



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES
ARAGÓN

"CUIDADOS Y MEDIDAS HIGIÉNICO-
SANITARIAS PARA ADOLESCENTES
CON SÍNDROME DE DOWN"

T E S I N A

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:
LICENCIADA EN PEDAGOGÍA
P R E S E N T A :
MARTÍNEZ MENESES RENATA JUDITH GUADALUPE



ASESORA: MTRA. MONICA MORALES BARRERA

SAN JUAN DE ARAGÓN, ESTADO DE MÉXICO

2007



Universidad Nacional
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

Biblioteca Central



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

ÍNDICE

PÁG

INTRODUCCIÓN.....	1
-------------------	---

CAPÍTULO I

¿Qué es el Síndrome de Down?

A) Antecedentes Históricos del Síndrome de Down.....	5
B) Qué es el Síndrome de Down?.....	9
C) Etiología.....	13
D) Tipos de Síndrome de Down.....	14
1.- Trisomía 21 Libre o Regular.....	15
2.- trisomía 21 Mosaico.....	15
3.- Trisomía 21 por Traslocación.....	16
E) Asesoramiento Genético.....	17
F) Características Físicas, Psico- Afectivas y educativas del Sujeto con Síndrome de Down.....	19
G) Enfermedades más frecuentes por falta de Higiene en Sujetos Down.....	24

CAPÍTULO II

LA HIGIENE PERSONAL

A) ¿Qué es la Higiene Personal?.....	25
B) Importancia de la Higiene Personal.....	27
C) Normas de Higiene en el Sujeto Down.....	28
• Baño Diario.....	29
• Aseo Bucal.....	29
• Aseo Nasal.....	30
• Las Manos y Las Uñas.....	31
• Higiene de sus Genitales Externos.....	31
• Higiene en escuela.....	32
• Higiene en la comunidad.....	33
D) Qué son los Productos Higiénicos.....	34

Capítulo III

Propuesta Pedagógica Para Adolescentes Down

A) Introducción.....	40
B) La Propuesta.....	41
C) Objetivos de la Propuesta.....	44
D) Cuaderno Didáctico.....	46
CONCLUSIONES.....	92
BIBLIOGRAFÍA.....	94

INTRODUCCIÓN.

Uno de los trastornos cromosómicos más comunes en el campo de las alteraciones genéticas es el Síndrome de Down antiguamente llamado Mongolismo.

Este Síndrome es una condición irreversible que afecta a la persona en virtud de una anomalía de sus cromosomas. Junto con este trastorno, van asociados otros rasgos que se manifiestan con diverso grado y frecuencia, por ejemplo: una apariencia característica, un tono corporal bajo y algún tipo de anomalía cardíaca entre otros rasgos.

Los niños con Síndrome de Down, pueden ser capaces de funcionar a niveles mucho más elevados de lo que se creía anteriormente. Porque un niño Down maneja más bien aprendizajes de tipo concreto que aprendizajes de tipo abstracto.

Los individuos con este Síndrome pueden ser: sociales y afectivos, huraños, introvertidos, agresivos o tímidos con las personas que los rodean, de aquí que se desprenda la necesidad de lograr un equilibrio en su desarrollo psíquico, físico y cultural que permita su armónica convivencia

Dentro de los aspectos importantes que se trabajan en esta Tesina es enfatizar con mayor interés la higiene personal en estos jóvenes Down.

Es necesario advertir a los padres de estos jóvenes y a los mismos chicos Down, sobre las medidas que deben de tener en su cuerpo sobre todo cuando llegan a la etapa adolescente, especialmente, en el uso de productos higiénicos personales (baño diario, uso del desodorante, uso de toallas sanitarias) con la colaboración y el trabajo en conjunto del docente que a su vez, puede ser auxiliado con un cuaderno ilustrado y con actividades para que las realicen ellos donde el aprendizaje de los hábitos higiénicos y las medidas básicas de salud sea un reforzador constante a lo largo de su vidas.

No hay que olvidar, que este material que se utilice sea el propio para ellos como el ir graduando el orden de dificultad, ya que esto dará como resultado un aprendizaje progresivo facilitando el desarrollo de la memoria sensorial, tanto auditiva, visual y táctil.

Hay que tener presente, que estas personas con este Síndrome desarrollan más pronto su memoria sensorial, es decir, llamamos memoria sensorial la que reconoce imágenes a través de los sentidos, por ejemplo: una persona con memoria visual recuerda lo que ve, otra con memoria auditiva retiene lo que oye, etc. *García Escamilla, (1991).*

Y sí tienen capacidad de aprender dependiendo de la estimulación que haya o que estén recibiendo y la madurez individual de cada persona, sin olvidar el manejo afectivo que también adquiere un papel muy útil en el área de aprendizaje. De tal manera que puedan ser menos dependientes de sus padres y lograr una autonomía en su higiene personal llevando una mejor calidad de vida.

Como primer capítulo de esta Tesina, se exponen las diversas investigaciones que surgieron para explicar lo que ahora se conoce como Síndrome de Down, dando un recorrido por diferentes épocas de la historia científica. Después se explican las características del Síndrome de Down con el propósito de llevarnos a su definición.

Más adelante, se muestran las causas que lo originan y los tipos en que se clasifica de acuerdo a su estructura cromosómica.

Así también se ha considerado importante el asesoramiento genético en mujeres que planean tener un hijo y que cuentan con 35 años de edad en adelante y en madres que ya tienen un hijo Down.

En el segundo capítulo hacemos referencia al concepto de higiene en general. Así como un viaje a través del tiempo hasta los antiguos pobladores del mundo para ver como consideraban la higiene hasta nuestros días.

Enseguida, damos normas de higiene que tienen que llevar a cabo los adolescentes Down. No son específicas para ellos pues son las mismas que todos debemos de tener en cuenta, pero tenemos que insistir con ellos más porque van a ser muy importantes para su relación con las demás personas y su integración a la sociedad, además de prevenir enfermedades que se contraen por falta de higiene. Entre estas normas se encuentran: la higiene personal, la higiene de sus genitales externos, higiene en la escuela y la higiene en su comunidad. Expondremos los productos higiénicos personales, por qué es importante que los usen los jóvenes Down, usarlos adecuadamente y saber reconocerlos en tiendas o mercados.

En el capítulo tres y último se da la Propuesta pedagógica de esta Tesina, en donde se hace una introducción, sobre qué son los materiales didácticos que se elaboran como un medio o recurso educativo para que el aprendizaje sea más productivo.

También se dan a conocer los objetivos de esta propuesta y el cuaderno ilustrado como un material didáctico para las personas Down. Éste se divide en tres partes:

En la primera parte, como una forma de introducir a los chicos Down en este cuaderno, se muestran los productos higiénicos básicos personales y cómo se deben de usar: pasta y cepillo dental, toallas femeninas, shampoo, jabón, desodorante, crema, talco para pies y papel sanitario. Con imágenes con el propósito de proporcionarles a información sobre el uso de estos productos.

Como segunda parte de este cuaderno ilustrado, consta de una serie de ejercicios individuales basados principalmente en dibujos que varían de forma progresiva para que ejerciten las cualidades de juicio, discriminación, asociación, memoria con el objeto de proporcionarles los elementos que son necesarios para que vayan adquiriendo un mayor razonamiento lógico en estos conceptos de su vida personal.

La tercera parte, se integra con ejercicios que ayuden a los jóvenes Down en su proceso de maduración en los aspectos físico, afectivo, cognoscitivo y social en

torno al tema de los productos higiénicos. Estas áreas se relacionan entre sí porque para que el joven Down pueda expresar lo que siente se recurre a área afectiva, en su integración con otros chicos se requiere del área social, también se requiere el área de la percepción visual, posición en el espacio, expresión gráfica, memoria auditiva y comprensión. Para hacer más completo su aprendizaje en estos hábitos higiénicos.

Y para enriquecer este material didáctico se elaboró una historieta en donde la percepción visual, atención e información tienen como propósito la comprensión del por qué es importante la higiene en los jóvenes Down.

CAPITULO I

¿QUÉ ES EL SÍNDROME DE DOWN?

A) Antecedentes Históricos del Síndrome de Down

A lo largo de la historia han aparecido diversas teorías que han sido propuestas para explicar el surgimiento de personas afectadas por lo que actualmente se conoce como Síndrome de Down.

Anteriormente, se atribuía este trastorno a la herencia, porque los familiares estaban afectados por tuberculosis o sífilis o por malformaciones en las glándulas endocrinas. Otra teoría que surgió fue porque estos sujetos eran hijos de familias numerosas y que era consecuencia de un padecimiento característico que les daba a las mujeres que habían tenido varios hijos y le llamaban "agotamiento uterino".¹

Hubo que pasar mucho tiempo para que fuera reconocido este síndrome con bases sustentadas en la Citología, que es el estudio de las células.

Pero ahora volvamos al pasado para hacer un recorrido a través de la historia del Síndrome de Down.

A principios de 1800. este síndrome fue reconocido por la Medicina, se le consideraba como una enfermedad, pero no se sabían sus orígenes internos, debía de ser estudiado a fondo y no solamente basarse en las características físicas que presentaban algunas personas que poseían este trastorno.

En 1806, el primer doctor que se interesó más en el síndrome fue el Doctor John Langdon Down, siendo Director de un Asilo para personas con Retraso Mental, en Surrey, Inglaterra. Puso especial importancia en algunos de los pacientes, los cuales presentaban rasgos similares entre ellos, como el tamaño de la cabeza, la nariz pequeña, los ojos rasgados, el cabello lacio y ralo, además del color de la piel que tenía apariencia de color pálida, casi amarilla y reseca.

¹ <http://orbita.com/sohaildown002.htm> "Historia del Síndrome de Down" 2000.

Pensando que pudieran tener alguna relación con los habitantes de la región de Mongolia, les dio el nombre de mongoloides. Además de que afirmaba que el ser de esta forma, mongol, representaba al hombre en un estado primitivo y no comprendía que estos sujetos tuvieran hermanos normales o que fueran hijos de europeos.

Veinte años más tarde, el médico francés Edward Seguin, examinó detalladamente este síndrome, encontrando que el único parecido con la raza mongólica y este trastorno, era la forma de los ojos rasgados. Dándolo a conocer en su libro "La idiocia y su tratamiento por métodos psicológicos", afirmando que este padecimiento era un tipo de enfermedad llamada "Cretinismo Furfuráceo". ya que esta afección era caracterizada por un retraso de la inteligencia acompañada de defectos en el desarrollo orgánico. En esta ocasión el estudio hecho por el Doctor Seguin, fue más amplio y de una forma más detallada cuando señala: *"la apariencia típica de la piel como rosada, lactiginosa y descamada con un defecto en el tegumento externo que se hace más notorio en las deformidades de los dedos y la nariz, labios y lengua hendidos y una conjuntiva roja y ectópica que se proyecta para suplir la escasez de piel en el borde de los labios".*²

Como podemos observar, ya sea empezaban a interesar más en este trastorno dándole mayor importancia.

En 1875, en Edimburgo, Inglaterra, los doctores John Frazer y Artur Mitchell, se dieron cuenta de la corta vida de estas personas y de que eran propensas a la braquicefalia, es decir, a la forma redonda de su cráneo. .

Esos fueron los primeros inicios de una nueva visión en el campo de la Medicina para este Síndrome, pero aún no se alcanzaba su total reconocimiento científico.

A finales del siglo XIX, las aportaciones que siguieron fueron hechas por los doctores Robert Jones que destacó los rasgos típicos de la boca y la mandíbula.

² **García Escamilla, Sylvia, *El Niño con Síndrome de Down*, Editorial Diana 1991, Pág. 22.**

La del doctor Oliver, la forma de los ojos. El doctor Telford Smith, observó como característica principal el meñique curvo, aspecto que también fue retomado por West en el año de 1901.

Mientras que los médicos Garrod, Thompson y Fenol mencionaron alteraciones congénitas del corazón y su relación con este trastorno.

Y fue así que comenzaron a circular publicaciones en revistas médicas que mencionaban el tema por países como Alemania y Austria, los médicos Newman, Kasswitz y Sieget. En Italia fue Alberti, Barr y Hermán en Estados Unidos; Hjorth en Dinamarca, Medodikoff y Kovalesky en Rusia. Van Der Scheer en Holanda, Cordero en Ecuador, Hultgreen en Suecia, Taillens en Suiza. Wood en Australia y Cafferatta en Argentina. Cada uno de estos doctores e investigadores hizo aportaciones que completaban el estudio de este síndrome, siguieron los descubrimientos. Sin embargo, aún en 1920 se tenía como principio teórico el estado primitivo del hombre como parte fundamental de este padecimiento. Pese a todos los descubrimientos este principio teórico que proclamará el doctor John Langdon Down, era superficial y no describía las causas científicas que lo producían.

Tuvieron que pasar más de veinte años para que los médicos, científicos e investigadores fijaran su atención en los "errores genéticos", y aunque no contaban con técnicas para estudiar las células del ser humano, se comenzó a vislumbrar una nueva etapa para el Síndrome de Down.

Como el doctor Brushfield hizo una investigación intensiva de los familiares de doscientas cincuenta y nueve casos recopilando una estadística general y familiar.

Siguiendo estas aportaciones en 1959, los doctores Lejeune, Gautier y Turpin llegaron a la conclusión que la causa de este Síndrome se debía a un cromosoma extra en el par 21, es decir, 47 cromosomas en total en lugar de 46.

Porque en 1950, se determinó que el número normal de cromosomas en el ser humano es de 46 por los doctores Hin Tijo y Albert Levan.

Fue Wanderburg, quien sugirió por primera vez, que este padecimiento podría tener alguna relación con la "no disyunción", que es el fracaso en la separación de los cromosomas durante la división celular.

