



Guía sencilla **Orientaciones para comunicarnos sobre personas con síndrome de Down**



www.fundowncaribe.org

Coordinación y elaboración de contenidos: Karen Orozco Perez: Directora de Proyectos y Programas. Dido Polo Monterrosa: Coordinador de Estrategia Digital
FUNDOWN CARIBE

Presidente de Junta Directiva: Patricia Cabrera Olaciregui.

Todos los derechos reservados.
Edita FUNDOWN CARIBE. 2025

Diseño: FUNDOWN CARIBE

Fundación Síndrome de Down del Caribe - Fundown Caribe
www.fundowncaribe.org
Barranquilla - Colombia
2025

Introducción

La comunicación es fundamental para la comprensión, la aceptación y la construcción de relaciones significativas. En el caso de las personas con síndrome de Down, el modo en que nos comunicamos con ellas, impacta en su desarrollo y autoestima, así como también la manera en que son valoradas y percibidas por la sociedad como todas las personas.

Esta cartilla brinda orientaciones claras y prácticas para fomentar una comunicación inclusiva, respetuosa y efectiva.

Cada palabra y gesto son oportunidades para construir una sociedad más inclusiva, en la que todas las personas puedan expresar su esencia y participar plenamente.

Finalmente te invitamos a reflexionar sobre estas prácticas comunicativas y a dar un paso hacia una convivencia basada en el respeto, la empatía y la equidad.

¡La forma en la que nos comunicamos importa!



La comunicación debe ser
precisa, igualitaria,
accesible y respetuosa esto
garantiza que sea para todos.

Síndrome de Down

Es una alteración genética que se produce en el momento de la concepción y se caracteriza por una copia adicional del cromosoma 21. Sus causas aún son desconocidas.

CARACTERÍSTICAS DEL LENGUAJE DE LAS PERSONAS CON SÍNDROME DE DOWN

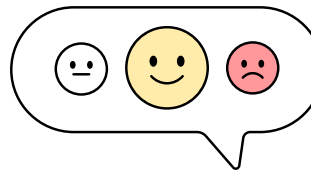
Expresión:

- ✓ El lenguaje espontáneo no es fluido, sino articulado con esfuerzo.*
- ✓ Se expresa con frases cortas de una o dos palabras y un sustantivo.
- ✓ Presenta dificultad con las palabras largas y menos frecuentes.
- ✓ Normalmente omite sílabas o las cambia.*

Comprensión:

- ✓ Las frases largas suelen ser más complejas de comprender. Siempre entenderá mejor las frases cortas con una estructura simple: sujeto, verbo y objeto.

Se dificulta lo abstracto, refranes, sarcasmos, parodias, chistes.



*Estas son generalizaciones, no una medida y varían de persona a persona con síndrome de Down, dependiendo de los estímulos, habilidades y apoyos.



Primero la persona

Asegúrate de tener su atención y dirígete a ella teniendo en cuenta su edad.



Evita los esteriotipos

Todas las personas son diferentes, con sueños, ideas y objetivos.



¿Qué debo tener en cuenta al comunicarme?

Lenguaje claro y sencillo

Habla en un tono normal y sin exageraciones. Sé concreto.



Respetar el ritmo

Da tiempo entre pregunta y respuesta. Tu calma genera confianza.



¡TEN EN CUENTA!

En tu vocabulario

Utiliza los términos adecuados para referirte a las personas con síndrome de Down o a sus colectivos, esto ayuda a dignificar sus derechos.



Evita



MEJOR

Emplea



1

- Discapacitado
- Enfermo

1

Persona con discapacidad

2

- Mongólico
- Down
- Especial
- Retardado mental

2

- Persona con síndrome de Down
- Persona con Discapacidad intelectual

3

- Fundación de niños especiales

3

Fundación u organización de personas con discapacidad

¡TEN EN CUENTA!

En Los informes escritos

Al redactar notas o informes sobre las personas con síndrome de Down, describe el propósito de tu escrito, evita términos paternalistas, desfasados, peyorativos o lastimeros. Recuerda que la visión de los **Derechos Humanos** percibe a las personas con discapacidad como ciudadanos.

1

Muestra a las personas siendo protagonistas, teniendo en cuenta sus derechos y la dignidad humana.

2

Evita ser el salvador, estás comunicando una historia que tiene muchas miradas.

3

Destaca las alianzas, los apoyos y el progreso que se da cuando brindamos las oportunidades correctas.





¡TEN EN CUENTA!

En la atención al cliente

Atender a una persona con síndrome de Down requiere de empatía y respeto como lo harías con cualquier cliente, asegurando que sea una experiencia positiva y respetuosa.

1

Dirígete a la persona con discapacidad, ella será la primera en decirte lo que desea.

2

Se concreto, apoyáte haciendo preguntas de una única respuesta, como son las de “sí” o “no”, descartando áreas hasta encontrar lo que deseado.

3

Puedes apoyarte de imágenes o elementos físicos para asegurarte que te ha comprendido.

¡TEN EN CUENTA!

En los recursos digitales

Utiliza recursos audiovisuales que permitan la comprensión de todos, cuando comunicas debes hacerlo pensando en los distintos públicos y no únicamente en la transmisión del contenido.

1

Usa tipografías que incluyan las letras como se usan al escribir a mano. Ejemplo “a”, “r”.

Fuente sugeridas: Poppins, League Spartan, Glacial Indifference, Questrial.

2

Subtitula los videos.

3

Añade la descripción ALT (texto alternativo) en todas tus imágenes.

4

Cuida los contrastes.

5

Representa diversidad de personas, incluyendo personas con discapacidad aunque no estés hablando de ellas.

ACTIVIDAD

Luego de leer las orientaciones de comunicación, te invitamos a resolver esta pregunta. Recuerda tener en cuenta lo leído hasta aquí. ¡Éxitos!

Lo primero...

Segundo ...

**¿Qué tendré en
cuenta en mi
próxima
comunicación
con una persona
con síndrome de
Down?**

Tercero...

Cuarto ...



La comunicación para todos es un enfoque que busca garantizar que todas las personas, independientemente de sus capacidades, habilidades, o contextos sociales y culturales, puedan acceder a la información y participar en el diálogo.

This image shows a full page of blank white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page, providing a template for writing or drawing. There are no margins, text, or other markings present.

PARA MÁS INFORMACIÓN

Te compartimos recursos adicionales con los que puedes seguir trabajando en una comunicación para todos.



Guía para periodistas sobre personas con discapacidad.

Una guía actualizada con las definiciones y términos más adecuados para hablar sobre discapacidad y los tipos definidos en Colombia.

Conoce más de ella:

<https://www.saldarriagaconcha.org/wp-content/uploads/2019/01/guia-periodistas-discapacidad-oct-baja-final.pdf>



Informar sobre discapacidad.

Una guía para periodistas que ofrece pautas sobre el trato informativo adecuado y que trasladen a la sociedad una imagen acorde a la realidad de las personas con discapacidad.

Conoce más de ella:

<https://back.cermi.es/catalog/novelty/file/r3p58-guia-informar-sobre-discapacidad.pdf>



Comunicación inclusiva para ONG.

una completa Guía de Comunicación Inclusiva para profesionales de comunicación de las ONG (o para cualquier persona que quiera crear contenidos más diversos e inclusivos).

Conoce más de ella:

<https://www.socialco.es/blog/comunicacion-inclusiva-en-el-tercer-sector/>





www.fundowncaribe.org