BRASIL
Revista Digital
VOL 1 - Nro.4

REVISTA SOMTEA

AUTISMO · NEUROCIÊNCIA · NEURODESENVOLVIMENTO

HERDAMOS O AUTISMO?

O que a genética começa a nos revelar

O CÉREBRO EM CONSTRUÇÃO

As fases invisíveis que moldam o desenvolvimento infantil

PATERNIDADE FORA DO ROTEIRO

Quando o autismo transforma a forma de ser pai

EDITORIAL



Jose Leonardo Pena
Diretor-Geral
Embaixador SOMTEA Brasil

COMPREENDER MAIS PARA TRANSFORMAR MELHOR

Chegar à quarta edição da Revista SOMTEA Brasil representa mais do que dar continuidade a um projeto editorial. Representa reafirmar um compromisso que nos acompanha desde o início: tornar o conhecimento sobre autismo, neurodesenvolvimento, neurociência e inclusão cada vez mais acessível, responsável e próximo das pessoas.

A cada nova edição, percebemos com maior clareza que compreender a neurodiversidade exige ir além dos diagnósticos. É preciso olhar para histórias, contextos, famílias, profissionais e, principalmente, para as diferentes formas de perceber, comunicar, aprender, sentir e participar do mundo.

NESTA QUARTA EDIÇÃO, AMPLIAMOS ESSE OLHAR.

Falamos sobre genética e as novas descobertas que ajudam a compreender a complexidade do autismo. Abordamos o autismo feminino e as histórias de mulheres que passaram grande parte da vida tentando se encaixar antes de finalmente encontrarem respostas. Discutimos comunicação para além da fala, dupla excepcionalidade, condições que podem coexistir com o TEA e os desafios de construir um mercado de trabalho verdadeiramente inclusivo.

TAMBÉM DIRECIONAMOS NOSSO OLHAR PARA O FUTURO.

Inteligência artificial, realidade virtual, Comunicação Aumentativa e Alternativa e outras tecnologias começam a oferecer novas possibilidades de aprendizagem, autonomia e participação. Ao mesmo tempo, a neurociência continua revelando um universo extraordinariamente complexo, lembrando-nos de quanto ainda temos a descobrir sobre a mente humana.

Mas conhecimento científico só encontra seu verdadeiro propósito quando consegue transformar vidas.

Por isso, falar sobre evidências também significa aprender a distinguir ciência de promessas. Falar sobre inclusão significa questionar ambientes que ainda exigem que todos funcionem da mesma maneira. Falar sobre autonomia significa compreender que oferecer apoio não é limitar possibilidades, mas criar condições para que cada pessoa desenvolva seu próprio caminho.

ESTA EDIÇÃO TAMBÉM CHEGA EM UM MOMENTO HISTÓRICO PARA A SOMTEA.

O projeto que nasceu no Brasil começa a atravessar fronteiras, levando nossa proposta editorial a Portugal e à Espanha. Essa expansão internacional não representa deixar para trás nossas origens. Pelo contrário: significa levar conosco tudo aquilo que construímos aqui e, ao mesmo tempo, abrir novas possibilidades de intercâmbio entre profissionais, instituições, famílias e diferentes comunidades.

A SOMTEA CRESCE, MAS O PRINCÍPIO CONTINUA SENDO O MESMO.

Queremos produzir uma revista que informe sem simplificar excessivamente, que fale de ciência sem perder a dimensão humana e que apresente as diferenças não como algo que precisa ser apagado, mas como parte da extraordinária diversidade que existe entre nós.

Aos profissionais que compartilham conhecimento conosco, às instituições que acreditam neste projeto, às famílias que encontram nestas páginas informação e acolhimento e a cada pessoa que acompanha nosso trabalho, deixamos nosso agradecimento.

Continuamos aprendendo, Continuamos construindo pontes.
E seguimos acreditando que compreender melhor é um dos primeiros passos para transformar.
Bem-vindos à quarta edição da Revista SOMTEA Brasil.