A partir de ese momento, se comenzó a poner más interés por investigar sobre las células humanas y lo que pasaba en los cromosomas. Lográndose fotografiar cromosomas en células cultivadas in Vitro en 1956.

En 1969, Gaspersson, demostró por medio de la técnica de la fluorescencia que el cromosoma que se encuentra en triplicado en el Síndrome de Down florece más intensamente sobre todo en sus brazos largos y es diferente del cromosoma Filadelfia, que se encuentra en las leucemias mielocíticas crónicas y que anteriormente se había considerado como un cromosoma 21.

Actualmente, se han propuesto varios nombres para este padecimiento, tales como: Acromicria Congénita. Amnesia Peristática, Displasia Fetal Generalizada, Anomalía de la Trisomía 21, Síndrome de la Trisomía G-21, pero es reconocido como Síndrome de Down por el doctor Langdon Down como su descubridor.

Es así, como el origen del Síndrome de Down pudo descubrirse, aunque hoy con los adelantos científicos se sigue investigando para obtener una completa información.

B) ¿QUÉ ES EL SÍNDROME DE DOWN?

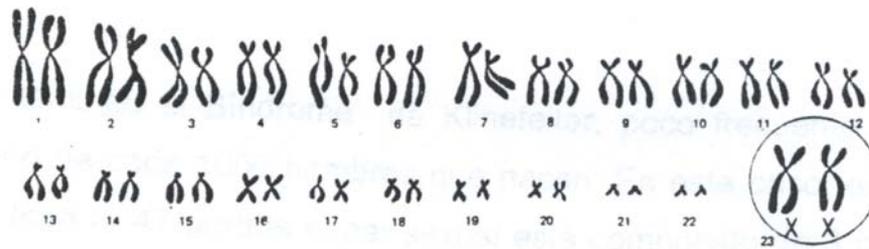
Al hablar de Síndrome de Down, empezaremos por definir primeramente qué es un síndrome.

En el libro titulado *"El Síndrome de Down, una introducción para padres"* de Cliff Cunningham encontramos la definición de síndrome: *"Un síndrome es un conjunto de signos o características, y Down como ya hemos visto, fue el médico que los juntó y sugirió que estaban relacionados con el mismo problema"*

Por lo tanto, se define al Síndrome de Down como: "El conjunto de síntomas y signos diversos que se manifiestan en el desarrollo global de la persona desde su concepción por causa del exceso de material genético del cromosoma 21".³

Las características de la especie humana, como ya sabemos, están determinadas por 23 pares de cromosomas. Estos cromosomas son estructuras donde se encuentra toda la información hereditaria en unidades llamadas genes. Los cromosomas se encuentran dentro de los gametos espermatozoides en el hombre y óvulos en la mujer. En el hombre hay 22 pares de autosomas, mientras el par restante sexual está formado por XY. Al igual que en la mujer, hay 22 pares de autosomas y el otro par sexual es XX. A éste último par se le llama par heterocromosoma o sexual porque es el que define el sexo de las personas.

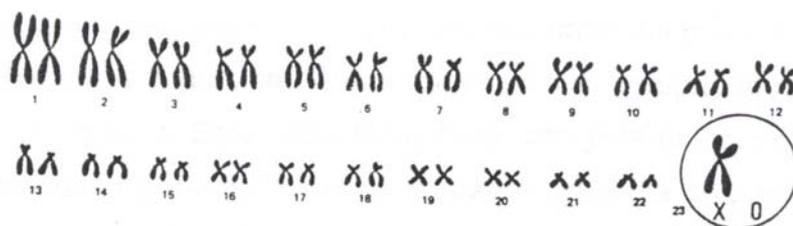
³ Cunningham, Cliff, *El Síndrome de Down, una introducción para padres*, Editorial Piados 1990. Pág.79.



Como se ve en la ilustración, los cromosomas tanto del hombre como los de la mujer, se distribuyen en pares y cuando esto es alterado, es decir, cuando aparece un cromosoma de más o de menos, se presentan malformaciones o mutaciones en el bebé que está por nacer. En estos casos, las alteraciones físicas son bastante notorias y graves porque pueden originar trastornos, ya sea en el aspecto orgánico, reproductivo, mental y físico de las personas.

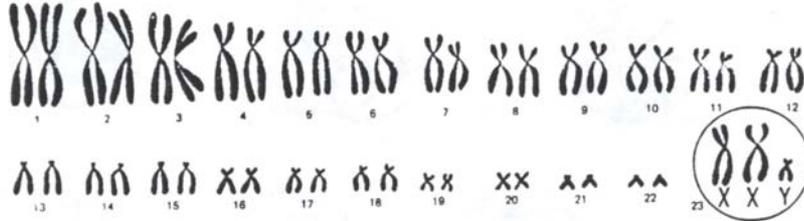
Esto trae como consecuencia, padecimientos como el síndrome de Turner.

Quienes padecen este mal congénito puede llegar a la edad adulta pero no llegan a la madurez sexual. En este caso, al contar los cromosomas, el número es de 45 porque falta un cromosoma X. es decir, falta de cromosoma sexual.



Mencionamos también el Síndrome de Klinefelter, poco frecuente porque se presenta en uno de cada 1000 hombres que nacen. En este caso, el número de cromosomas llega a 47 porque el par sexual está compuesto de 3 cromosomas XXY. A diferencia de los individuos que tienen el Síndrome de Turner, los individuos con esta característica cromosómica. en caso de llegar a la edad adulta

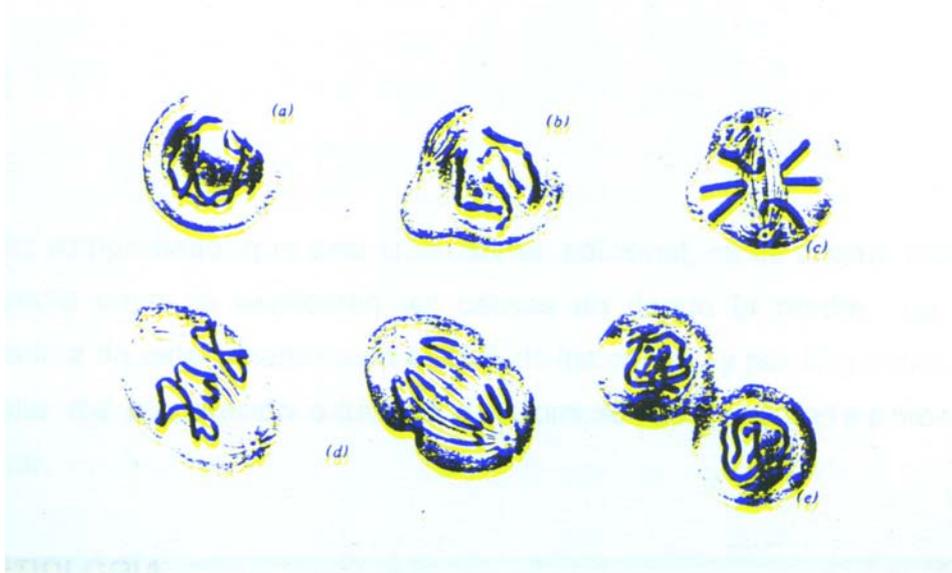
no maduran sexualmente, por lo que son incapaces de cumplir con la función de la reproducción.



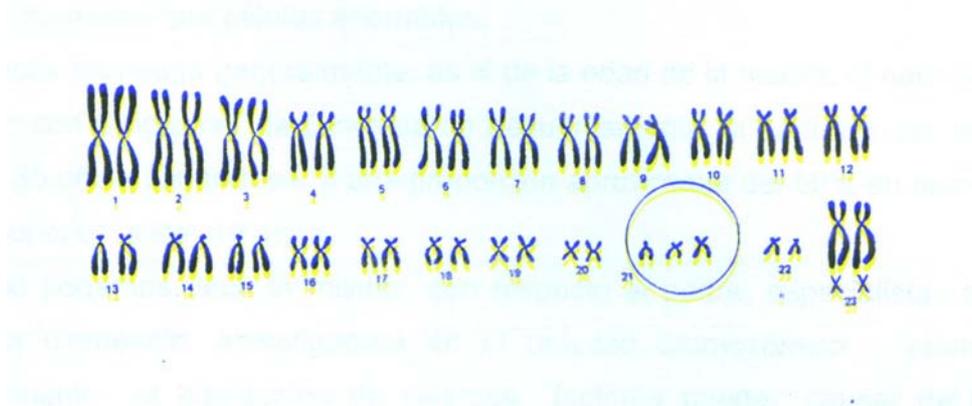
Existen además, una alteración genética llamada Acondroplasia. mejor conocida como enanismo, en donde un cromosoma está incompleto, es decir, un cromosoma no se llega a desarrollar bien.

En el caso del Síndrome de Down. el cual es el motivo de nuestro estudio, se menciona que existe una diferencia en el momento de la fecundación normal y la fecundación anormal, porque los 46 cromosomas tanto del padre como los de la madre, se unen en la formación de una nueva célula agrupándose para formar los 23 pares específicos. Este óvulo fecundado con esta única célula crece por división celular llamada también meiosis, que se presenta sólo en los gametos sexuales espermatozoides y óvulos y se realiza en 4 fases que a continuación se señalan:

- Profase: En esta fase los cromosomas se sitúan en la circunferencia del Núcleo.
- Metafase: Los cromosomas se dividen en dos partes iguales y se dirigen a ambos lados de la célula.
- Anafase: Los cromosomas quedan divididos totalmente localizándose en cada polo de la célula.
- Telofase: Se forman dos células hijas idénticas.



Los cromosomas iguales se separan en el momento en que la célula se empieza a dividir en dos y cada una de las células contiene igual número de cromosomas. De este modo Las células formadas mantienen los 46 cromosomas de manera que permanezcan así hasta la formación completa del embrión. A diferencia, en la formación del niño con Síndrome de Down. La división celular presenta una distribución anormal de los cromosomas por la presencia de un cromosoma de más, tres en lugar de dos en el par 21, por eso se le denomina también Trisomía 21.



Se ha comprobado que este cromosoma adicional, es de origen materno. En el siguiente tema se explicarán las causas en donde la madre es la principal portadora de este Síndrome en el 95% de los casos, y por lo general, se debe a la falta de separación o división de cromosomas durante la primera división celular.

C) ETIOLOGÍA

Las causas del Síndrome de Down se desconocen posiblemente pueden comenzar desde el proceso en que el óvulo es fecundado por el espermatozoide y las células se van dividiendo de manera consecutiva como mencionamos anteriormente, pero a veces los cromosomas de un par no se separan bien, a este fenómeno se le llama la " no disyunción", y si ocurre cuando se va a formar un bebé. Se producirá un nuevo ser con 47 cromosomas.

Este factor puede ser el más común de los casos de madre afectada por el síndrome, los casos de traslocación en uno de los padres y aquellos casos en que exista una posibilidad de que uno de los niños con apariencia normal posea una estructura cromosómica en mosaico, en este caso tienen igual número de células normales que células anormales.

Otro factor de riesgo generalmente, es el de la edad de la madre, el nacimiento de un niño con Síndrome de Down se da frecuentemente a partir de que la madre tenga 35 años, llegándose a una proporción aproximada del 50% en madres con edad superior a los 40 años.

Pero no podemos decir lo mismo con respecto al padre, especialistas como la Doctora Carnevale. investigadora en el proceso cromosómico apunta que posiblemente la interacción de diversos factores puede causar de manera diferente en cuanto al envejecimiento normal del proceso reproductor, favoreciendo o estableciendo la anomalía cromosómica.

Señala que *"En realidad es difícil demostrar objetivamente que el cromosoma extra del niño trisómico sea materno o paterno, ya que estudios hechos sobre la*

"no disyunción", demuestran que ésta ocurre aproximadamente en una tercera parte en el padre y las dos terceras restantes a la madre".⁴

Otro grupo de posibles causas que surgieron pero que se han descartado:

- a) Procesos Infecciosos: Los agentes víricos más significativos en la aparición del Síndrome de Down parecen ser los de la Hepatitis y la Rubéola.
- b) La exposición a las radiaciones, algunos estudios de Singler y Uchida en 1961, Colunga y Lawler en 1968 apuntan que realmente se da una mayor incidencia de este padecimiento cuando los padres han estado expuestos a radiaciones.
- c) Algunos agentes químicos que puedan determinar mutaciones genéticas tales como: el alto contenido en flúor del agua, así lo indica Rappaport en 1963; la polución atmosférica señala Greenbert en 1964, la relación entre algunos desórdenes tiroideos en la madre, como lo afirma Benda en 1960.
- d) También la relación con el Síndrome y un índice elevado de inmunoglobina y tiroglobina en la sangre de la madre, se encontró que el aumento de anticuerpos estaba asociado a la mayor edad de ésta.
- e) Las deficiencias vitamínicas, algunos especialistas apuntan que una hipervitaminosis, puede favorecer la aparición de una alteración genética.

D) TIPOS DE SÍNDROME DE DOWN

Este Síndrome puede presentar tres tipos de trisomías:

1. Trisomía 21 libre o regular.
2. Trisomía 21 mosaico.
3. Trisomía 21 por traslocación.

⁴ **Ibíd. Pág. 30.**

Estas trisomías son clasificadas por su cariotipo, el cual permite conocer el número de cromosomas en el interior de cada célula, así como también si en alguno de los cromosomas falta o sobra una porción. En el cariotipo, los cromosomas se encuentran del 1 al 23 tomando en cuenta el tamaño y la forma.

El cromosoma uno será el más grande y habrá uno materno y uno paterno, le seguirá el dos de las cuales habrá un dos paterno y un dos materno así sucesivamente hasta llegar al 22.

En el 95% de las trisomías son libres o regulares en donde el cromosoma veintiuno extra se encuentra libre y el resto son mosaicos o trisomías por traslocación.

