



Síndrome de Down

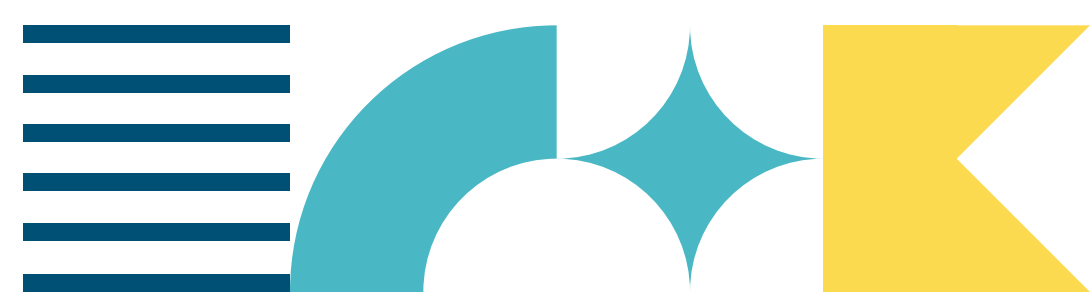
Agir diferente faz a diferença

A Síndrome de Down é uma condição genética que afeta uma criança a cada 600-800 nascimentos. Ela ocorre devido a uma alteração cromossômica que consiste na existência de uma cópia extra do cromossomo 21. Em vez de 46 cromossomos, as pessoas com Síndrome de Down têm 47, o que resulta em características físicas e cognitivas distintas:





- Olhos oblíquos semelhantes aos dos orientais, rosto arredondado e orelhas pequenas
- Diminuição do tônus muscular, que faz com que o bebê seja menos rígido e contribui para dificuldades motoras, de mastigação e deglutição, atraso na articulação da fala e, em 50% dos casos, problemas do coração
- Às vezes, a língua é grande, o que, junto com a hipotonia, faz com que o bebê fique com a boca aberta
- Mãos menores com dedos mais curtos e prega palmar única em cerca de metade dos casos
- Em alguns casos existe excesso de pele na parte de trás do pescoço
- Em geral a estatura é mais baixa
- Há tendência à obesidade e a doenças endócrinas, como diabetes e problemas como hipotireoidismo
- Cerca de 5% dos portadores têm problemas gastrointestinais
- A articulação do pescoço pode apresentar certa instabilidade e provocar problemas nos nervos por compressão da medula
- Deficiências auditiva e de visão podem estar presentes
- Maior risco de infecções (principalmente as otites, infecções de ouvido) e leucemias
- Comprometimento intelectual e, conseqüentemente, aprendizagem mais lenta.





A Síndrome de Down, no entanto, não é uma sentença de limitações definitivas: com o apoio adequado, esses indivíduos podem alcançar um grande potencial e viver de forma plena, com qualidade de vida e, inclusive, muita autonomia.

Mas incluir vai muito além de aceitar

Infelizmente, ainda existe muito estigma em torno das pessoas com Síndrome de Down. Estigma este que se manifesta desde as formas mais perversas, como preconceito e discriminação, até as mais brandas (porém, igualmente prejudiciais), como o sentimento de incapacidade ou pena.

E quando se fala em combater o preconceito, não se pode ficar somente no campo teórico. Incluir é, sim, combater a discriminação, mas também – e até mais importante – garantir que essas pessoas participem ativamente na educação, no trabalho e em suas comunidades.





Confira algumas dicas de como ajudar a promover essa inclusão:

Tratar com dignidade

É fundamental lidar com a pessoa da mesma forma que lidaria com qualquer outra. Isso significa reconhecer sua individualidade e não a reduzi-la à sua condição genética. Pergunte sobre suas preferências, interesses e opiniões, ouvindo ativamente e respeitando sua voz.

Inclusão social

Incentive a participação em atividades sociais e educacionais. Seja em eventos familiares, na escola ou no trabalho, ofereça oportunidades para que ela interaja com outros de forma natural e confortável. A interação social é uma das chaves para o desenvolvimento e o bem-estar.

Apoio personalizado

Cada pessoa com Síndrome de Down tem habilidades e desafios únicos. Ao identificar suas necessidades, você pode oferecer apoio específico que facilite sua inclusão. Isso pode incluir adaptações no ambiente de aprendizado, como materiais mais visuais, ou no ambiente de trabalho, com tarefas que se alinhem às suas características.

Encorajar a autonomia

Proporcione à pessoa a chance de tomar decisões e de se envolver nas escolhas que afetam sua vida. Isso inclui atividades cotidianas, como decidir o que vestir ou escolher como passar o tempo. Estimular a independência fortalece sua autoestima e confiança.




Celebrar as conquistas

Reconheça e comemore as vitórias, por menores que sejam. Isso pode aumentar a motivação e mostrar à pessoa que seus esforços são valorizados.



**Fazer a
diferença
é bom
para todo
mundo**



Uma sociedade inclusiva não é benéfica apenas para as minorias que passam a ser incluídas. Isso porque, ao conviver com as diferenças, fortalecemos os laços sociais, promovemos a empatia, estimulamos a inovação, e valorizamos a dignidade humana. Ao garantir que todos tenham as mesmas oportunidades, nos tornamos mais ricos e dinâmicos, proporcionando benefícios que se estendem a cada um de nós.

21 DE MARÇO
Dia Nacional da Síndrome de Down

Fonte:

<https://bvsms.saude.gov.br/21-3-dia-mundial-e-dia-nacional-da-sindrome-de-down-o-que-significa-inclusao/>

Conteúdo produzido pela equipe de Gestão de Saúde da MDS Brasil

Responsável Técnico: Claudio Albuquerque,
Diretor Médico da MDS Brasil – CRM 188683

MDS

**DE BEM
COM A VIDA**