José Leonardo Pena
Diretor-Geral Editorial

DIREÇÃO-GERAL
José Leonardo Pena

EDIÇÃO
Dra. Sophia de Bru
Dr. Antonio Oliveira

DIREÇÃO DE ARTE
Gabriel Pereira
Ana Bianchi

COLABORAÇÃO TÉCNICA
Dra. Mariana Costa
Neurologia Pediátrica (Brasil)

Dr. Felipe Andrade
Psiquiatria do Desenvolvimento (Brasil)

Dra. Camila Rocha
Terapia da Fala Clínica (Brasil)

Dr. Ricardo Martins
Terapia Ocupacional e Integração Sensorial (Portugal)

Dra. Juliana Freitas
Psicologia do Desenvolvimento (Brasil)

Dr. Eduardo Nunes
Neuropsicologia e Avaliação Cognitiva (Espanha)

VOL. 1 · N.º 4 – Brasil
INSTAGRAM
@autismo_somtea
CORREIO ELETRÓNICO
autismo.somtea@gmail.com
TELEFONES
+55 (17) 99134-1887
+55 (17) 98166-4257
São José do Rio Preto – São Paulo · Brasil
CNPJ: 44.957.523/0001-04

GUIA PROFISSIONAL
SOMTEA

PREMIUM QUALITY

Encontre os melhores profissionais especializados em TEA em todo o Brasil.

PROFISSIONAIS VERIFICADOS



- PROFISSIONAIS VERIFICADOS
- ATENDIMENTO PRESENCIAL E ONLINE
- DIVERSAS ESPECIALIDADES
- CREDIBILIDADE E EXCELÊNCIA

ENCONTRE O PROFISSIONAL IDEAL PARA SUA FAMÍLIA!

Clique no botão abaixo e acesse a lista completa de especialistas.

ACESSAR GUIA PROFISSIONAL

PSICÓLOGOS • FONOAUDIÓLOGOS • TERAPEUTAS • ADVOGADOS • CLÍNICAS

CONHECIMENTO QUE TRANSFORMA. PROFISSIONAIS QUE FAZEM A DIFERENÇA.

CUIDAR DE QUEM CUIDA:

FAMÍLIA E CLÍNICA NO DESENVOLVIMENTO NEURODIVERGENTE



Aline Simão

Fonoaudióloga Pós Graduada ABA,Mestranda Atenção Precoce, Supervisões Individuais ou em Grupo, Treinamento de Equipes Palestras para Pais

@fga_alinesimao

Cuidar da família também é cuidar da criança

Uma das questões mais importantes na assistência às crianças neurodivergentes é reconhecer que os responsáveis também precisam ser cuidados. Não se trata de transformar a família em paciente, mas de reconhecer que o bem-estar de quem cuida influência diretamente a qualidade das relações, a capacidade de organização da rotina e a continuidade das estratégias propostas pela equipe.

A sobrecarga pode surgir de diferentes formas: excesso de compromissos, dificuldades financeiras, desafios relacionados à escola, mudanças na dinâmica familiar, preocupações com o futuro, dificuldade de acesso aos serviços e, muitas vezes, a sensação de precisar estar constantemente preparado para responder às necessidades da criança.

Por isso, uma clínica comprometida com um cuidado humanizado precisa criar espaços de escuta. Perguntar à família como está sua rotina, quais são suas principais dificuldades e o que tem funcionado ou não é tão importante quanto avaliar o desempenho da criança durante a terapia.

Escutar não significa apenas receber informações. Significa reconhecer a experiência daquela família e incorporá-la ao planejamento terapêutico.

Uma orientação que não considera a realidade familiar pode ser tecnicamente adequada, mas pouco funcional. Por outro lado, quando o profissional compreende as possibilidades e limitações daquela família, consegue construir estratégias mais realistas, aplicáveis e sustentáveis.

A comunicação diária como ferramenta terapêutica

A parceria entre família e clínica não acontece somente durante as reuniões formais ou nas devolutivas periódicas. Ela é construída nas pequenas trocas do cotidiano.

