

El Recinto de Ciencias Médicas de la Universidad de Puerto Rico es un patrono con igualdad de oportunidades en el empleo. No se discrimina en contra de ningún miembro del personal universitario o en contra de aspirante a empleo por razón de raza, color, sexo, nacimiento, edad, impedimento físico o mental, origen o condición social, ni por ideas políticas o religiosas.

La Escuela Graduada de Salud Pública es la única escuela en Puerto Rico acreditada por el Consejo de Educación en Salud Pública

Contáctenos

Teléfono y fax: (787) 281-6109

Dirección electrónica:
carmen.rodriguez30@upr.edu

Dirección física:
Casa Rosada, Calle Palmetum
Jardin Botánico Sur, 1187 Calle Flamboyán
San Juan, PR 00926-1117

Dirección Postal:
PO Box 365067
San Juan, PR 00936-5067

Preparado por: Yolián M. Calvo Díaz, Interna en Dietética, EPS, RCM
Revisado por: Lcda. Luz A. Ruiz, Preceptora
Noviembre, 2010

Referencias:

1. National Association for Down Syndrome, <http://www.nads.org>.
2. Escott-Stump, S. (2008) Nutrition and Diagnosis Related Care. (6th Ed.). Baltimore, Maryland. Lippincot Williams & Wilkins. (p 156-158).

Revisado por: cmr, febrero/2012

Aprobado por la Comisión Estatal de Elecciones: CEE-SA-12- 7656



Recinto de Ciencias Médicas
Escuela Graduada de Salud Pública

Centro de Desarrollo Infantil
"CEDI"



Instituto de Deficiencias en el Desarrollo
Centro Universitario para la Excelencia
en Educación, Investigación y Servicios

¿Qué es el Síndrome Down?

El Síndrome de Down es una condición genética que consiste en una alteración cromosómica en la cual las células del bebé poseen una copia adicional del cromosoma veintiuno. Según la organización March of Dimes, uno de cada 800 niños nace con Síndrome Down.



Importancia de la Terapia Médico Nutricional?

Esta terapia es muy importante para que el niño cumpla con las calorías y los nutrimentos necesarios para su desarrollo, crecimiento y vida saludable. Los niños con Síndrome Down se encuentran en un mayor riesgo de:

- * Problemas gastrointestinales
- * Obesidad y sobrepeso
- * Hipotonía muscular (Debilidad muscular)
- * Condiciones de las tiroides
- * Disfagia relacionada al retraso en la salida de los dientes y,
- * debilidad en los músculos de la mandíbula

Estas condiciones pueden interferir con el proceso de alimentación y ocasionar riesgos nutricionales en los niños. Es importante considerar algunos aspectos nutricionales, tales como:

- ◆ Los requerimientos calóricos diarios de un niño con Síndrome de Down son menores que los de un niño típico debido a que su gasto energético es menor;
- ◆ La estatura promedio de un niño con Síndrome de Down es menor que la de un niño típico por lo que están en mayor riesgo de obesidad y sobrepeso. Esto a su vez, aumenta el riesgo de desarrollar diabetes mellitus y enfermedades cardiovasculares.



Alimentación durante los primeros años de vida

1. Durante los primeros seis meses de vida se le proveerá la alimentación a base de la leche materna o fórmula comercial que mejor tolere el infante.
2. Si el niño manifiesta algún tipo de disfagia y debilidad muscular, comience a introducir los alimentos sólidos en forma de puré licuado con una consistencia similar a la leche.
3. Progrese gradualmente la textura del puré a una consistencia más espesa. Esto permitirá que el niño comience a esforzar sus músculos y a desarrollar la habilidad de masticar y tragar. También le facilitará al niño el adaptarse a diferentes texturas.
4. Cuando el niño demuestre dominio tragando el puré espeso comience a introducir alimentos en trozos pequeños y las carnes desmenuzadas. Esto puede realizarse antes de que el niño tenga toda su dentadura. No obstante, el niño debe demostrar que puede masticar los alimentos con sus encías y dientes presentes.



5. Enséñele a su niño mediante el modelaje que debe tomar su tiempo para masticar bien los alimentos y así evitar problemas gastrointestinales y de reflujo.

Recomendaciones generales:

1. Provea una variedad de alimentos de todos los grupos de la Pirámide Alimentaria (cereales, frutas, vegetales, carnes y sustitutos, leche y productos lácteos).
 2. En caso de reflujo y condiciones gastrointestinales evite ofrecer alimentos cítricos (china, piña y limón) o ácidos (tomate) y algunas especias, como la pimienta. De esta forma evitará el malestar gastrointestinal y la acidez.
 3. Limite el consumo de grasas. Al preparar los alimentos de su niño prefiera las grasas de origen vegetal como el aceite de oliva o canola. Evite alimentos fritos o con alto contenido de grasa saturada y trans.
 4. Elimine temporariamente de la dieta aquellos alimentos a los que el niño demuestre intolerancia.
 5. Promueva una dieta balanceada y un estilo de vida activo en su niño para así disminuir los riesgos de obesidad y sobrepeso, presión alta y diabetes.
 6. En caso de estreñimiento promueva la ingesta de agua y alimentos altos en fibra: cereales integrales, frutas y vegetales.
 7. Promueva el que su niño lleve a cabo actividad física (correr, caminar, ir al parque, jugar algún deporte y bailar, entre otros).
- * Recuerde: Consulte a un Profesional de la Nutrición y Dietista para que le prepare un plan de alimentación apropiado a la edad y necesidades de su niño.

