

# RECOMENDACIONES: PERIODICIDADE DE ATENCIÓN, REVISIÓN E VACINACIÓN EN ADULT@S COA SÍNDROME DE DOWN

Actuacións	Periodicidade en anos									
Desde os 18 anos	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Medicina de familia:										
· Valoración xeral	●									
· Analítica de sangue	●									
Oftalmoloxía	●									
Otorrinolaringoloxía	●									
Odontoloxía	●									
Xinecoloxía		●								
Endocrinoloxía		●								
Traumatoloxía		●								
Neuroloxía					●					
Cardioloxía										●
Engadir desde 40 anos										
Uroloxía		●								
Xinecoloxía		●								
Neuroloxía			●							
Cardioloxía					●					
Vacinacións										
Antigripal		●								
Antineumocócica					●					
Tétanos										●

## Outras actuacións

Consultas e probas pertinentes segundo o historial e consideración médica

## FEDERACIÓN DOWN GALICIA

981 58 11 67  
downgalicia.org  
downgalicia@downgalicia.org



## ENTIDADES DA FEDERACIÓN

**Down Vigo**  
986 20 16 56  
downvigo.org

**Down Pontevedra "Xuntos"**  
986 86 55 38  
downxuntos.org

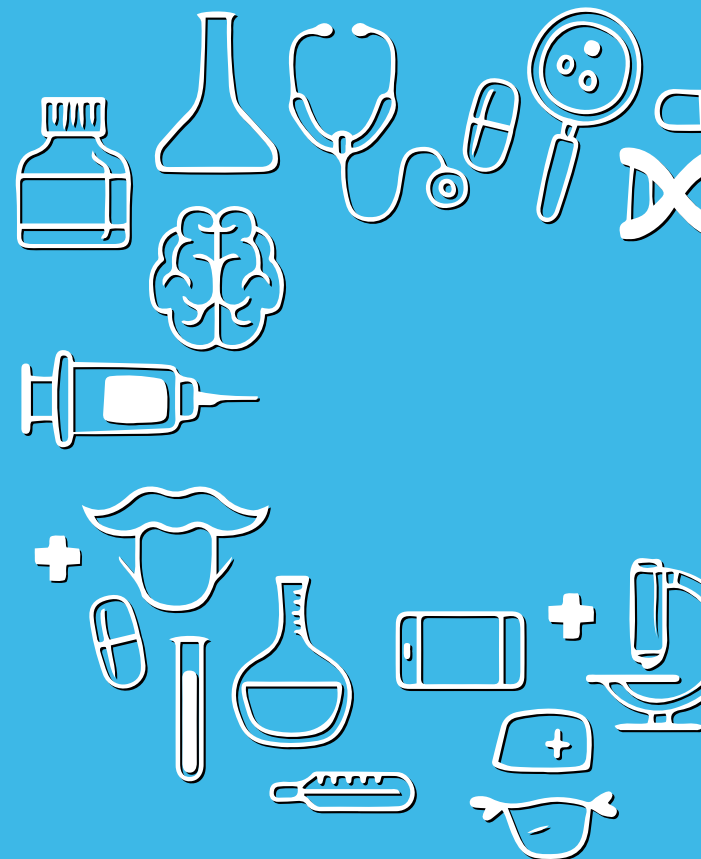
**Down Ourense**  
988 37 03 13  
downourense.org

**Down Lugo**  
982 24 09 21  
downlugo.org

**Down Compostela**  
981 56 34 34  
downcompostela.org

**Down Coruña**  
981 26 33 88  
downcoruna.org

**"Teima" Down Ferrol**  
981 32 22 30  
teimadownferrol.org



## Recomendacións de saúde para persoas adultas coa síndrome de Down

Subvencionado por



XUNTA DE GALICIA  
CONSELLERÍA DE POLÍTICA SOCIAL

**DOWN**  
Galicia

Este documento recolle as necesidades e seguemento da saúde que precisan as persoas coa síndrome de Down desde os 18 anos. A base do mesmo é o Programa Español de Saúde para as persoas coa síndrome de Down (Down España).

Unha atención adecuada ás necesidades da saúde é fundamental para que se poida vivir dun xeito máis pleno. Nesta etapa a atención á saúde é igual de importante que na infancia, previndo e tratando de xeito precoz enfermidades.

### **As entidades Down, apoio e prevención**

- Promoven estilos de vida activos (ocio, relacións, actividade cognitiva...) e hábitos saudables (alimentación, actividade física, hixiene e autocoidado...)

- Prestan atención á perda de habilidades persoais, verbais e comunicativas asociadas ao envellecemento precoz aplicando o protocolo ASE (Avaliación e Seguemento do Envellecemento) desde os 20 anos

- Coordínanse cos profesionais da saúde, podendo facilitar os informes necesarios

### **As recomendacións para as familias**

- Facer os controis de saúde recomendados

- Promover estilos de vida activos e hábitos saudables ao longo da vida

## **A atención no Servizo Galego de Saúde**

### **A abordar a lo menos unha vez na vida**

Radiografía de columna cervical para eventual inestabilidade atlantoaxoidea

Descartar a enfermidade celíaca

Vacinación da hepatite B en tres doses

### **As revisións a realizar cada ano**

Valoración do estado xeral e repaso dos procesos crónicos e patoloxías previas

Analítica de sangue, atendendo ao hemograma, bioquímica xeral e control tiroideo

Toma de tensión arterial e auscultación cardiopulmonar

Seguimento da patoloxía osteo-articular e a prevención da osteoporose

Revisión oftalmolóxica e auditiva. Manter en bo estado funcional as gafas e audífonos

Control odontolóxico. Descartar posibles problemas na mastigación

Atención á aparición de ronquidos e outros síntomas que orienten cara a patoloxía do sono (SAOS)

Vacinación antigripal cada outono

### **A revisión a realizar cada 5 anos**

Vacinación de recordo antineumocócica

### **As revisións a realizar cada 10 anos**

Ecocardiograma para previr patoloxía cardíaca, sobre todo da válvula mitral

Vacinación de recordo do tétanos

### **Que é importante a partir dos 40 anos?**

Ademais dos puntos anteriores, chegados os 40 anos debemos prestar especial atención aos procesos asociados ao envellecemento.

Recoméndase ter en conta a valoración realizada desde as entidades Down coa aplicación do protocolo ASE, para a detección ou diagnóstico diferencial.

Valorar síntomas propios da persoa maior (incontinencia, estrinximento, inestabilidade...)

Realizar ecocardiograma cada 5 anos para previr patoloxía cardíaca, sobre todo da válvula mitral

A muller, realizar cada ano a revisión xinecolóxica e as mamografías. Atención aos signos da menopausia e a osteoporose

O home, revisión urolóxica anual, con especial atención á próstata e ao colon