Na Clínica Reabilite Vida, essa comunicação é entendida como parte do cuidado. As trocas diárias permitem compartilhar conquistas, dificuldades, mudanças na rotina e informações importantes para a tomada de decisão clínica. Um comportamento observado em casa pode contribuir para a compreensão de uma situação vivenciada na terapia. Da mesma forma, uma conquista alcançada durante o atendimento pode ser fortalecida quando a família sabe como reproduzir aquela experiência em outros ambientes.

Essa continuidade é especialmente importante porque o desenvolvimento não acontece apenas dentro do consultório. A criança vive em diferentes contextos: casa, escola, espaços de lazer, comunidade e relações familiares. É nesses ambientes que as habilidades precisam ganhar significado e funcionalidade.

Por isso, a terapia não deve ser compreendida como um momento isolado da rotina, mas como parte de um processo maior de desenvolvimento.

A comunicação entre equipe e família também favorece a identificação precoce de dificuldades e a realização de ajustes no planejamento terapêutico. Quando existe um canal de diálogo aberto, a família sente-se mais segura para comparti-

lhar dúvidas e preocupações, e a equipe consegue responder de maneira mais individualizada.

Família e clínica:
uma construção compartilhada

Uma parceria efetiva não significa transferir para os responsáveis a responsabilidade pelo tratamento. Tampouco significa esperar que a família reproduza em casa todas as atividades realizadas pelos profissionais.

Parceria significa compartilhar responsabilidades
de maneira ética e possível.

Cabe à equipe oferecer conhecimento técnico, planejamento, acompanhamento, orientação e estratégias baseadas nas necessidades da criança. Cabe à família compartilhar sua experiência, seus conhecimentos sobre a criança e sua realidade cotidiana. Quando esses dois saberes se encontram, o planejamento terapêutico torna-se mais completo.

Essa construção também fortalece a autonomia dos responsáveis. Em vez de receber apenas instruções, a família passa a compreender o porquê de determinadas estratégias e consegue tomar decisões mais conscientes no cotidiano.

É importante lembrar que cada família possui uma realidade própria. Não existe uma única maneira correta de cuidar. Por isso, o plano terapêutico precisa ser individualizado não apenas para a criança, mas também para o contexto em que ela está inserida.

Adesão: quando a família se sente parte do processo

A adesão ao tratamento não depende exclusivamente da frequência às sessões. Ela está relacionada à confiança na equipe, à compreensão dos objetivos, à percepção de resultados e à sensação de que aquele cuidado faz sentido para a realidade da família.

Quando os responsáveis percebem que são ouvidos, respeitados e incluídos nas decisões, a relação com a clínica tende a se fortalecer. A família deixa de ocupar uma posição exclusivamente receptiva e passa a participar ativamente do processo.

Essa participação pode favorecer maior continuidade das estratégias terapêuticas, melhor compreensão dos avanços e maior segurança diante dos desafios. Pequenas conquistas passam a ser reconhecidas e valorizadas, e as dificuldades podem ser discutidas antes que se transformem em obstáculos maiores.









CLÍNICA
Reabilite Vida
MULTIDISCIPLINAR



Na Clínica Reabilite Vida, entendemos que aderir ao tratamento não significa apenas permanecer em uma agenda terapêutica. Significa construir uma relação de confiança na qual família, paciente e equipe caminham na mesma direção.

O cuidado centrado no paciente
inclui quem está ao seu redor

O cuidado centrado no paciente pressupõe reconhecer sua individualidade, seus objetivos, sua história e seu contexto. No caso das crianças, isso necessariamente envolve considerar suas relações familiares e sociais.

Cuidar de uma criança neurodivergente é construir possibilidades para que ela desenvolva suas habilidades, amplie sua participação e tenha maior qualidade de vida. Mas também é oferecer à família conhecimento, acolhimento e segurança para que ela não precise percorrer esse caminho sozinha.

Uma clínica que cuida verdadeiramente não olha apenas para o que acontece durante a sessão. Olha para o que acontece antes, depois e entre uma sessão e outra.

É nesse espaço entre a clínica e a vida cotidiana que muitas conquistas acontecem.

