

Mi bebé tiene Síndrome de Down



El síndrome de Down es una afección en la cual los bebés nacen con un cromosoma adicional (el número 21). Este cromosoma está relacionado con retrasos en el desarrollo mental y físico. Los rasgos físicos y los problemas médicos asociados al síndrome de Down varían considerablemente entre las personas que lo padecen. Mientras que algunos necesitan atención médica de manera frecuente, otros no requieren tanta atención médica.

Al recibir la noticia

Si a su hijo(a) le han diagnosticado síndrome de Down, es posible que, al recibir la noticia, tenga sentimientos de pérdida, culpa y miedo. Las siguientes recomendaciones le pueden ayudar a asimilar la noticia y a prepararse para la llegada del bebé:

- Hable con otros padres, cuyos hijos padecen del síndrome de Down.
- Busque y participe en grupos de apoyo.
- Aprenda todo lo que sea posible sobre el síndrome de Down. Esto le ayudará a contar con información precisa y actualizada para tomar decisiones y mantener una actitud realista y positiva ante el futuro.
- Aclare todas las dudas que tenga con su médico.
- Exprese sus sentimientos. Los sentimientos de rabia y frustración se aliviarán conforme transcurra el tiempo.
- Los niños(as) con síndrome de Down se benefician de programas de intervención precoz lo antes posible. La fisioterapia y la terapia ocupacional pueden ayudar.
- Una mejor comprensión del síndrome de Down e intervenciones tempranas pueden incrementar la calidad de vida de los niños y de los adultos que lo padecen.

- Comuníquese con una organización local de síndrome de Down. Esta organización está lista para escuchar, hablar y ofrecer información valiosa.

**Fundación Puertorriqueña
Síndrome de Down:**
(787) 283-8210

Aspecto Social y Emocional

Para recomendaciones, herramientas y recursos de cómo usted y su familia pueden afrontar las preocupaciones emocionales y físicas que se presentan durante y después de su proceso de recibir el diagnóstico, por favor, visite a su médico primario o comuníquese a las siguientes líneas telefónicas:

Línea de Consejería Médica
1-844-347-7801

TTY/TDD: 1-844-347-7804

APS Health: 787-641-9133

Referencias

<https://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/down-syndrome/symptoms-causes/syc-20355977>

<https://www.healthychildren.org/Spanish/health-issues/conditions/developmental-disabilities/Paginas/children-with-down-syndrome-health-care-information-for-families.aspx>

Preparado por Educadores en Salud Licenciados.
Actualizado en enero 2026.

©First Medical Health Plan, Inc.