

Día Mundial del Síndrome de Down

21 marzo 2026



Qué es el Síndrome de Down

El **síndrome de Down** es una alteración genética causada por la existencia de material genético extra en el cromosoma 21 que se traduce en discapacidad intelectual.

La incidencia estimada del síndrome de Down a nivel mundial se sitúa entre 1 de cada 1.000 y 1 de cada 1.100 recién nacidos.

Las personas con síndrome de Down suelen presentar más problemas de salud en general. Sin embargo, los avances sociales y médicos han conseguido mejorar la calidad de vida de las personas con el síndrome. A principios del siglo XX, se esperaba que los afectados vivieran menos de 10 años. Ahora, cerca del 80% de los adultos que lo padecen superan la edad de los 50 años. Un trabajo médico y parental en edades tempranas favorece la calidad de vida y la salud de quienes sufren este trastorno genético al satisfacer sus necesidades sanitarias, entre las cuales se incluyen chequeos regulares para vigilar su desarrollo físico y mental, además de una intervención oportuna, ya sea con fisioterapia, educación especial inclusiva u otros sistemas de apoyo basados en comunidades.

Sensibilización sobre el síndrome de Down

El acceso adecuado a la atención de la salud, a los programas de intervención temprana y a la enseñanza inclusiva, así como la investigación adecuada, son vitales para el crecimiento y el desarrollo de la persona.

En diciembre de 2011, la Asamblea General designó el 21 de marzo **Día Mundial del Síndrome de Down**. Con esta celebración, la ONU quiere generar una mayor conciencia pública sobre la cuestión y recordar la dignidad inherente, la valía y las valiosas contribuciones de las personas con discapacidad intelectual como promotores del bienestar y de la diversidad de sus comunidades. Asimismo, quiere resaltar la importancia de su autonomía e independencia individual, en particular la libertad de tomar sus propias decisiones.

Celebración del Día Mundial del Síndrome de Down

AELFA-IF se une a la celebración de este día para visibilizar la necesidad de investigación y práctica basada en la evidencia en materia de comunicación que contribuya a mejorar la calidad de vida de personas con Síndrome de Down y su entorno, uniéndose a los demás colectivos que trabajan por los Derechos de la Comunicación.

<https://www.worlddownsyndromeday.org/>

Tema 2026: Juntos contra la Soledad.

La soledad no es una elección. Un estudio descubrió que el 39% de las personas con discapacidad intelectual a menudo se sienten solas, en comparación con el 14% de las personas sin discapacidad.

Bishop, Llewellyn y Kavanagh, Australia (2024)

La soledad ocurre cuando las personas no reciben apoyo para construir y mantener conexiones con otras. A veces, las personas con síndrome de Down pueden estar en la misma habitación que otras y aun así sentirse solas. Estar presente no es lo mismo que sentirse incluido, conectado.

La soledad también es causada por el estigma y la discriminación y ocurre cuando las personas son excluidas de las escuelas, los lugares de trabajo y la vida comunitaria.

Para más información, consulta nuestra web y nuestras redes:



www.aelfa.org



Asociación AELFA-IF



@aelfaif