1.-TRISOMIA 21 LIBRE O REGULAR.

Este tipo de trisomía se debe a una falla en la separación de los cromosomas y ocurre durante la primera división celular o gametogénesis, es decir en el transcurso de la separación de células que dan lugar a un gameto ya sea para convertirse en un óvulo o en un espermatozoide, puede originar la "no disyunción". Por lo cual un cromosoma 21 se encuentra libre y así un par cromosómico presentará tres cromosomas en lugar de dos, pero a veces este proceso de "no disyunción" puede producir tres tipos de células: uno normal, otro con dos cromosomas 21 que producirá una célula o cigoto con 47 cromosomas y que será portador de una trisomía 21 y tendrá como consecuencia un producto que será Síndrome de Down y por último, una célula que le falte el cromosoma 21 esto producirá una célula monosómica 21 y que al faltarle un cromosoma la consecuencia será un aborto.

Este fenómeno ocurre con más frecuencia en mujeres de edad avanzada pero también existe riesgo a menor grado en madres cuya edad sea menor -de 19 años. Así lo afirma el Doctor Lejeune al señalar: *"Si la fecundación ocurre tempranamente antes de que el proceso enzimático esté listo, la separación de los*

centrómetros puede fallar y producirse una "no disyunción", por el cual ambos cromosomas del par emigran hacia el mismo polo celular".⁵

2.-TRISOMÍA 21 MOSAICO.

En este caso de trisomía el error de repartición de los cromosomas se produce en la segunda o tercera división celular. Esto sucederá durante el desarrollo del embrión y dependerá del momento en que se produzca la división defectuosa.

Cuanto más se tarde esta separación menos células se verán afectadas por la trisomía y viceversa, cuando más temprana sea la separación más células se verán afectadas. Es decir, algunas de las células de la persona son normales mientras las otras presentarán trisomía, significando que estas células trisómicas siguen dividiéndose y formarán una población de este tipo y por otro lado, las células normales formarán una población normal de células dando como resultado: un mosaico celular.

El sujeto será portador de estos dos tipos de células y aproximadamente el 1% de la población Down le corresponde esta clase de trisomía. También es importante señalar que no existe una relación entre el porcentaje de células afectadas y el potencial de desarrollo en el individuo. Es conveniente señalar en este caso, la investigación de radiaciones ionizantes, medicamentos o infecciones virales en las primeras semanas del embarazo que en un momento dado pudieran favorecer la "no disyunción",

3.-TRISOMÍA 21 POR TRASLOCACION.

En este caso de trisomía se le llama por traslocación al desplazamiento y unión de una parte o de todo un cromosoma hacia otro.

⁵ **Ibíd., Pág. 30.**

Esto significa que el cromosoma 21, en lugar de encontrarse libre se junta a otro cromosoma, generalmente al número 14 por lo que se le llama traslocación 14/21. Aunque también puede unirse al 21 y establecer una traslocación 21/21. Esta traslocación puede aparecer durante la primera división celular. Este proceso ocurre de la siguiente forma: durante la división celular la unión entre las porciones tanto del cromosoma adherido y del cromosoma al que éste se le adhiere es incompleta porque los brazos del cromosoma adherido son largos y los brazos del cromosoma al que se adhiere son cortos, la porción que se forma será pequeña y puede producir cuatro tipos de células:

- a) Si la célula recibe los dos cromosomas normales y es fecundada, el resultado será un producto con características y constitución hereditarias normales.
- b) Si se recibe con el cromosoma unido al otro, su fecundación producirá un sujeto con una constitución hereditaria portadora de una traslocación pero con características normales.
- c) Si la célula fecundada contiene el cromosoma trastocado más el otro cromosoma 21 este producto será 100% trisómico.
- d) Y si tiene solamente un cromosoma 21 será monosómico 21 lo cual dará como resultado un aborto.

E) ASESORAMIENTO GENÉTICO.

El asesoramiento genético es un medio para que los padres puedan prevenir o solicitar una orientación sobre su estado de salud o tiene riesgo de tener un bebé con algún trastorno, en especial el síndrome de Down. Este asesoramiento puede servir de gran ayuda y es importante acudir al consejo genético cuando:

- La pareja planea un embarazo y la edad de la madre presenta un riesgo pero sería mejor que la población en general y particularmente las mujeres con capacidad reproductiva tuvieran la información necesaria.
- La pareja tiene ya un hijo con Síndrome de Down. Cuando los padres son portadores de una traslocación. la posibilidad de que se repita en el resto de la

familia es mucho mayor. Se sabe que la falla en la separación de cromosomas durante la división celular, puede depender de una predisposición genética la cual aumenta y se vuelve a repetir en futuros embarazos.

También se puede utilizar como método preventivo el realizar un diagnóstico prenatal por medio de la amniocentesis: este proceso consiste en extraer entre la decimocuarta y la decimonovena semana de embarazo líquido amniótico por medio de una punción. Esta operación consiste en abrir los tejidos con instrumento punzante y cortante a la vez, con anestesia local, extrayéndose entre 15 a 20 miligramos de este líquido y tras un cultivo de 10 a 21 días de las células en el laboratorio. Se puede hacer un análisis cromosómico o cariotipo descubriéndose si el producto presenta una trisomía. Estas células de líquido amniótico pueden servir también para realizar estudios citogenéticas, bioquímicos o moleculares.

Galjard y Nierweijer (1975) proponen las siguientes indicaciones para la práctica de la amniocentesis:

- Cuando la edad de la madre es superior a 38 o 40 años.
- Cuando en la familia existe un niño afectado con Síndrome de Down.
- Alguno de los padres es portador de la trisomía por traslocación.
Desafortunadamente, este caso se da a conocer sino hasta que ha nacido un niño con este padecimiento.
- Si existen enfermedades metabólicas.
- Para advertir alguna anomalía del tubo neural.
- Otros aspectos congénitos como la agnesia renal, la microcefalia que es una desproporción de la cabeza por la pequeña con relación al cuerpo, y la hidrocefalia que es una acumulación normal de humor seroso en la cabeza.
- Diabetes materna - insulina dependiente.

Al realizar la práctica de la amniocentesis se pueden presentar algunas complicaciones como la perdida de líquido amniótico y/o una hemorragia (fetal o

maternal) pero que habitualmente terminan después de un periodo de reposo en cama.

En caso de que este análisis revele que el bebé tiene trisomía 21, se puede plantear el aborto terapéutico.

F) CARACTERÍSTICAS FÍSICAS, PSICO-AFECTIVAS Y EDUCATIVAS DEL SUJETO CON SÍNDROME DE DOWN.

FÍSICAS:

El sujeto con este trastorno no presenta generalmente todas las características propias de este Síndrome. Varían de una persona a otra. *"Se pensaba que la discapacidad intelectual era lo esencial y que de ella se derivaban las otras dificultades, pero la alteración genética comporta perturbaciones de todo orden. Por lo tanto, la disfuncionalidad intelectual es sólo una característica de entre otras".*⁶

Su apariencia física tiene unas características particulares y que los distinguen, sin hacerlos parecer iguales pero que les da un aspecto similar. Se puede observar, que desde su desarrollo prenatal, empieza a aparecer un retardo entre la sexta y duodécima semana porque pueden existir malformaciones de las estructuras del cráneo, la cabeza es más pequeña de lo normal, además de que el número de neuronas suele ser menor en la tercera capa cortical. Los niños nacen antes de término y generalmente pesando de 2 a 3 kilos.

Son pálidos, con llanto débil, apáticos, es decir faltos de energía, con ausencia de Reflejo de Moro (este reflejo es una reacción que presentan los recién nacidos. manifestado por la elevación de la cabeza extendiéndose repentinamente en brazos y piernas). Además presentan hipotonía muscular, .es decir, que tienen bajo o disminuido el tono muscular.

⁶ Carrasco Núñez, J., L., *Sexualidad y Síndrome de Down*, Editorial Ducere 2004, Pág. 25.

La nariz es pequeña y con la parte superior plana. Los ojos son ligeramente sesgados con una capa pequeña de piel en los ángulos anteriores, la parte exterior del iris, puede presentar unas manchas ligeramente coloreadas, estas manchas son llamadas de Brushfiel y se encuentran en forma de Y griega o escamas. Es frecuente que presenten estrabismo causa de miopías avanzadas.

También pueden contar con nistagmus o pseudonistagmus que es un guiño espasmódico de los párpados.

Las orejas son pequeñas, al igual que los lóbulos auriculares. La boca es relativamente pequeña y la lengua presenta macroglosia, esto es un desarrollo exagerado de la misma, tiene forma redondeada o roma en la punta, presentando dos anomalías: fisuras e hipertrofia papilar, es decir deformación de las papilas gustativas.

Los dientes son pequeños y a veces formados e implantados anormalmente. La raíz es más pequeña que en niños normales presentan prognatismo, que es una proyección notable de la mandíbula. La voz es gutural y grave porque las cuerdas vocales hipotónicas producen una frecuencia vibratoria más baja de lo normal y el timbre de la voz es áspero.

El cuello tiende a ser corto y ancho. El pecho parece ser redondo y generalmente presentan aplastamiento de esternón, la espina dorsal no presenta la curvatura normal, suelen tenerla muy recta o con malformaciones. Presentan una alta frecuencia de cardiopatías en el corazón, las más frecuentes son los defectos del canal auriculoventricular y la comunicación interventricular.

El abdomen lo tiene en forma de pesa, el hígado se puede palpar en muchos casos, debajo de las costillas. Es frecuente que presenten hernia umbilical. La piel parece ser más amoratada y tiende a ser relativamente seca sobre todo a medida que el niño crece, la piel envejece prematuramente sobre todo a nivel de zonas expuestas a las radiaciones solares.

Suelen tener una altura inferior a la media y cierta tendencia a la obesidad ligera o moderada sobre todo a partir del final de la infancia.

Su cabello es generalmente lacio, fino y sedoso pero durante el crecimiento se toma seco, apareciendo la calvicie.

Las manos son pequeñas con dedos cortos y pueden presentar un solo pliegue palmario en lugar de dos. El dedo meñique puede ser un poco más corto que lo normal, y tener dos segmentos en lugar de tres.

Los pies pueden presentar una ligera distancia entre el primer y el segundo dedo del pie, con un corto surco entre ellos en la planta del pie, frecuentemente el tercer dedo es más grande que los demás. La pelvis puede presentar varias alteraciones: la superficie inclinada del acetábulo (esta es una cavidad en forma de taza y forma parte de la cadera) se halla deformada, los huesos iliacos son grandes y se separan lateralmente. En estos individuos el ángulo iliaco fluctúa entre los 30 y 56 grados, mientras que en las personas normales es de 44 a 66 grados.

En los hombres, el pene es pequeño en su mayoría, el vello púbico es escaso y en las axilas se llega a carecer de él. Pueden presentar infertilidad, tienden a acumular tejido adiposo en el pecho y alrededor del abdomen.

En las mujeres, en algunos casos, la menarquia que es el periodo de inicio de la menstruación, se presenta posterior al periodo normal o es antes de lo normal. A diferencia de la menopausia que es a temprana edad y en todo este periodo la menstruación es un poco irregular. El vello púbico es lacio y escaso, destacando el clítoris por su tamaño.

CARACTERÍSTICAS PSICO AFECTIVAS.

Estas características son de gran importancia para el docente, y los padres de familia del sujeto que padece Síndrome de Down porque reconociéndolas se puede lograr que la persona Down exprese lo que siente mostrándose sociable hacia los demás.

El carácter de estas personas tiene varios matices que logran formar su personalidad. Son por lo regular alegres, tristes, agresivos, dóciles, receptivos,

lentos de afecto o huraños se muestran variables en cuanto a la forma de expresar sus sentimientos. Su carácter emotivo presenta rasgos tales como: la obstinación, actitud repetitiva, algunas autoridades médicas opinan que esta obstinación se debe a su sistema nervioso porque su deficiencia mental les impide cambiar rápidamente de una actitud o actividad a otra distinta, tratan de hacerlo, aunque no tan rápido como lo hará un niño normal. O también porque si se les pide algo en forma descortés, se niegan y tratan de hacer su voluntad. Son imitativos esta característica los puede ayudar a conceptualizar los conocimientos básicos copiando las actitudes de sus padres y rodeado de un ambiente familiar realizando las tareas cotidianas, así como expresar lo que sienten sin que sea motivo de burlas o malos comentarios.

La afectividad suele ser muy útil dentro de su educación y de su familia porque el niño Down sí crece rodeado por un ambiente afectivo y cariñoso progresará en su proceso de socialización, en cambio, si crece aislado y donde haya hostilidad hacia él puede que se forme con un carácter agresivo e inseguro. A pesar de que su lenguaje es limitado se hace entender, esto será posible por medio de la ayuda de la familia, el docente, además del médico que hace el diagnóstico desde que nace la persona Down, forjándole hábitos, vivencias familiares y con su comunidad.

También es importante, la información hacia la sociedad en general, para que sepan de la existencia de estos niños y no tenerlos alejados ni aislados, y pueda avanzar su integración dentro de su comunidad, por que se ha comprobado que estudios veraces sobre sociabilidad han encontrado que su coeficiente social de estas personas es mayor que el intelectual y muy similar al de su edad cronológica.

CARACTERÍSTICAS EDUCATIVAS.

Es importante que el niño con Síndrome de Down, reciba una educación primero de su familia, porque la familia forma una institución fundamental dentro de la sociedad y esto hace posible que el sujeto sea integrado por primera vez a un

núcleo de personas en donde interactúe con ellas. Y después forme parte de la escuela, en donde se utilicen recursos adecuados para que el niño Down pueda desarrollar su capacidad cognoscitiva, psicomotriz, afectiva, de lenguaje y social.

