

## “Las personas con Síndrome de Down somos capaces de todo”

Ariel Ary, joven de 27 años con síndrome de Down, trabaja, habla cinco idiomas y ha sido campeón de las Olimpiadas Especiales.

Por David Goldemberg / 12 de enero del 2019

LA NACIÓN



Piense en voz alta.

¿Conoce o ha visto alguna persona con Síndrome de Down? ¿Cuál cree que será la mejor manera de relacionarse con ella? Anote brevemente sus respuestas.

Nunca me sentí diferente a otras personas, ni siquiera cuando era un niño y apenas estaba conociendo del mundo y de la gente. ¿Por qué? Porque, para que sepan, las personas con **síndrome de Down**<sup>1</sup> somos capaces de todo. Hasta lo más difícil lo hacemos posible, como soportar las ofensas.

Porque una vez en la escuela alguien me gritó una palabrota y también me dijo “mongolo” en el centro del comedor. Así que yo en el siguiente acto cívico le expliqué a todos que los mongolos vienen de Mongolia, ¡pero que yo soy tico de corazón!

Mi nombre es Ariel Ary y tengo 27 años. No voy a decirles mucho más de cómo es vivir con síndrome de Down, porque eso es “PI”: personal information. Pero sí les voy a decir que cuando alguien me dice que no puedo hacer algo, no lo escucho y más bien trato de hacerlo.



Yo juego tenis. Y para la condición física nado y voy al gimnasio. Antes también hacía bochas, gimnasia y voleibol unificado, que es un deporte en que se combinan atletas de olimpiadas especiales y personas sin discapacidad. ¡Qué montón de deportes he hecho!, ¿verdad?

<sup>1</sup> **síndrome de Down:** es una condición que tienen algunas personas que nacen con una copia extra del cromosoma 21. No es una enfermedad, porque no se cura ni se contagia ni se adquiere, se nace así. Quienes la tienen pueden tener dificultades para aprender, trastornos digestivos o cardíacos y problemas de visión o de habla.

También tengo nueve años de trabajar en IBM, en administración. Ahí a veces me piden que no corra de un lado al otro, pero para ganar tiempo, yo corro. No me importa, porque trato de hacer las cosas lo más rápido posible para ayudar a mis compañeros. Hay obstáculos, pero siempre los enfrento.

Y en la escuela judía a la que fui, el Instituto Dr. Jaim Weizman, estudié español, inglés y hebreo y, por fuera, francés, portugués y Lesco. Así que no me digan que hay algo que no puedo hacer.

Tampoco me digan pobrecito, como me ha pasado mil y un millón de veces. Me enoja mucho. Si ando de buenas, les digo que por favor no me digan así, pero si ando de malas, alguien paga los platos rotos.... Porque yo no soy pobrecito. Tengo síndrome de Down y soy muy feliz.

Entre semana, me levanto a las 4:35 de la mañana, entro a trabajar a las 6. Salgo a las 3 y me voy a la casa a tomar café. Después me voy a natación y, cuando vuelvo a la casa, ceno y me acuesto a dormir. Y en días libres, hago lo que me da la gana. Así de fácil. ¿Cómo no voy a estar feliz?

Como ven el deporte es parte vital de mi vida. Me empezó a gustar desde que era pequeño, cuando me lo mezclaban con unos tratamientos, a los que también les llaman métodos. Estos eran uno de escuchar y otro que se llama **método**<sup>2</sup> Doman, que se usa para estimular el cuerpo haciendo ejercicios: pie derecho a mano izquierda y mano derecha a pie izquierdo, todo coordinado. Si los hacía bien, me daban de 10 a 15 minutos de tenis de premio. Siempre me los gané.

Gracias al deporte he conocido muchos países y he estado en demasiadas Olimpiadas Especiales, tantas que, si les digo un número, les estoy mintiendo, porque son tantas, tantas... La última fue en el 2017, en Austria.

Lastimosamente, hoy en día el Gobierno no está ayudando mucho. Antes sí lo hizo. Solo eso voy a decir, para no entrar en ese lado de la política. Olimpiadas Especiales ha crecido por méritos propios y **patrocinios**<sup>3</sup>.

Es como que a muy pocos les importa lo que le pase a nuestra población. A veces hasta siento que el tema de la **inclusión**<sup>4</sup> va peor.