Na Reabilite Vida, cuidar é uma escolha diária

Localizada em Santo André, a Clínica Reabilite Vida tem como propósito oferecer um cuidado multidisciplinar que considere não apenas as necessidades terapêuticas do paciente, mas também a realidade de sua família.

À frente desse propósito estão as CEOs Aline Simão e Verônica Diana, que compartilham uma visão de cuidado construída com conhecimento, responsabilidade e, sobretudo, amor.

Para a Reabilite Vida, o paciente não chega sozinho. Chegam também sua história, sua família, suas expectativas, seus desafios e seus sonhos.

Por isso, cada troca importa. Cada escuta importa. Cada orientação precisa fazer sentido. E cada decisão deve considerar aquilo que realmente pode contribuir para a vida daquela criança e de quem caminha com ela.

Porque cuidar não é apenas tratar. É acolher, escutar, orientar, acompanhar e construir possibilidades.

Cuidar da criança é cuidar de quem cuida. E caminhar com a família é fazer do tratamento um verdadeiro processo de transformação.

QUANDO AS PALAVRAS NÃO CHEGAM, A COMUNICAÇÃO CONTINUA

Compreender as outras formas de expressão no autismo pode transformar a nossa maneira de escutar, acompanhar e criar vínculos.



Compreender as outras formas de expressão no autismo pode transformar a nossa maneira de escutar, acompanhar e criar vínculos.

Há famílias para as quais a comunicação adquire, com o tempo, um significado completamente diferente.

No início, costumam existir expectativas: ouvir as primeiras palavras, manter pequenas conversas, receber respostas a perguntas simples. Mas, quando o desenvolvimento comunicativo de uma criança não segue o caminho esperado, muitas mães e pais se deparam com uma realidade que não haviam imaginado.

As palavras podem demorar a surgir, ser escassas ou até mesmo não se tornar o principal meio de comunicação.

E então surge uma pergunta inevitável: se meu filho não fala, como posso saber o que ele quer me dizer?

A resposta começa, muitas vezes, quando deixamos de procurar apenas palavras e começamos a observar tudo o que existe além delas.

No Transtorno do Espectro Autista (TEA), a comunicação pode se manifestar de múltiplas formas. Um olhar, um movimento, uma expressão facial, uma aproximação, um comportamento repetido ou uma reação a determinados estímulos podem conter informações importantes.

O silêncio, portanto, não significa necessariamente ausência de comunicação.

Compreender isso implica mudar a nossa forma de nos relacionarmos.

Já não se trata apenas de esperar uma resposta verbal, mas de aprender a reconhecer sinais, respeitar tempos e descobrir quais são as formas de expressão mais acessíveis para cada pessoa.

Em uma sociedade em que falar rápido, responder imediatamente e se comunicar de uma determinada forma parece ser a norma, as pessoas autistas nos lembram de algo essencial: não existe uma única forma de ter voz.

Isso exige atenção.

Observar quais situações geram bem-estar ou desconforto. Reconhecer padrões. Compreender determinados gestos. Perceber quando um comportamento pode estar expressando cansaço, necessidade de ajuda, interesse, rejeição ou desejo de aproximação.

Para as famílias, esse aprendizado pode representar uma mudança profunda.

No início, podem surgir incertezas, medo e muitas perguntas sobre o futuro. Também pode existir a necessidade de reajustar expectativas construídas antes de conhecer as características e necessidades particulares da criança.

No entanto, com o acompanhamento adequado e um olhar mais amplo sobre a comunicação, começa a ser construída uma nova linguagem familiar.

Uma linguagem que nem sempre precisa de palavras.

PEQUENOS SINAIS, GRANDES SIGNIFICADOS

Quando mudamos a forma de observar, também muda a maneira como reconhecemos os progressos.

Um gesto utilizado com intenção, um olhar compartilhado, apontar para aquilo que se deseja, aproximar-se para pedir ajuda, aceitar uma interação ou utilizar um recurso de comunicação alternativa podem se tornar acontecimentos profundamente significativos.

O importante não é comparar esses progressos com os de outras crianças, mas compreender o que eles representam no percurso individual de cada pessoa.