Esta educación debe de comenzar desde los primeros años del niño: primero por la estimulación de las funciones sensoriales y motoras de su cuerpo, porque le ayuda a que el niño vaya adquiriendo a controlar sus movimientos, los coordine y mejore su postura. Además de impulsar su desarrollo cognoscitivo con la iniciación de juegos sencillos con bloques, dados y más tarde rompecabezas y juegos de mesa. esto les ayudará a fomentar su lenguaje continuamente. Es importante señalar que la disciplina en estos niños es una parte esencial de su educación y para el establecimiento de hábitos entre ellos están los hábitos higiénicos, de alimentación, de salud, entre otros. Esto hará que la interacción con sus compañeros y maestros vaya adquiriendo en él un grado mayor de socialización y responsabilidad en medida que sus capacidades lo permitan, en conjunto con su familia.

Las personas Down tienen excelente capacidad de poner atención en figuras, dibujos, letras, números con sorprendente exactitud a una edad muy temprana, a diferencia del área que se encuentra disminuida porque el niño Down no tiene el nivel de abstracción que presentan los niños normales. Es decir, ellos necesitan ver una imagen, dibujo u objeto real constantemente para que pongan a trabajar su memoria así como un entrenamiento y una estimulación pedagógica que vayan adquiriendo a través de sus primeros años y a lo largo de sus vidas.

Por lo tanto, es imprescindible para su desarrollo integral que en su educación exista una gran variedad de auxiliares didácticos como: juguetes, proyecciones, libros ilustrados, objetos fáciles al tacto, música, etc. Esto permite a las personas Down que puedan fijar más su atención en libros con imágenes de gran colorido y además les resulten familiares. Esto puede ampliar su grado de aprendizaje porque va poner a trabajar su sentido de vista, memoria auditiva y la del tacto resultándole más fácil el manejo de conceptos a niveles primarios de colores, objetos familiares, personas conocidas, acciones que ellos mismos realizan o que empiecen a realizar como por ejemplo: lavarse las manos, lavarse los dientes,

bañarse, lavar su ropa íntima. Y por medio de estas imágenes ilustrativas, él o ella puedan comenzar a adquirir hábitos básicos de salud e higiene.

G) ENFERMEDADES MÁS FRECUENTES POR FALTA DE HIGIENE

Las personas con Síndrome de Down, pueden presentar una serie de problemas u alteraciones aunque estos trastornos no son siempre los mismos en todas las personas Down. Hay ciertas enfermedades que son más frecuentes y por lo regular es la falta de higiene o el descuido, el desinterés de los padres que pueden agravar la situación teniendo que ir al medico después.

Debido a que las personas Down tienen menos capacidad de defensa inmunológica, es decir de crear anticuerpos .

Un factor de riesgo en estas personas es el estreñimiento por atrofia muscular debido a la falta de ejercicio, especialmente cuando llegan a la etapa adolescente que es cuando ingieren muchas golosinas o pastelillos. Éstos contienen demasiadas calorías y azúcares. Por esta razón es muy frecuente, la obesidad. Es preferible, recomendar a los padres vigilar su dieta porque también les puede ocasionar caries dental, que es otro factor de riesgo.

Con respecto a su piel, en muchas ocasiones su estado de resequedad (xerosis) causa molestias por lo que se debe tener especial cuidado en la higiene de su piel ya que aparecen habitualmente piodermitis y forunculosis, a partir de la etapa de la pubertad. Es preferible que utilicen cremas lubricantes y humectantes para pieles sensibles

CAPÍTULO II

LA HIGIENE PERSONAL

A)¿QUÉ ES LA HIGIENE PERSONAL?

En nuestros días nos parece cotidiano bañarnos, lavamos los dientes después de comer alimentos, lavarnos las manos antes de comer y después de ir al baño, lavar la ropa, porque en nuestra cultura se nos ha enseñado a tener buenos hábitos de limpieza desde pequeños, ya sea en nuestra familia, en la escuela, trabajo y comunidad que nos manifiestan lo importante que debe de ser la higiene para nosotros. Hemos de definir a la higiene como parte de la Medicina, que es un conjunto de medidas que sirven para evitar enfermedades, además de conservar una buena salud. Así pues, la higiene debe de tener un lugar esencial dentro de nuestro diario vivir.

Pero esto no fue siempre así, la idea de higiene ha ido evolucionando con los adelantos científicos; ha ido transformándose en hechos que son beneficiosos para el hombre sí los lleva a su buena realización.

Se puede decir que la higiene también ha pasado por distintos pasajes de la Historia como veremos a continuación:

En la Prehistoria, la noción de higiene se basaba únicamente en la experiencia. El hombre prehistórico se apoyaba en la idea de no comer todo lo que le caía en la mano. solamente lo que ya había comido anteriormente. Se puede suponer que este fue el inicio de las medidas de higiene alimenticia. Siguiendo con nuestro recorrido por el tiempo, en la antigua Grecia y Roma la higiene tomó un sentido de pureza y de placer porque estaban conscientes de cuidar su cuerpo y pasaban mucho tiempo bañándose en las termas públicas que eran una especie de baños en donde se juntaba la población, con baños a temperatura variable, masajes,

cremas perfumadas y enjuagues "bajo los augurios de la Diosa Higeia, protectora de la salud y de cuyo nombre se deriva la palabra actual "higiene".⁷

Estas costumbres fueron imitadas por el Oriente en donde los baños turcos o los Hamman (tinas de piedra alargadas) son en la actualidad rituales de purificación religiosa, placer e higiene.

Durante la Edad Media, la población en estas ciudades se bañaba con frecuencia. además de que en los baños públicos permitían que los hombres se reunieran y relajaran. Pero hubo un problema, porque las necesidades fisiológicas o de defecación, se realizaban delante de toda la gente y se lanzaba todo a la calle, esto se mezclaba con las aguas residuales y corrían a través de los canales del centro de las calles, por lo cual era un foco de infección.

En el Renacimiento, el cuerpo era considerado como tabú, se creía que una capa de suciedad garantizaría una protección contra las enfermedades, porque los científicos de ese tiempo decían que el agua entraba por el cuerpo por medio de los poros de la piel y generaba enfermedades, por lo tanto, la gente se limpiaba con una toalla y la frotaban en las partes visibles del cuerpo. También creían que si una prenda blanca se ponía sucia era bien visto, y significaba que había acumulado suciedad y ya no era necesario lavarla.

Ya en el Siglo XVIII, aparecen las letrinas colectivas y estaba prohibido desechar los excrementos por la ventana. En 1774, el químico sueco Cari Scheele descubre el cloro, dándose cuenta que blanqueaba los objetos. También aparece la lejía.

En el Siglo XIX, se da un cambio favorable a la higiene porque se propone la creación de fosas sépticas que eran hoyos en donde se desecharan los excrementos. También se vislumbran las tuberías de desagüe y los retretes ingleses se extienden por toda Europa.

En ese tiempo, se presentaban las primeras medidas higiénicas: lavarse las manos, aseo diario con agua y jabón, difundándose por medio de médicos y políticos con un solo objetivo: vencer enfermedades contagiosas: la peste, el cólera, la fiebre tifoidea, el tifus, la fiebre amarilla.

⁷www.higiene.educ.com/sp/home.htm-7k. Sitio Educativo sobre la Higiene desarrollado por el Instituto Pasteur. 2001.

En 1847, el médico Ignac Semmelweis, comprueba que las medidas de higiene reducían la muerte por causa de fiebre puerperal, fiebre que se presentaba en las mujeres después del parto. El escocés Joseph Lister utilizó la antisepsia que es un método que consiste en combatir o prevenir los padecimientos infecciosos, destruyendo los microbios que los causan, de ahí que se deriven la idea de higiene como sinónimo de prevención.

Por último en el Siglo XX, durante unas conferencias internacionales, se acuerda la creación de lo que hoy en nuestros días es la OMS (Organización Mundial de la Salud) en 1946.

Desde ese momento, se asume más la noción de higiene sobre todo en las escuelas. No obstante, aún quedan creencias y hábitos en algunos sitios como por ejemplo: el no bañarse después del parto o durante la menstruación. Pero a pesar de esto, la higiene se impone por todo el mundo con el fin de combatir enfermedades que han surgido como el cólera y que es preciso que se renueven estas medidas higiénicas, especialmente para las personas Down que son más propensas a las infecciones o enfermedades.

B) IMPORTANCIA DE LA HIGIENE PERSONAL

Para las personas Down, la higiene debe de tener un lugar tan importante dentro de su vida, como para todas las personas sobre todo porque su sistema inmunológico es deficiente.

Por ese motivo, su estado de salud es variable porque presentan infecciones frecuentes del tracto respiratorio superior, trastornos auditivos: otitis crónica que es una inflamación del oído acompañada de vértigo, fiebre y dolor auditivo, resfriados frecuentes; estos resfriados son más habituales en ellos porque tienen mucosa gruesa y les fluye demasiado el moco.

Es importante que el sujeto Down cuida su cuerpo porque a diferencia de los sujetos normales puede presentar ese tipo de afecciones ya mencionadas o

algunas que requieren de más cuidados como son: resequedad en la piel, infecciones cutáneas como la furunculosis (son una especie de tumores que se inflaman en el espesor de la piel debido a una higiene defectuosa) y laxerosis (piel seca. Además de padecer caries en los dientes y padecer paradentosis que es la pérdida de algunos dientes que destruye el tejido alrededor de la pieza dental debido muchas veces a una mala higiene bucal; alergias al polvo debido a su deficiente sistema inmunológico por un mal cuidado que tengan de su organismo. Muchas veces, las familias no ponen mucha atención en ese aspecto cuando se tienen otros hijos y se les da prioridad a ellos, así como porque la familia carece de recursos para una higiene básica y necesaria.

C) Normas de Higiene en el Sujeto Down.

Las medidas de higiene para las personas con Síndrome de Down sobre todo al llegar a la adolescencia, les puede permitir evitar la propagación de bacterias o disminuir su frecuencia de aparición en su organismo y así prever enfermedades.

Es importante señalar que todos los seres humanos tienen contacto diariamente con una multitud de partículas que pueden reproducirse en nuestro cuerpo. producir infecciones y llegar a dañarnos seriamente.

Llamamos infección a la invasión o colonización del cuerpo por microorganismos.

Estos microorganismos son pequeñísimos, pueden ser hongos como las levaduras, animales unicelulares como los protozoarios y las amibas, bacterias y virus.

Las bacterias dependen de sustancias nutritivas que otros seres producen o contienen, excretan sustancias venenosas o tóxicas que dañan al huésped, por ejemplo: el Tétanos (enfermedad que se produce por las heridas en la piel y ataca al sistema nervioso), al Tuberculosis, Neumonía, el Cólera

Los virus, en cambio, desintegran las células que parasitan, ejemplo: el virus que produce la Poliomielitis que destruye las células del sistema nervioso y ocasiona parálisis en distintas partes del cuerpo.

Para poder evitar este tipo de contagio principalmente en las personas Down, es necesario que sigan hábitos higiénicos básicos, en su persona, después en su hogar, en el lugar donde estudie y por último su comunidad.

La higiene personal en sujetos Down, sobre todo cuando llegan a la adolescencia es de gran importancia para que logren mantener un cuerpo en buen estado de salud. Algunos de los cambios que ocurren durante esa etapa son que las glándulas sudoríparas trabajan más por lo que el cuerpo de los adolescentes transpira más, ocasionando mal olor. De igual forma, las jóvenes Down que estando en su periodo menstrual, necesitan de una higiene constante y necesaria.

- El Baño Diario.

Es importante que al sujeto Down, se le enseñe el hábito de bañarse diariamente lavando especialmente las zonas del cuerpo que estén propensas a infecciones: el cabello, las axilas, los genitales externos, los dedos de los pies; así como secarse muy bien para no dejar humedad en el cuerpo porque puede generar hongos y causar mal olor. -

- Aseo Bucal.

Se debe procurar que las personas Down cepillen sus dientes tres veces al día, después de que tomen sus alimentos. Porque la boca está especialmente expuesta en materia de contaminación de las mucosas.

Las mucosas son aquellas membranas que cubren las cavidades del organismo y siempre están humedecidas por materia viscosa. Su temperatura y su PH pueden variar de acuerdo al lugar donde están situadas (boca, nariz, ojos, genitales). Pero todas representan un punto principal donde se concentran los microbios en el

organismo "/os dientes, la placa dental y el surco gingivo – dental constituyen junto con la propia membrana mucosa las principales zonas de desarrollo microbiano. La fuerte acidez del medio debido a la descomposición de los restos alimentarios favorece este desarrollo".⁸

Un mal hábito de los seres humanos es meterse en la boca los dedos u otros objetos contaminados especialmente, las personas Down que como mencionamos antes, necesitan de un mayor entrenamiento en normas higiénicas, contribuye al cultivo de bacterias. Una buena limpieza bucal reducirá la formación de la placa dentobacteriana, así como problemas gingivales, buco dental y limitará la contaminación que viaja por el aire producida por el toser y estornudar sin protegerse con un pañuelo desechable delante de la boca.

- Aseo Nasal.

Dentro de la mucosidades de la nariz se pueden generar gérmenes por medio de las manos o del estornudo. Casi el 80% de los virus se transmiten por las secreciones nasales que pasan de las manos y se reactivan después de 6 horas. En el aire, encontramos todo tipo de microbios de una persona a otra, de animales y polvo.

Para poder evitar este contagio debemos de proporcionar a las personas Down papel sanitario y que se protejan cuando vayan a estornudar o mantener limpia su nariz constantemente y que no introduzcan ningún objeto a la nariz (lápiz, botones, papel).

