel psicológico que hacen que éste sea un período de bastante inestabilidad. En cuanto a la etapa educativa, algunos jóvenes permanecen integrados en un colegio regular, mientras otros asisten a programas de educación especial, según lo que se estime sea más beneficioso para su desarrollo. En estos momentos es importante propiciar el sentido de pertenencia a un grupo de pares y también ayudar al joven para que reconozca y acepte el síndrome de Down así como el resto de sus características personales.

Por otra parte, es fundamental que vaya conquistando mayores espacios de autonomía en las actividades de la vida diaria. A continuación se entrega una serie de sugerencias para que pueda trabajar en conjunto con su hijo.

FUNDACIÓN CHILENA
PARA EL SÍNDROME DE DOWN



FUNDACION
COMPLEMENTA
SINDROME DE DOWN

+562 2217 5751

San Enrique 14.470 Lo Barnechea. Santiago, Chile

www.complementa.cl