Cada conquista comunicativa pode abrir uma nova porta para a autonomia, a participação e a possibilidade de expressar necessidades, preferências e emoções.

Por isso, acompanhar o desenvolvimento da comunicação não deveria significar apenas buscar o surgimento da fala. O objetivo fundamental é favorecer que cada pessoa encontre formas eficazes, acessíveis e respeitadas de se expressar.

Para algumas, será principalmente por meio da linguagem oral. Para outras, poderá incluir gestos, imagens, dispositivos, sistemas de Comunicação Aumentativa e Alternativa (CAA) ou diferentes recursos combinados.

Nenhuma forma válida de comunicação deveria ser considerada inferior simplesmente por não acontecer por meio de palavras.

QUANDO A FAMÍLIA TAMBÉM APRENDE

O autismo transforma, muitas vezes, não apenas a experiência de quem recebe o diagnóstico, mas também o olhar de quem o acompanha.

Mães, pais e cuidadores aprendem progressivamente a parar onde antes tinham pressa; a observar detalhes que antes poderiam passar despercebidos e a reconhecer que, por trás de determinados comportamentos, pode existir uma mensagem esperando para ser compreendida.

Esse aprendizado também modifica o conceito de vínculo.

Porque criar vínculos não significa necessariamente manter uma conversa convencional. Pode significar

> “OUTRA FORMA DE ESCUTAR”
>
> **Escutar uma pessoa autista que utiliza poucas palavras ou que não recorre à linguagem oral, exige algo mais do que os nossos ouvidos.**



compartilhar um interesse, respeitar um momento de silêncio, compreender um sinal, acompanhar sem exigir ou simplesmente estar disponível quando a outra pessoa procura a nossa presença.

Talvez um dos maiores desafios não seja conseguir que todas as pessoas se comuniquem como esperamos, mas construir famílias, escolas e comunidades capazes de reconhecer as diferentes formas pelas quais os seres humanos expressam quem são.

Porque, quando compreendemos que comunicar é muito mais do que falar, o silêncio deixa de ser interpretado como ausência.

E começamos, finalmente, a escutar tudo aquilo que sempre esteve ali.

Agosto 2026

AS HISTÓRIAS DE SAMUEL

CADA DESAFIO É UMA NOVA CONQUISTA

SOMTEA



Samuel e a Dra. Eliane já se conhecem há muitos anos e são grandes amigos. O vínculo é especial!



Samuel já está na cadeira. Ele sabe o que vem a seguir.



A Dra. Eliane faz cócegas nos dentes dele.



Samuel fica quietinho enquanto ela limpa tudo.



Samuel está quase pronto. Ele foi um campeão!



Conquista! Como bons velhos conhecidos, Samuel e Eliane celebram o sucesso.

O CÉREBRO QUE ESCUTA O CORPO

Interocepção: o "sentido invisível" que a neurociência começa a compreender

Sentimos fome, sede, frio, calor, cansaço. Percebemos que o coração acelera antes de falar em público ou aquela estranha pressão no estômago quando algo nos preocupa. Parecem sensações simples, mas por detrás delas existe um dos sistemas mais fascinantes que a neurociência estuda atualmente: a interocepção.

Enquanto os nossos sentidos tradicionais nos informam sobre o mundo exterior, a interocepção permite ao cérebro saber o que acontece dentro do próprio organismo. O sistema nervoso recebe continuamente informação relacionada com o coração, a respiração, o aparelho digestivo e outros órgãos, integrando-a para contribuir para a manutenção do equilíbrio interno e orientar as nossas respostas.

