

Mi hijo con síndrome de Down. Etapa: Adolescencia - Personalidad

La adolescencia es una etapa complicada, que suele alterar la convivencia de las familias. Los adolescentes con síndrome de Down tienen, como cualquier persona de su edad, tienen conflictos en la relación familiar, por lo que a menudo prefieren estar con sus amigos.

En estos años aparecen muchos cambios físicos y suele surgir el primer amor. Se hace más fuerte el deseo de independencia y de realizar las actividades que ven hacer a otros jóvenes. Algunos padres tienden a sobreproteger a sus hijos con discapacidad y rechazan este impulso.

¿Cómo cambiará nuestro hijo en la adolescencia?



En esta etapa de transición entre la niñez y la vida adulta vuestro hijo va a experimentar cambios físicos y psicológicos. Probablemente, como cualquier otro adolescente, sentirá cierta confusión ante ellos.

Su conducta también sufrirá cambios, reflejo de su deseo de sentirse querido –por su familia y los amigos- pero también de reforzar su propia identidad e independencia. Estas contradicciones le provocarán momentos de baja autoestima frente a otros de euforia. Por otra parte, los desarreglos hormonales les harán tener en ocasiones una sensibilidad a flor de piel y en otras ser aparentemente muy fríos; esto es normal hasta que se adquiere la madurez.

Es normal que la adolescencia genere cierta intranquilidad en el entorno familiar, pero es una etapa necesaria para que el niño se convierta en adulto. Cuanto más preparados e informados estén los padres para acompañarle en este proceso, más tranquila será la transición.

¿Será distinta su situación a la de otros adolescentes?

En cierto modo sí. A su alrededor, incluso en su clase, verá otros adolescentes con pareja, que van al cine o salen por la noche los fines de semana, que tienen moto o sueñan con sacar el carnet de conducir, que hablan a menudo de su futuro o la profesión que quieren tener, que



tienen, en suma, un horizonte muy amplio. Para un adolescente con síndrome de Down esta realidad está más limitada y va a exigir mucha madurez por su parte que pueda asumir sus limitaciones.

"Tal como están las cosas me da miedo que mi hija salga con sus amigas, pero veo que vuelve contenta y veo que le sube mucho la autoestima, así que le voy dando más libertad cada día".

Sofía (Segovia, España)

¿Cómo podemos ayudarle?

Ante todo hablando con él y tratando de entender sus preocupaciones. Además, os aconsejamos:

- Hablarle con naturalidad del síndrome de Down
- Hacerle ver sus muchas capacidades frente a las limitaciones que tiene
- Enumerar todas las actividades que hace y con las que disfruta, incluso ofrecerle alguna más que pueda interesarle o que quiera probar
- No mentir sobre sus posibilidades, pero intentar que se sienta muy querido y aceptado tal como es
- Averiguar qué le gustaría hacer en el futuro
- Hacerle ver que hay múltiples soluciones y que estáis a su lado para resolver los problemas

¿Cómo le educamos en el aspecto sexual?

Si ha tenido una buena formación, el adolescente ya sabrá al llegar a esta edad qué es la actividad sexual, si bien es conveniente responder a sus dudas, si las tiene, con información sencilla y naturalidad.

La adolescencia es una etapa de despertar sexual. Los adolescentes con síndrome de Down tienen, como todos los demás, tienen necesidad de expresar su afecto y sentirse queridos. Hay que dedicar tiempo a escuchar sus sentimientos y explicarles con claridad la situación para evitar falsas ilusiones con relaciones que no se realizarán (ya que tienden a tener una imaginación desbordada), pero también hay que darles la oportunidad de vivir esta experiencia,



de demostrar su interés por otras personas –quizá compañeros de clase- y disfrutar con su compañía.