Los ojos también pueden presentar una entrada potencial para los microbios. Ya que se encuentran cubiertos por una mucosa y recubiertos por unas sustancias que se encuentran en las lágrimas llamadas Inmunoglobulinas Lisozyma y están expuestas al polvo por lo tanto se debe evitar el contacto con las manos sucias y las personas Down usan lentes, muy frecuente en ellos, por eso se debe de tratar de que los limpien con un pañuelo limpio.

⁸ www.higiene.educ.com/sp/home.htm-7k 2001.

- Las Manos y las Uñas.

En ellas se encuentran un gran número de microorganismos que generan enfermedades; esos microorganismos pueden venir del exterior o de otras zonas del cuerpo. Es esencial que los sujetos Down dentro de su vida diaria practiquen lavarse las manos cada vez que entren en contacto con animales, después de ir al baño y antes de comer o ayudar a preparar algún alimento.

Mencionamos también la importancia de evitar en los sujetos Down los accidentes (caídas, cortadas, raspaduras) porque los microbios pueden entrar en el organismo por las heridas o lesiones. Cualquier herida de la piel rompe las defensas que lo protegen, ocasionando una infección.

Es necesario que los sujetos Down aprendan a desinfectar las heridas lavando con agua y jabón, la zona afectada evitando cubrir la herida porque puede favorecer el desarrollo de microbios por el calor y la humedad.

* HIGIENE DE SUS GENITALES EXTERNOS.

Es primordial para los adolescentes Down el enseñarles el lavado con agua y jabón de sus genitales externos. En el joven Down: testículos y pene, en la joven Down: vulva, labios mayores de la vagina. Hay que recordar también el aseo anal después de ir al baño con papel sanitario adaptado de adelante hacia atrás de la zona anal evitando llegar a la zona del perineo que es un espacio que media entre las partes sexuales y el ano, es una zona sensible sobre todo en la mujer, debido a la estructura anatómica de la mucosa y la proximidad con el ano.

Se debe de poner especial atención con este hábito porque si no-se hace correctamente puede provocar infecciones, sobre todo en las jóvenes Down

además de poner especial atención en su aseo genital durante su periodo menstrual.

¿Qué fin se persigue el educar sobre las medidas higiénicas en personas con Síndrome de Down?

Estos hábitos higiénicos que son básicos en todo ser humano, resultan difíciles para las personas Down debido a su grado cognoscitivo y su carácter obstinado. Sin embargo, uno de los quehaceres pedagógicos dentro de la educación especial es proporcionar las herramientas necesarias para que las personas Down logren ser menos dependientes dentro de este ámbito. En este caso, la herramienta será El Cuaderno Ilustrado, como auxiliar didáctico más aparte el estímulo del docente en conjunto con el entrenamiento y la práctica constante en casa con sus padres.

* HIGIENE EN LA ESCUELA

Para los sujetos Down, el asistir a la escuela puede ser beneficioso porque es una forma de socializarse con las demás personas.

En este medio los hábitos de higiene al igual que en su hogar, deben contribuir a su desarrollo como personas integradas a la sociedad.

Los hábitos de higiene dentro de la escuela son:

- Entrenarlo poco a poco en no tirar papeles sucios por dondequiera sino indicarle que hay un recipiente propio para ello.
- Durante el horario del almuerzo indicarle que debe de tomar sus alimentos sin atragantarse, es decir, sin prisa y no andar paseando con algún envase de vidrio ya que en este momento, por ser de un carácter variable pueden volverse agresivos y como son personas que no miden las consecuencias ni el peligro pueden llegar a cortarse o ahogarse con los alimentos o bebidas.

- Indicarles que estando en la escuela o en cualquier parte tienen que lavarse las manos antes de que ingieran cualquier tipo de alimento; porque como se ha señalado anteriormente, las personas Down tienen su sistema inmunológico débil y son susceptibles de contraer infecciones, especialmente, del aparato digestivo..

* HIGIENE EN LA COMUNIDAD

En este espacio, se puede hacer participe en labores que puedan realizar las personas con Síndrome de Down. Dentro de estas actividades, los padres de familia son el punto principal para que las personas Down puedan cooperar en el hogar o dentro de su comunidad como parte de su integración al medio en que viven. Enseñándoles a realizar pequeñas tareas de acuerdo a su capacidad intelectual y sus potencialidades:

- Pueden barrer el patio.
- Tirar la basura en el camión recolector.
- Si su casa cuenta con jardín enseñarlo a regar las plantas.

También llevarlo cuando se realicen reuniones con los demás vecinos, además de que participará en actividades recreativas, será parte de la integración del joven Down a su comunidad. Esta formación integral llena de actividades sociales le beneficiarán tanto en: salud, educación, comunicación, tener una vida sexual, si es posible emplearlos en un trabajo y darles una remuneración económica, hacerlos partícipes de la vida ciudadana, entre otros aspectos. En los siguientes temas, se abordará el tema de los productos higiénicos y su uso en personas Down.

D) Qué son los Productos Higiénicos.

Como hemos mencionado, la higiene nos sirve para mantener nuestro cuerpo sano, evitar infecciones o enfermedades especialmente en las personas Down, que son más vulnerables que los demás.

Para lograr una higiene, se necesita de la ayuda de los productos que sirven para que nuestro cuerpo quede libre de sudor, polvo o suciedad que a diario se adquieren. Es importante para las personas Down, el que puedan "reconocer" por ellas mismas, el producto básico y necesario para su higiene y su cuidado personal: jabón, crema, pasta dental, desodorante, papel sanitario, toallas femeninas para las jóvenes Down, jabón detergente para lavar su ropa. Y después de un reconocimiento constante de estos productos, el empleo de los mismos, así como su posible adquisición en el mercado. Esta práctica tiene un seguimiento progresivo de lo más simple a lo más complicado que es la compra de los productos.

Al educar a las personas Down sobre estos conocimientos ¿Qué objetivo se persigue?

La educación sobre la higiene y el uso de productos higiénicos en personas Down es necesario y básico el que pueda ser menos dependiente de sus padres en ese aspecto.

Porque como todo ser humano, cualquiera que sea su condición tiene derecho a recibir educación y a ser tratado como persona, que pueda valerse por sí mismo en lo que sus posibilidades le permitan.

También es importante que las personas Down sean independientes en su higiene corporal porque en ocasiones pueden ser víctimas de abuso por parte de los demás, por no saber asearse por sí solas. Esto se explica porque es muy frecuente, los jóvenes Down al ser personas discapacitadas y no poder realizar

algunas cosas por ellos mismos, recurren a la ayuda de una persona mayor para que sean aseados, debido a la sobreprotección de los padres, esto puede ocasionar que algunas personas tengan pensamientos malsanos para con los jóvenes Down y puedan abusar de ellos debido a su nivel de comprensión. O suele suceder que en familias muy numerosas y que cuentan con hijos de Down, no se les tenga el cuidado necesario y se pongan en manos de un familiar que también pueda abusar de estas personas.

Además de que al poder reconocer, usar y adquirir estos productos por ellos mismos su integración en la sociedad será más completa aumentando su autoestima, ayudándole a no sentirse marginado o aislado de los demás.

Los productos higiénicos que son indispensables para el cuidado personal en las personas Down van desde jabones, shampoo, desodorante, cremas lubricantes y humectantes para piel sensible, ya que las personas Down tienen- su piel reseca y frecuentemente surgen de infecciones cutáneas, toallas femeninas, así como talco para evitar humedad en los pies y prevenirlos de una posible micosis.

Hemos de decir que la práctica de aplicar productos para la higiene y el cuidado del cuerpo es muy antiguo. Porque desde la época egipcia, la fabricación de estos productos alcanzó su mayor esplendor.

Hasta ahora, este desarrollo de productos ha ido en aumento y su uso común se ha ido extendiendo a todos los estratos sociales. Ya que el cuerpo es susceptible de cuidados y está expuesto a las infecciones por tener mala higiene o descuido. Además de que los productos higiénicos ayudan a sentirnos bien con los demás. Dándonos seguridad y confianza.

Los productos higiénicos indispensables para la higiene personal de las personas Down son los mismos que utilizamos todos; pero que en ellos se debe de poner mayor interés en que los usen correctamente, porque como se explicó anteriormente su desarrollo cognitivo es lento y se requieren más repertorios de aprendizaje sobre éstos y otros hábitos que vayan mejorando su integración social.

- Jabón: Éste puede ser neutro porque no contiene muchas sustancias químicas que pudieran causar alergias en la piel o prurito. Es importante mencionar que las personas Down tienen una piel muy sensible y puede propiciar la xerosis que es una enfermedad de la piel que se caracteriza por una especie de callosidades en la piel.

- Desodorante: Este producto de uso constante deberá estar siempre a la vista de las personas Down y con el entrenamiento y la práctica sea usado diariamente, sobre todo en épocas de calor.

- Cremas: Es importante su uso continuo porque las personas Down presentan con frecuencia grietas o fisuras en la piel. En particular, durante la temporada de frío. Se recomienda utilizar cremas humectantes o lubricantes.

- Toallas sanitarias: Este producto es básico que aprendan a utilizar las jóvenes Down por si solas. Es un factor de mucha importancia porque ellas mismas protegerán su intimidad. En este aspecto, las madres deben de colaborar en conjunto con la maestra para que esta práctica y este entrenamiento sea exitoso para estas jóvenes Down. Las toallas sanitarias sencillas pueden ser más fáciles de utilizar en estas personas.

- Papel sanitario: Es esencial para las personas Down tener siempre a su alcance papel sanitario para su aseo nasal porque con frecuencia sufren de resfriados e infecciones respiratorias y cuando vayan al baño procurar siempre que lleven papel sanitario.

- Talco: El uso de este producto es propicio para el cuidado de los pies porque evita la aparición de hongos debido a la humedad que hay en esa zona ocasionando mal olor, en especial se debe de tener más cuidado para las personas Down, en donde existe un engrosamiento en los surcos

transversales en el dorso de los dedos de los pies y puede ser un foco de infección para ellos.

- Shampoo: El uso de este producto favorece el crecimiento del cabello de las personas Down, especialmente porque durante el desarrollo del joven éste se torna seco y ralo y el utilizarlo puede impedir un poco la calvicie prematura que existe en ellos.

Estos productos deberán ser fundamentales en el aseo diario de las personas con Síndrome de Down. Porque como se ha señalado anteriormente, poseen características diferentes de cualquier persona normal y requieren de un mayor cuidado en su higiene corporal para un buen desarrollo físico, además de sentirse bien consigo mismo y que esto pueda favorecer su integración a la sociedad con una mayor calidad de vida, al saberse independiente en ese aspecto de vida y reconocido como una persona que logra algo por él mismo.

El Doctor A. Buresh, menciona que una persona Down al sentir el reconocimiento, la sensación de valer, una oportunidad para alcanzar el éxito lo conduce a tener satisfacciones en su desarrollo físico y mental.⁹

⁹ García Escamilla, Sylvia, El Niño con Síndrome de Down, Editorial Diana 1991, Pág. 89.

PRODUCTOS HIGIENICOS BASICOS Y NECESARIOS
PARA JOVENES DOWN:



CEPILLO DENTAL



PAPEL HIGIENICO



PASTA DENTAL

DESODORANTE



SHAMPOO



TALCO

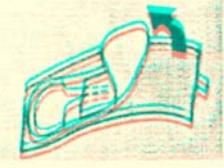


PROPUESTA PEDAGÓGICA PARA ADOLESCENTES DOWN



JABON

Hemos considerado una competencia de los hábitos higiénicos en el joven Down. Este recurso ha elaborado un material didáctico como un medio para ayudar a los maestros que trabajan con estas personas a las mismas personas. También a sus familias.



TOALLA SANITARIA

Empezaremos primeramente definiendo que es un recurso didáctico. En principio, un recurso es el objeto de un proceso de aprendizaje. En este caso, un recurso didáctico es un medio que sirve al maestro para comunicar a los alumnos durante el proceso de enseñanza-aprendizaje. Ayudar a?



CREMA

Que finalidad tiene el recurso didáctico en la enseñanza?

CAPÍTULO III

PROPUESTA PEDAGÓGICA PARA ADOLESCENTES DOWN

A) INTRODUCCIÓN.

Hemos considerado una necesidad básica el aprendizaje de los hábitos higiénicos en el joven Down y para este fin se ha elaborado un material didáctico como un medio para facilitar a los maestros que trabajan con estas personas, a las mismas personas Down y a sus familias.

Empezaremos primeramente, definiendo que es un recurso didáctico.

En principio, un recurso es el empleo de otros medios para lograr un objetivo.

En este caso, los recursos didácticos son medios que utiliza el maestro para comunicar algo a sus alumnos durante el proceso de enseñanza-aprendizaje. *Axotla(1987).*

Este recurso didáctico es un apoyo del maestro para sus actividades dentro de la escuela. Además de acercar al alumno a la realidad de lo que se quiere enseñar.

Qué finalidad tiene el material didáctico entro de la enseñanza?

- Sirve como motivación en la clase.
- Hace más sencillo el conocimiento.
- Permite que el aprendizaje se vuelva más dinámico.

Y para que un material didáctico sea efectivo:

- Tiene que-ser realmente el adecuado para el tema que trata la clase.

- Ser de fácil comprensión y manejo.

Además es importante mencionar, que el material didáctico se fundamenta en los mecanismos psicológicos que se ponen en juego en el proceso de aprendizaje, de manera particular en las sensopercepciones.