UM DIÁLOGO QUE NUNCA PARA

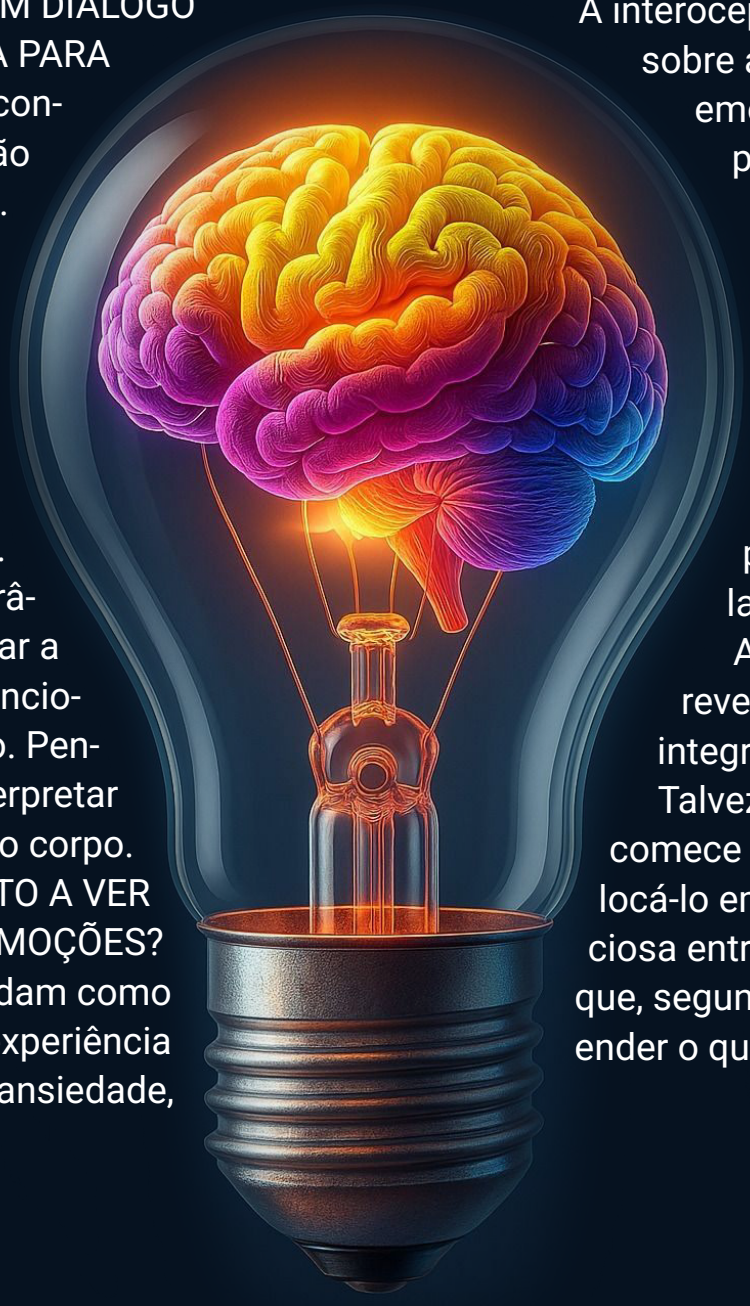
O cérebro e o corpo mantêm uma conversa permanente, mesmo quando não temos consciência dela. Alterações no ritmo cardíaco, na respiração ou no estado dos nossos órgãos geram sinais que chegam ao sistema nervoso. O cérebro processa-os juntamente com informação proveniente do ambiente e de experiências anteriores.

Por isso, a neurociência contemporânea está progressivamente a abandonar a ideia de estudar o cérebro como se funcionasse isolado do resto do organismo. Pensar, sentir e agir também implica interpretar constantemente o estado do corpo.

E O QUE TEM ISTO A VER COM AS NOSSAS EMOÇÕES?

Muito. As investigações atuais estudam como os sinais internos participam na experiência emocional. Aquilo a que chamamos ansiedade, medo, tranquilidade ou entusiasmo não depende apenas de pensamentos: a forma como o cérebro deteta e interpreta alterações corporais também pode contribuir para a maneira como experienciamos uma emoção.

Mas as pessoas não percecionam necessariamente estes sinais com a mesma intensidade ou precisão. Para algumas, pode ser simples identificar que têm fome, estão exaustas ou começam a sentir-se emocionalmente alteradas; para outras, reconhecer determinados sinais internos pode ser mais complexo.



UMA NOVA FRONTEIRA PARA A NEUROCIÊNCIA

A interocepção está a abrir novas questões sobre a relação entre cérebro, corpo, emoções e consciência de si próprio. Investigações recentes estão, inclusive, a analisar como estes mecanismos se desenvolvem desde a infância.