---

<sup>2</sup> **métodos**: programas de ejercicios diseñados especialmente para aprender una materia o mejorar en alguna área.

<sup>3</sup> **patrocinio**: dinero que dan empresas o instituciones para que los deportistas puedan viajar, entrenar y demás.

<sup>4</sup> **inclusión**: es lo contrario de aislar, se trata de contar con las personas y dejar que formen parte de un grupo.

En la sociedad laboral la mayoría de las personas con discapacidad intelectual son totalmente aisladas. Por ejemplo, en las empresas transnacionales piden inglés y hay personas con discapacidad intelectual que no han aprendido inglés. Pero sí hay puestos en los que se pueden usar sus fortalezas y dejar sus debilidades por fuera.

Costa Rica tiene que abrirle las puertas a nuestra población. Hacer un análisis o meter un **inciso**<sup>5</sup> en la ley que permita meter a trabajar a una o dos personas con discapacidad en cada empresa.

Tienen que creer en nosotros. Las empresas, los jefes y hasta nuestras propias familias tienen que dejarnos luchar por nuestros sueños, que muchas veces son simplemente poder trabajar.

La mía, por ejemplo, siempre me apoyó en todo y sé que lo seguirán haciendo. En todos los proyectos que me meto siempre están conmigo. Nunca tuvieron miedo de nada. Mi abuela Yogevette, mi padre Abraham, mi madre Inger y yo, Ariel, somos una muy buena familia. Ellos son el sostén de mi motivación para seguir adelante en todo. Ojalá que todas las familias con un miembro con discapacidad fueran así. No es tan difícil.

Para terminar, yo solo quiero pedirle a todos que nos apoyen, que las personas con síndrome de Down, y las personas con **discapacidad intelectual**<sup>6</sup> en general, somos capaces de hacer cualquier cosa. Que estamos acostumbrados a luchar y a salir adelante. Solo necesitamos que nos den una oportunidad. De tenerla, van a haber muchos otros que puedan ir a olimpiadas, hacer deporte, ser líderes, trabajar...

---

<sup>5</sup> **inciso**: modificación

<sup>6</sup> **discapacidad intelectual**: problemas para aprender de la misma manera o con la misma rapidez que la mayoría de la gente.



### **Piénselo bien.**

Lea cada pregunta y marque la respuesta que considere correcta.

**1. ¿Qué hizo Ariel cuando en la escuela lo insultaron y le dijeron mongolo?**

- a. Se enojó mucho y pidió que el compañero se disculpara delante de todos.
- b. Pidió permiso para hablar en un Acto Cívico y explicar su condición frente a todos.
- c. Quiso cambiarse a otra donde no lo molestaran.

**2. ¿Cuáles son las tres claves que propone para que -todas- las personas salgan adelante?**

- a. Que hagan mucho deporte, aprendan idiomas y sean felices.
- b. Que se levanten muy temprano, hagan lo que tengan que hacer y luego algo que les guste mucho.
- c. Que no se rindan ante los obstáculos, aprovechen sus fortalezas y no se concentren en sus debilidades.

**3. ¿A quiénes le pide Ariel que apoyen a las personas con discapacidad?**

- a. Al gobierno, a las empresas y a las familias.
- b. A los que tengan dinero para patrocinar las Olimpiadas Especiales.
- c. A las personas que piensan y les dicen pobrecitos.



### **Más allá del texto.**

Las Olimpiadas Especiales se celebran desde 1968. Actualmente se realizan cada dos años en distintos países del mundo y participan 2 millones de atletas de 160 países. Están pensadas para personas con discapacidad intelectual. El año en que los atletas ticos tuvieron mayor éxito ganaron 18 medallas. Los Juegos Paralímpicos y las Sordolimpiadas son otros dos eventos distintos, averigüe de qué tratan.



¡A escribir!

Escríbale una carta a Ariel en la que le cuente qué sintió al conocer su historia y qué puede hacer usted para ayudar a las personas que tienen alguna discapacidad a sentirse incluidas.


Esta guía aborda el siguiente contenido curricular procedimental del Programa de Estudio de Español para I ciclo:

**Segundo y tercer año escolar:**

2.1. Aplicación de estrategias que buscan fomentar la lectura apreciativa de textos literarios y no literarios al leer y producir, en forma habitual, variedad de textos.

Avalado por:



LA NACIÓN