Aristóteles afirmó: *"No hay nada en la mente humana que no pase a través de los sentidos"*, más tarde Leonardo Da Vinci, escribió: *"Todo nuestro conocimiento tiene su origen en las percepciones"*, Thomás Hobbes, filósofo inglés, declaró: *"No hay percepción en la mente humana que no haya sido adquirida, totalmente en parte, a través de los órganos de los sentidos"*¹⁰

B) LA PROPUESTA

Algunos pedagogos realizan programas para mejorar el aprendizaje, a fomentar éste en el desarrollo del niño, otros incluyen programas para padres de familia sobre valores familiares (entre estos programas importantes mencionaremos: la estimulación temprana en niños de preescolar, el programa de estimulación temprana para Niños con Síndrome de Down de la UNAM, Plantel Iztacala. El programa Psicopedagógico de Servicio Social en la UNAM, Campus Aragón). Porque la función de todo pedagogo es la de promover en las personas las aptitudes y destrezas necesarias para modificar y cambiar sus condiciones de vida a través de la práctica educativa.

La propuesta que esta Tesina presenta es principalmente que los jóvenes con Síndrome de Down, adquieran el cuidado suficiente y las medidas sanitarias para que sean más independientes en su aseo corporal. También puedan "reconocer" y usar productos higiénicos que son básicos cuando llegan a la adolescencia: como

¹⁰ Axotrla Muñoz, Víctor, Antología de los Auxiliares de la Comunicación, ENEP Aragón 1987, Pág. 92.

la aplicación de toallas sanitarias en las jóvenes Down y la aplicación del desodorante básicamente.

Este cuaderno ilustrado está elaborado con imágenes de gran colorido porque los dibujos con colores llaman más la atención en estas personas Down.

Con el propósito de ir mostrando en estas láminas el cuidado que deben tener en su aseo personal diariamente.

¿Qué se busca con esta propuesta?

Se pretende que las personas Down alcancen mayor comprensión del cuidado de su cuerpo, por medio de este cuaderno ilustrado y puedan llevar una mejor condición de vida contribuyendo a sentirse independientes para su aseo personal.

Este cuaderno puede contarse como una alternativa didáctica para el aprendizaje de la higiene corporal en las personas Down, porque en ocasiones se carece de recursos didácticos para estas personas, tanto en el hogar como en la escuela. Además estas personas aprenden mejor con materiales didácticos variados, especialmente los diseñados para lograr una mejoría y una nueva adquisición en su aprendizaje, por mínimas que se alcancen.

En el principio de este cuaderno se encuentran las imágenes con los productos higiénicos personales: shampoo, crema, talco para pies, toallas sanitarias, jabón, pasta dental, cepillo de dientes y desodorante, con sus acciones respectivas y con la intención de que las personas Down puedan "reconocer" y llevarlas a la práctica con continuidad.

Más adelante, hay una serie de ejercicios escritos con la finalidad de que los jóvenes Down se familiaricen con estos productos y las acciones que se realizan con éstos.

Después seguimos con unas actividades recreativas que se pueden realizar dentro y fuera del salón de clases como un apoyo en el aprendizaje de estos

hábitos higiénicos, la integración social del joven Down con otros chicos y chicas, así como desarrollar su comunicación, agilidad, destreza motriz fina y gruesa.

Como última parte de este cuaderno, se encuentra una historieta basada en el uso del desodorante como otra forma de promover estos hábitos higiénicos en el joven Down.

C) OBJETIVOS DE LA PROPUESTA

Que los jóvenes con Síndrome de Down adquieran mayor independencia sobre el uso personal de los productos higiénicos personales.

Señalar que la familia tiene una función especial en los hábitos higiénicos y deben de llevarse a cabo dentro del hogar principalmente.

Proveer los cuidados y medidas necesarias que deben de tener las jóvenes con Síndrome de Down al llegar a la etapa de la menstruación.

A continuación se expone el cuaderno ilustrado sobre el uso de los productos higiénicos personales para jóvenes con Síndrome de Down como un material didáctico dentro de la propuesta pedagógica que esta Tesina presenta:

CUADERNO DIDÁCTICO ILUSTRADO SOBRE LOS

PRODUCTOS HIGIÉNICOS BÁSICOS PERSONALES

PARA ADOLESCENTES DOWN Y SU USO.

Autor: Renata Judith Guadalupe Martínez Meneses.

PRESENTACIÓN

Este cuaderno ilustrado es un material didáctico elaborado individual y exclusivamente para los chicos Down sobre su higiene corporal y el cuidado de su cuerpo. En él se muestran los productos higiénicos que deben de "reconocer", usar y si es posible que puedan adquirirlos en el mercado por sí solos.

Además contiene unas actividades para que se realicen en forma grupal con el objetivo de socializar a estos chicos Down y aprender de otra forma estos hábitos.

Y por último, una historieta con el mismo tema para que sea más completo este aprendizaje.

Este recurso didáctico tiene como propósito principal el ayudar a estos jóvenes Down a tener más independencia en este aspecto de su vida, mejorando su autoestima y la aceptación en la sociedad como personas con iguales derechos.

Con los siguientes objetivos:

OBJETIVOS

- Que los jóvenes con Síndrome de Down adquieran mayor independencia sobre el uso personal de los productos higiénicos (shampoo, jabón, desodorante, cepillo y pasta dental, crema, talco para pies, crema humectante, papel higiénico y toallas sanitarias).
- Señalar que la familia tiene una función especial en los hábitos higiénicos que deben de llevarse a cabo dentro del hogar.
- Proveer los cuidados y medidas necesarias que deben de tener las jóvenes con Síndrome de Down al llegar a la etapa de la menstruación.

CONTENIDO

A) Productos Higiénicos Básicos Personales para jóvenes Down

1. Shampoo
2. Jabón
3. Talco para pies
4. Crema humectante
5. Toallas Sanitarias
6. Pasta y Cepillo Dental
7. Desodorante
8. Papel Sanitario

B) Ejercicios

C) Actividades Recreativas

D) Historieta "El Problema de Paco"

PRODUCTOS HIGIENICOS PERSONALES
PARA ADOLESCENTES CON SINDROME DE
DOWN



SHAMPOO





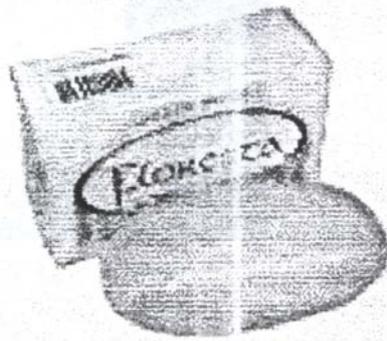
DESODORANTE



Rexona
Deodorante



JABON





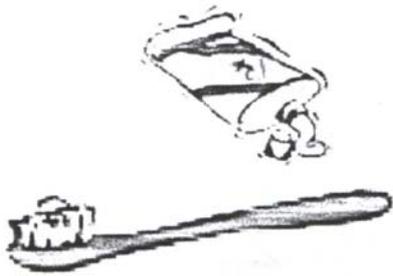
PAPEL HIGIENICO

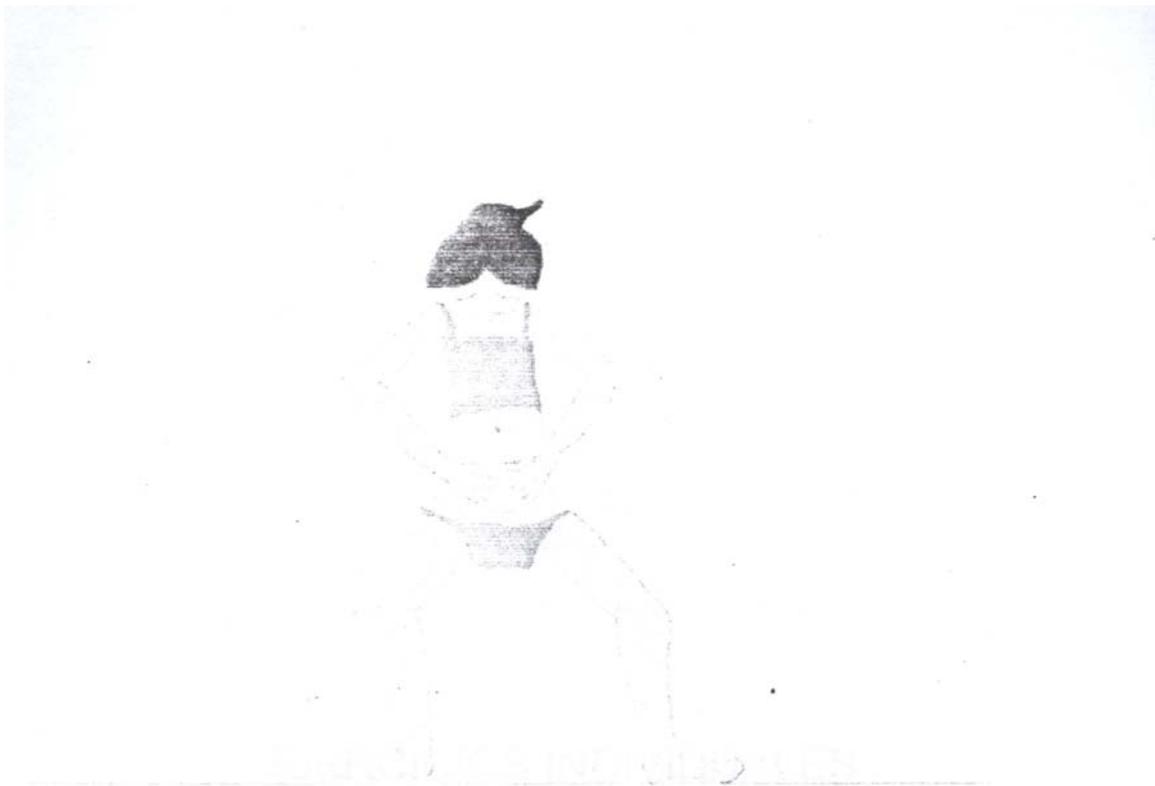
COMO USAR PARA LAS MANOS



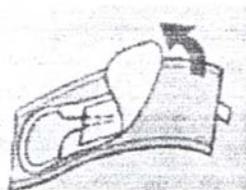


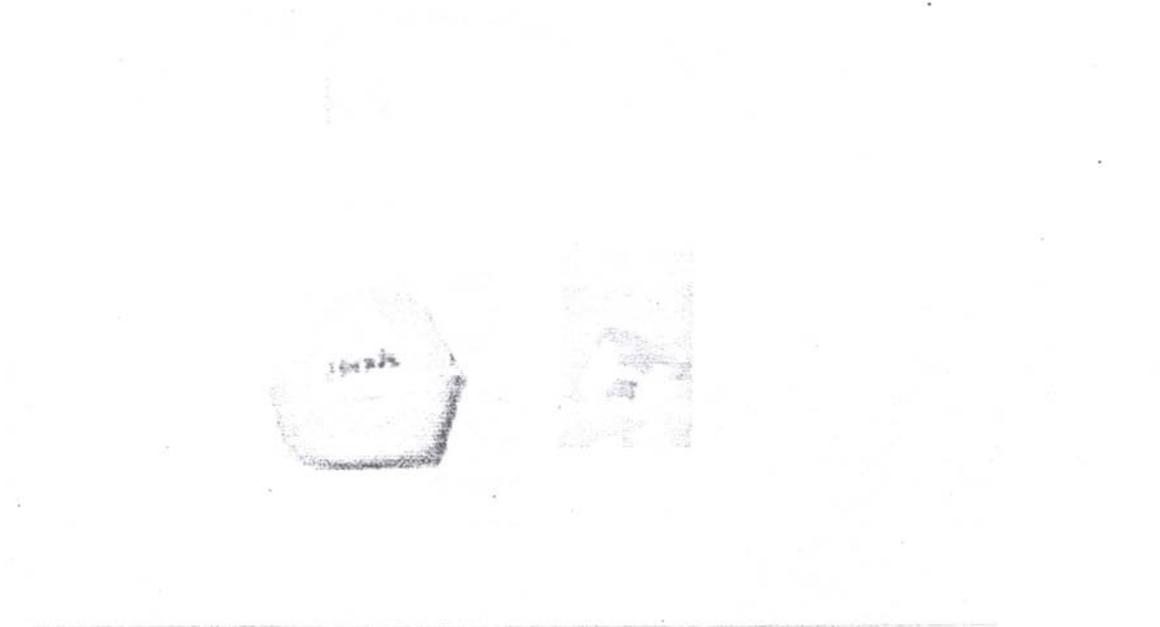
CEPILLO PARA LOS DIENTES

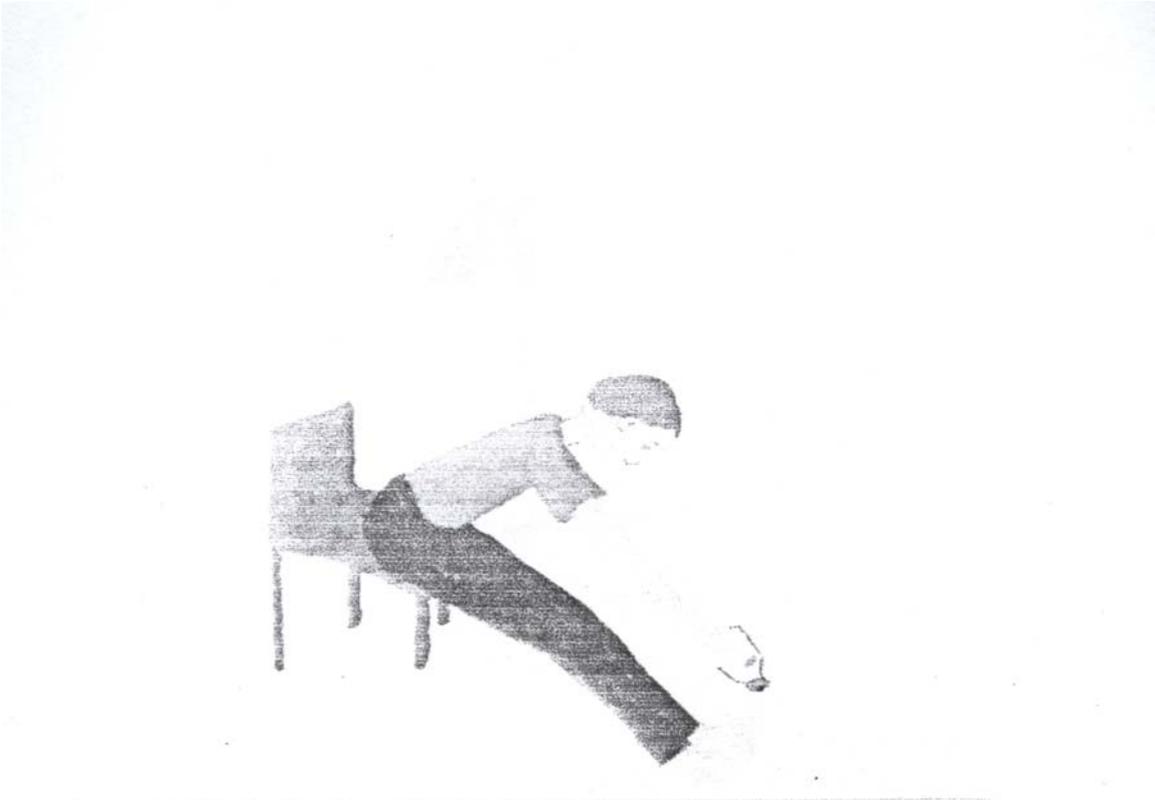




TOALLA SANITARIA.







