

Una manera de empezar en casa...

- ① Siempre acaricie a su bebé.
- ② Dele masajes antes y después del baño. Se recomienda darlo de la cabeza hacia los pies y del centro del cuerpo hacia las extremidades.
- ③ Pase diferentes texturas por el cuerpo del bebé (puede estar en pañales si no está muy frío). Las distintas texturas pueden ser objetos ásperos, suaves, fríos, tibios, entre otros.
- ④ Acueste al bebé boca abajo, buscando que levante la cabeza y póngale objetos sonoros frente a su cara. Puede ponerle un cojín o paño enrollado en el pecho para ayudarlo.
- ⑤ Acueste al bebé hacia arriba y flexione y extienda sus piernas. Puede colocar en sus pies una media con un chilindrín (ojalá de color rojo y negro) para que lo vea y busque el sonido.
- ⑥ Acueste al bebé hacia arriba y estire, flexione y levante sus brazos. Puede colocar un chilindrín o juguete sonoro en alguna de sus muñecas. Puede intercambiar después a la otra muñeca.
- ⑦ Colóquese frente al bebé y mueva un objeto que suene hacia los lados, hacia adelante y atrás (preferiblemente de colores rojo y negro). Busque que lo siga con la mirada.
- ⑧ Coloque objetos y juguetes (medianos) en las palmas de las manos de su bebé. Él o ella cerrará su mano y los apretará.
- ⑨ Dele masajes en las palmas y dedos de cada mano.
- ⑩ Cántele a su hijo.
- ⑪ Ofrézcale objetos con diferentes texturas, tamaños y colores para que los manipule y los lleve a la boca (procure que el objeto esté limpio y que no sea muy pequeño porque puede tragárselo).
- ⑫ Háblele y cántele constantemente. Descríbale lo que hacen y ven juntos.
- ⑬ Busque que escuche diferentes sonidos y descríbale qué son.

¿Cuál es el cuidado médico apropiado para un recién nacido con síndrome de Down?

Por Laura Cifra-Bean, MD, Co-Presidente, Comité Asesor Profesional NDSC

- Todos los cuidados del recién nacido deben de comenzar con un **examen físico completo**.
- Si el médico sospecha que el bebé tiene síndrome de Down, luego de un diagnóstico definitivo debe **realizar un análisis de sangre para estudiar los cromosomas**. Esto es un cariotipo, y lo realizará el departamento de genética del hospital.
- Todos los bebés que tienen síndrome de Down necesitan una **evaluación cardíaca** que incluya una ecocardiografía. Hay una alta tasa de niños con problemas del corazón.
- Es importante **insistir en los exámenes básicos médicos** que son parte del protocolo establecido por el departamento de genética del hospital, o ser referidos al Hospital de Niños para la valoración genética.
- Se recomienda que los padres y familiares se pongan en contacto con la Asociación Síndrome de Down, **ASIDOWN** e informarse sobre grupos locales de apoyo y referencia sobre **programas de estimulación temprana**.