TALCO PARA PIES



EJERCICIOS INDIVIDUALES

ENCUENTRA EL NOMBRE DEL PRODUCTO Y UNELOS CON UNA LINEA AZUL:

JABON

PASTA DENTAL

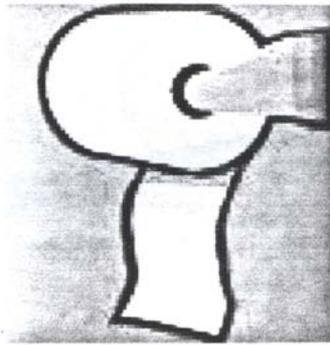


CEPILLO DENTAL

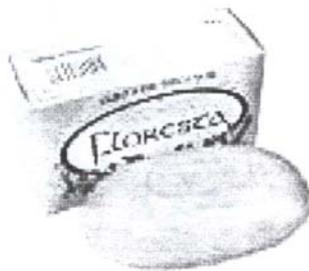


TALCO

COMPLETA EL NOMBRE CORRECTO DE LOS PRODUCTOS
HIGIENICOS:



PA _____ HIGIENI _____



JA _____

COMPLETA EL NOMBRE CORRECTO DE LOS SIGUIENTES PRODUCTOS HIGIENICOS:



CEPI__O DEN__AL



PAS__A D__ DIEN__

Completa el nombre de cada producto que usas para tu higiene:



J _____



P _____ D _____



C _____



T _____

ENCUENTRA EL CAMINO DE LOS PRODUCTOS HIGIENICOS CON
SU NOMBRE CORRECTO:



-----CREMA

-----SHAMPOO



-----JABON

-----TALCO

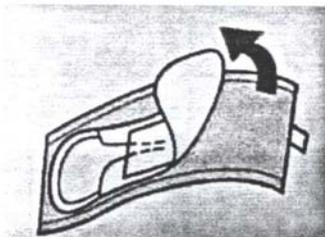
ENCUENTRA EL CAMINO DEL NOMBRE CORRECTO DE LOS SIGUIENTES PRODUCTOS:



Rexona

-----CREMA

-----DESODORANTE



-----TOALLA SANITARIA

-----SHAMPOO

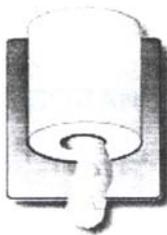
Relaciona las palabras con el producto correcto:



PASTA DENTAL



PAPEL HIGIÉNICO



SHAMPOO

CEPILLO DENTAL

JABÓN

Marca con una cruz (X) la palabra que no corresponda al dibujo:



SHAMPOO - CEPILLO DENTAL



CREMA - TALCO



DESODORANTE - JABON



JABÓN - SHAMP

OBSERVA LAS SIGUIENTES PALABRAS Y ESCRIBELAS EN DONDE HACEN FALTA:

PONEMOS _____ SOBRE EL CEPILLO DE DIENTES



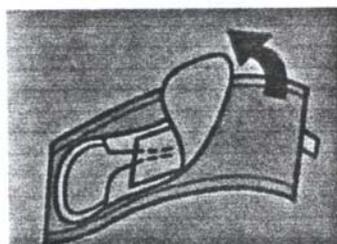
PARA LAVARSE EL CABELLO USAMOS _____



SHAMPOO

PASTA DE DIENTES

Une con una línea la acción con su producto correcto:



UNE CON UNA LINEA EL PRODUCTO CORRECTO CON SU ACCIÓN:

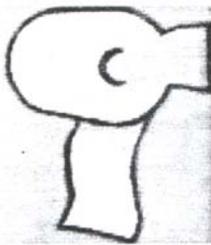


ESCOGE DE LAS PALABRAS DE ABAJO LA QUE CORRESPONDA
A CADA DIBUJO:



SHAMPOO CREMA TALCO PASTA DENTAL PAPEL HIGIENICO

ENCIERRA EN UN CIRCULO ROJO EL PRODUCTO QUE SE UTILICE EN LA ACCION:



7-12 LA DENTADA

7-12 LA DENTADA



7-12 LA DENTADA

7-12 LA DENTADA

ENCUENTRA EL NOMBRE DEL PRODUCTO Y UNELOS CON UNA LINEA AZUL:

JABON

PASTA DENTAL



CEPILLO DENTAL



TALCO

ACTIVIDADES RECREATIVAS

Actividades que refuerzan y apoyan el aprendizaje de los hábitos higiénicos en adolescentes con síndrome de Down.

Nombre de la actividad	¿CUÁL ES CUÁL?
Objetivo	Desarrollar en los jóvenes Down su memoria visual a partir de imágenes de los productos higiénicos personales conocidos
Materia	Imágenes de productos higiénicos personales conocidos, tarjetas con sus Nombres.
Descripción de la Actividad	Sobre el pizarrón se colocan las ilustraciones de los productos higiénicos personales y se forman 2 equipos sobre el escritorio se colocan tarjetas con los nombres de estos productos boca abajo y cada integrante pasará a voltear una tarjeta a pegarla debajo de la imagen correcta.

<p>Nombre de la actividad</p>	<p>BAILA MI RITMO</p>
<p>Objetivo</p>	<p>Fomentar la integración de los alumnos dentro del grupo con el fin de socializarse.</p>
<p>Material</p>	<p>Letreros con nombres de los productos higiénicos personales, grabadora, música de diferente género (rock, salsa, merengue).</p>
<p>Descripción de la actividad</p>	<p>Se pega un letrero con el nombre del producto higiénico a cada participante y la maestra nombrará 2 productos con el fin de formar parejas, al comenzar la música cada pareja deberá bailar el ritmo que escuchen, no deben quedarse sin saber que hacer. se van eliminando las parejas que se queden quietas.</p>

<p>Nombre de la actividad</p>	<p>AROS VOLADORES</p>
<p>Objetivo</p>	<p>Reconocimiento de productos higiénicos en el joven Down por medio del juego de los aros.</p>
<p>Material</p>	<p>Productos higiénicos personales y aros de plástico.</p>
<p>Descripción de la actividad</p>	<p>Se forman dos equipos y un integrante de cada equipo pasará al frente con los aros para tratar de ensartar los productos higiénicos sin tirar. Estos estarán a metro y medio de distancia de los participantes. Gana el equipo que lo haga con mayor exactitud y rapidez.</p>

<p>Nombre de la actividad</p>	<p>BOLSAS SECRETAS</p>
<p>Objetivo</p>	<p>Intercambiar información en parejas</p>
<p>Material</p>	<p>Bolsas de plástico, 5 productos higiénicos personales, lista de los 5 productos solamente con su inicial. Ejemplo C = CREMA, T = Talco, gis y pizarrón</p>
<p>Descripción de la actividad</p>	<p>Se forman parejas (chico y chica) y a cada pareja se les da una bolsa con su respectiva lista de iniciales de los productos que contiene su bolsa. Al conteo de 3 las parejas irán corriendo hacia el pizarrón y escribirán los productos que contiene su bolsa con solo ver su lista correspondiente sin abrir su bolsa. Gana la pareja que tenga más aciertos.</p>

<p>Nombre de la actividad</p>	<p>PRODUCTOS ESCONDIDOS</p>
<p>Objetivo</p>	<p>Que el joven Down logre dar una breve descripción de los productos higiénicos.</p>
<p>Material</p>	<p>Productos higiénicos personales: shampoo, crema, talco, jabón, papel higiénico, pasta dental, cepillo de dientes y toallas femeninas.</p>
<p>Descripción de la actividad</p>	<p>Se esconden los productos higiénicos personales dentro del salón estratégicamente para que los alumnos los busquen durante 5 minutos. El alumno que encuentre un producto deberá correr hacia el frente y dar una breve explicación del uso del producto encontrado.</p>

<p>Nombre de la actividad</p>	<p>VAMOS DE COMPRAS</p>
<p>Objetivo</p>	<p>Propiciar en los jóvenes Down la confianza para comprar sus propios productos higiénicos personales</p>
<p>Material</p>	<p>Productos higiénicos personales, dinero de juguete.</p>
<p>Descripción de la actividad</p>	<p>Se forman parejas y se colocan productos higiénicos de manera de tienda con precios diferentes. A las parejas se les da una cierta cantidad de dinero y cada una de ellas comprará los productos que le alcance con el dinero.</p>

<p>Nombre de la actividad</p>	<p>LOS DESCUBRIDORES</p>
<p>Objetivo</p>	<p>Que los jóvenes Down reconozcan productos higiénicos utilizando su sentido del tacto, gusto y vista.</p>
<p>Material</p>	<p>Productos higiénicos personales, mascarada para vendar los ojos.</p>
<p>Descripción de la Actividad</p>	<p>Cada alumno pasará al frente y se le vendarán los ojos dándole a tocar, oler, probar (en este caso pasta dental), ver un dibujo con el fin de que el joven adivine los productos higiénicos en un determinado tiempo de 2 minutos. Gana el alumno que acierte en adivinar más productos.</p>

<p>Nombre de la actividad</p>	<p>ADIVINA QUÉ ES</p>
<p>Objetivo</p>	<p>Familiarizar al joven Down con los productos higiénicos usando la expresión mímica.</p>
<p>Material</p>	<p>Lista de productos higiénicos personales.</p>
<p>Descripción de la actividad</p>	<p>Se forman equipos de chicos y chicas, y el integrante de cada equipo pasará al frente con su lista de productos. El integrante puede emplear todo tipo de señas y gestos para que sus compañeros adivinen el nombre de sus productos higiénicos en un tiempo de 5 minutos para cada equipo. Gana el equipo que lo realice mejor.</p>

HISTORIETA

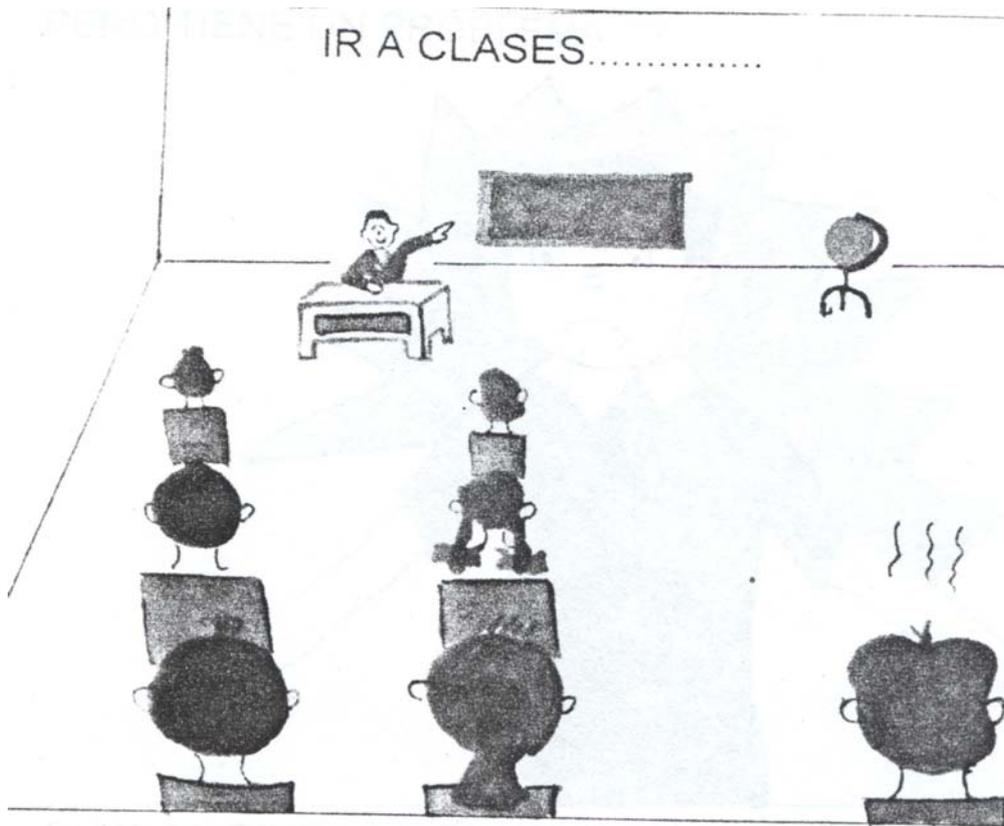
“EL PROBLEMA DE PACO”

EL
PROBLEMA
DE
PACO



PACO ES UN CHICO QUE LE GUSTA JUGAR

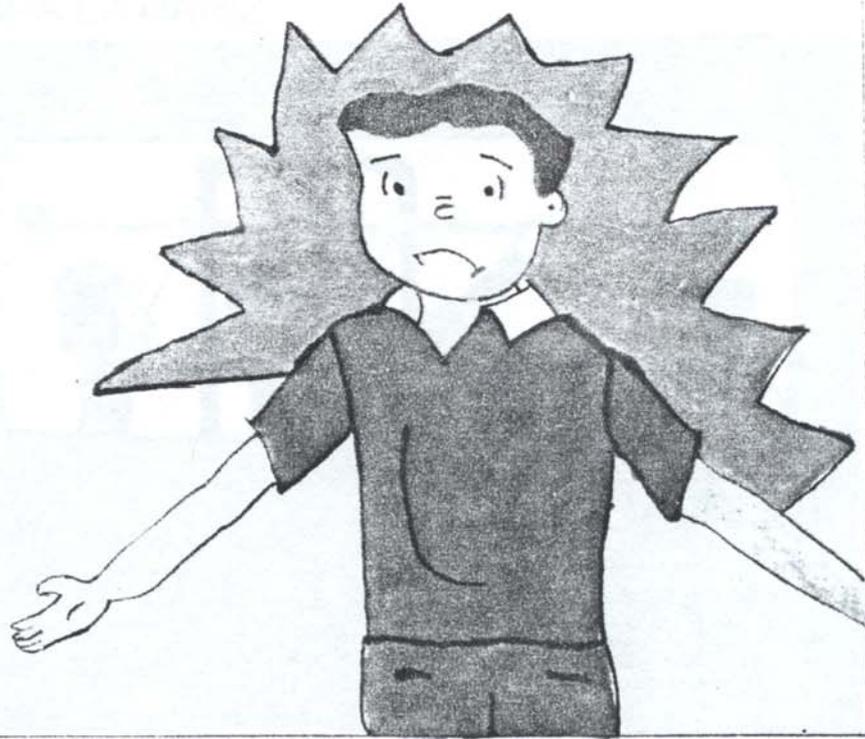




AL CINE.....



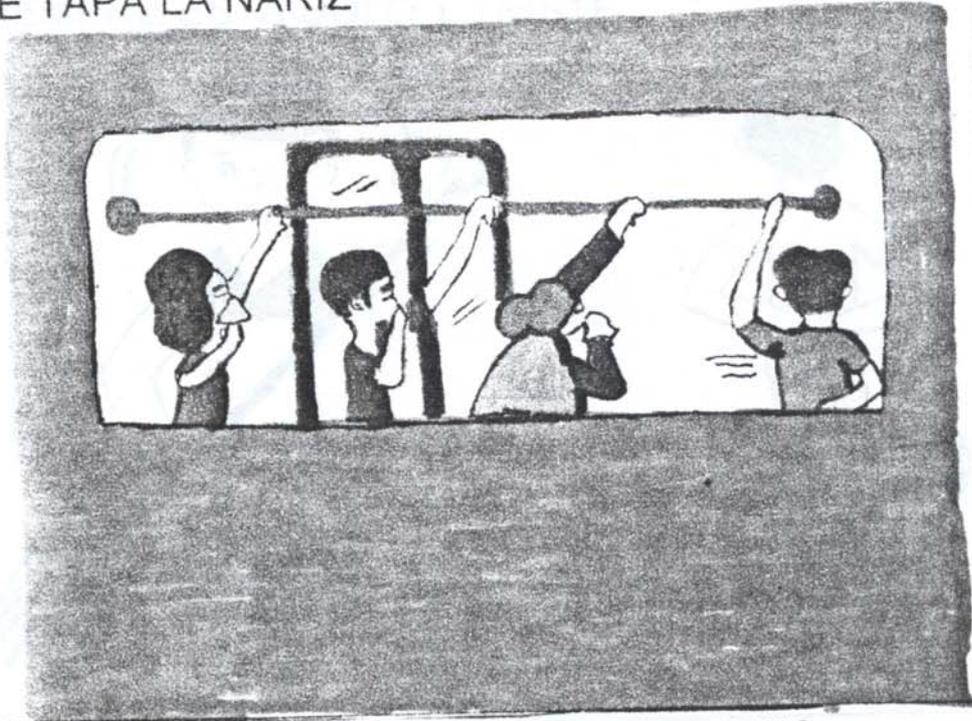
PERO TIENE UN PROBLEMA



SI VA AL CINE LA GENTE NO SE ATREVE
A SENTARSE JUNTO A ÉL.



EN EL METRO TODO MUNDO
SE TAPA LA NARIZ



SUS AMIGOS INVENTAN ALGO PARA NO
JUGAR CON ÉL

¡HOLA AMIGOS VENGO A JUGAR!



SU MAMÁ SE PREOCUPA PORQUE PACO SIEMPRE ESTÁ SOLO Y TRISTE



SU MAMÁ SE DA CUENTA DE QUE PACO YA NO ES UN NIÑO

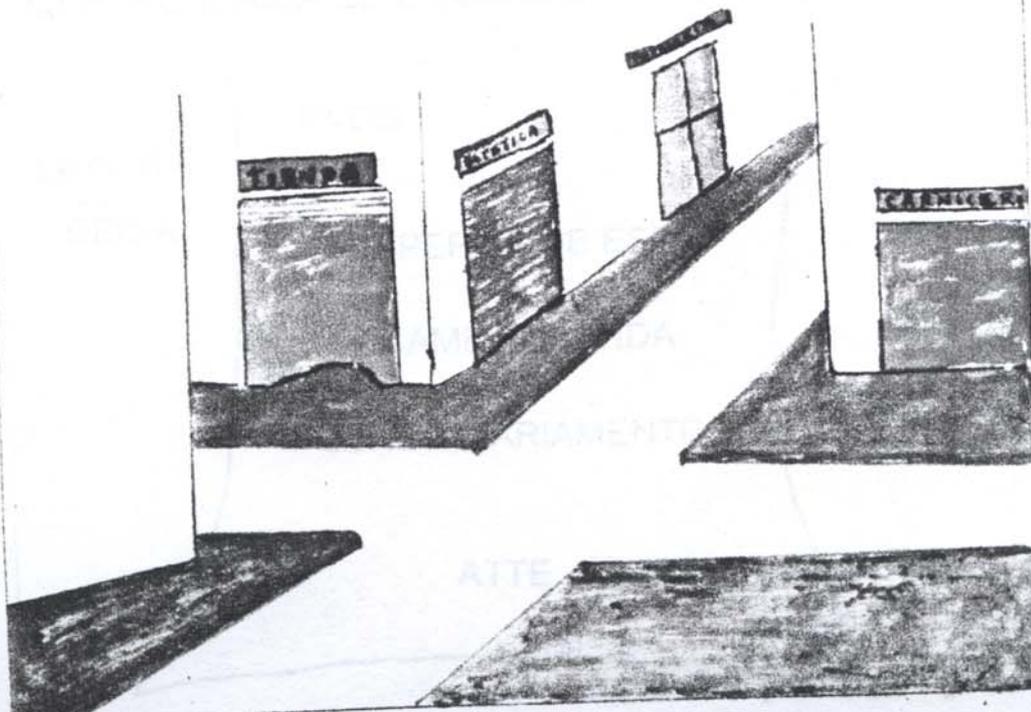
¡UFF QUE MAL HUELE!



Y SE LE OCURRE UNA IDEA....



VA A LA TIENDA Y COMPRA UN DESODORANTE.



AL LLEGAR PACO DE LA ESCUELA ENCUENTRA
EN SU CUARTO UNA SORPRESA...



ESTABA EL DESODORANTE Y UNA NOTA
QUE SU MAMÁ LE ESCRIBIÓ

LA NOTA
DECÍA:

PACO:

ESPERO QUE ESTO

CAMBIE TU VIDA

ÚSALO DIARIAMENTE.

ATTE: TU MAMÁ

Y ASÍ PACO ES UN CHICO COMO TODOS
LOS DEMÁS

AHORA SÍ PUEDO JUGAR CON MIS AMIGOS

¡VIVA!

¡PACO TE QUEREMOS!

¡QUÉ FELIZ SOY!



Y LO MÁS IMPORTANTE:

CUIDA SU HIGIENE PERSONAL PARA QUE NADIE HUYA
DE ÉL DEBIDO A SU MAL OLOR

FIN.

CONCLUSIONES

Uno de los factores primordiales que a lo largo de este trabajo se encontró fue la falta de material didáctico propio y exclusivo para chicos con Síndrome de Down. Ya que por lo regular, el material que se utiliza es el mismo para todos los niños. En este caso, se requiere de un material múltiple, variado. Aquel en donde ellos puedan ampliar sus habilidades y destrezas por mínimas que éstas sean.

En ocasiones, si se encuentra este tipo de material por ejemplo los materiales didácticos de la marca mexicana "Franks", pero su precio puede ser poco accesible para ser adquirido individualmente ya que este material casi siempre es adquirido por escuelas.

Cabe añadir que se necesita poner mayor énfasis sobre materiales didácticos para personas discapacitadas en general.

Otro de los factores que hay que también tener en cuenta es la sobreprotección que algunos padres ejercen sobre estos chicos. Sin permitirles que sean autónomos en sus actividades cotidianas haciendo que se vuelvan dependientes, introvertidos y más agresivos de lo que pueden ser. *"Innumerables investigaciones han demostrado que cuando las expectativas sobre una persona son bajas, ésta crea un concepto de sí misma de inutilidad y minusvalía y su evolución se retrasa".¹¹*

Nosotros como pedagogos queremos ayudar al joven Down a que sea menos dependiente de sus padres en lo que corresponde a su higiene personal, a ser más autónomo al ir a comprar sus propios productos higiénicos personales, a usarlos correctamente y a la vez aprender a "reconocerlos" en las tiendas.

¹¹ Carrasco Núñez, J., L., *Sexualidad y Síndrome de Down*, Editorial Ducere, México 2004, Pág. 103.

No debemos olvidar que al hablar de la higiene estamos tomándolo desde un punto de vista global y que no es específico para personas con Síndrome de Down sino que es exactamente igual para todos, pero debemos poner mayor empeño con ellos hasta lograr aprendizajes significativos que van a ser parte importante tanto para aumentar su autoestima, para prevenir enfermedades, relacionarse con las demás personas y de este modo integrarse a la sociedad.

Porque a medida que la sociedad vaya cambiando de actitud además de que se preste más atención comunitaria a las personas con necesidades diferentes las familias encontrarán más apoyo y menos tensión en su trato con el niño, el adolescente o el adulto animándolo a ser lo más independiente posible.

BIBLIOGRAFÍA

Acosta, Ma. De la Luz, Amador Carlos. *Biología Tres*, Tercer Curso de Educación Secundaria, Editorial Trillas, México 1984.

Axotia Muñoz, Víctor, *Antología de los Auxiliares de la Comunicación*, ENEP Aragón, México 1987.

Bautista, Rafael, Compilador, *Necesidades Educativas Especiales*, Editorial Aljibe. 2ª Edición, Septiembre 1993.

Berkow Robert MD, Director Editorial, *El Manual Merck de Diagnóstico y Terapia*, Editorial Mosby/ Doyma libros, 9ª Edición 1994.

Biblioteca para la Actualización del Maestro, *Menores con Discapacidad, Necesidades Educativas Especiales*, Secretaría de Educación Pública, México 1985.

Carrasco Núñez, J., L, *Sexualidad y Síndrome de Down*, Editorial Ducere, México, 2004.

Cunningham, Cliff. *El Síndrome de Down, una Introducción para los Padres*, Editorial Paidós, España 1990.

Cunningham, Cliff, *Trabajar con los Padres (Marcos de Colaboración)*, Editorial Siglo XXI, 1985.

Damián Díaz, Milagros, *Niños con Síndrome de Down*, Editorial Trillas, México 2003.

Dmitriev Valentine, *El Bebé con Síndrome de Down*, Manual de Estimulación Temprana, Editorial Trillas 1ª Edición, 2000.

García Escamilla, Sylvia, *El Niño con Síndrome de Down*, Consideraciones Esenciales. Editorial Diana. México 1991.

Gallegos Luna. Claudia, Páez Ramírez, Adriana, *Guía de Educación para la salud Dirigida a padres de Niños con Síndrome de Down*, Tesis de Pedagogía, ENEP Aragón, México 2000.

Harrison, *Principios de Medicina Interna*, Editorial Me Graw Mili, Tomo 1, 14ª Edición, 1999.

Ingraham L, John, Ingraham A., Catherine , *Introducción a la Microbiología*, Editorial Reverte. S.A.. 1998.

Jasso Luís, Dr., *El Niño con Síndrome de Down, Mitos y Realidades*, Editorial Manual Moderno. México 1985.

Pérez Portabella, Francisco Javier, *Orientaciones Psicopedagógicas para la Integración del Deficiente*, Editorial CEPE (Ciencias de la Educación Preescolar y Especial), 6ª Edición, Madrid 1987.

Rogers Cheryl/ Gun Dolva. *Nuestra Hija tiene Síndrome de Down*, Editorial Paidós, España 2002.

Rosado Dafny. *Biología Dos*, Segundo Curso de Educación Secundaria, Editorial Trillas. México 1983.

www.higiene.educ.com/sp/home.htm-7k Sitio Educativo sobre la Higiene desarrollado por el Instituto Pasteur, 2001.

<http://órbita.starmedia.com/sohail/down0002.htm> "Historia del Síndrome de Down", Arjona Espinoza Iván, 2000.

www.sindromedown.net/program ó [_info. \(a\) síndromedown.net](mailto:info@sindromedown.net)