Compreendê-los poderá ajudar-nos a abandonar uma divisão que, durante muito tempo, pareceu evidente: o cérebro de um lado e o corpo do outro.

A neurociência moderna está a revelar uma realidade muito mais integrada.

Talvez aquilo a que chamamos "sentir" comece muito antes de conseguirmos colocá-lo em palavras: numa conversa silenciosa entre os nossos órgãos e um cérebro que, segundo após segundo, tenta compreender o que está a acontecer dentro de nós.

AUTISMO EM MENINAS

QUANDO OS SINAIS SE ESCONDEM À VISTA DE TODOS



Durante anos, a imagem mais conhecida do autismo esteve associada principalmente a características observadas em meninos. Isso influenciou não apenas as pesquisas, mas também a forma como famílias, professores e profissionais aprenderam a reconhecer seus sinais. Como consequência, muitas meninas autistas passaram despercebidas durante a infância, recebendo uma identificação mais tardia ou explicações diferentes para aquilo que vivenciavam.

Isso não significa que o autismo seja necessariamente "invisível" nelas. Em alguns casos, suas manifestações podem se apresentar de formas menos reconhecidas ou ficar ocultas por trás de uma extraordinária capacidade de observar, imitar e se adaptar ao ambiente.

APRENDER A SE ENCAIXAR

Uma menina pode observar atentamente como suas colegas se comportam, aprender quando sorrir, quais expressões utilizar, como participar de uma conversa ou quais temas parecem adequados para cada situação.

Visto de fora, pode parecer que ela se relaciona sem grandes dificuldades. No entanto, alguns desses comportamentos podem não surgir de forma espontânea, mas ser o resultado de um esforço consciente para compreender e reproduzir códigos sociais.

Esse fenômeno costuma estar relacionado a conceitos como camuflagem ou mascaramento social.

A menina pode preparar mentalmente aquilo que vai dizer, copiar gestos de outras pessoas, conter movimentos que a ajudam a se autorregular ou evitar falar extensamente sobre aquilo que realmente lhe interessa para não parecer diferente.

E pode fazer isso tão bem que ninguém suspeita do esforço que existe por trás.

QUANDO "SE COMPORTAR BEM" NÃO CONTA TODA A HISTÓRIA

Alguns sinais também podem ser confundidos com características consideradas positivas: ser tranquila, responsável, perfeccionista, independente ou muito madura para a sua idade.

Uma menina que permanece em silêncio durante uma atividade em grupo pode ser interpretada simplesmente como tímida. Outra que segue rigorosamente as regras pode ser considerada excepcionalmente disciplinada. Uma menina com interesses intensos pode não chamar a atenção se eles coincidirem com temas socialmente comuns para a sua idade.

A diferença nem sempre está apenas naquilo que lhe interessa, mas na intensidade, profundidade, rigidez ou necessidade de recorrer a esse interesse.

Por isso, observar apenas o comportamento visível pode deixar de fora uma parte fundamental da experiência da menina.

O CUSTO INVISÍVEL DE SE ADAPTAR

Manter constantemente um comportamento social aprendido pode ser desgastante.

Uma menina pode aparentar estar bem durante todo o dia escolar e, ao voltar para casa, precisar se isolar, permanecer em silêncio ou se mostrar emocionalmente sobrecarregada. Para a família, o contraste pode ser desconcertante: “Na escola dizem que ela está perfeitamente bem, mas em casa parece outra pessoa”.

Ambas as observações podem ser verdadeiras.

O ambiente escolar pode estar observando o resultado de um enorme esforço de adaptação, enquanto o lar se transforma no espaço seguro onde ela finalmente pode diminuir esse nível de controle.

Quando esse esforço se mantém durante longos períodos, pode afetar o bem-estar emocional e contribuir para sentimentos de exaustão, incompreensão ou sensação de não pertencimento.

SINAIS QUE MERECEM UM SEGUNDO OLHAR

Não existe uma única forma de ser uma menina autista e nenhuma característica isolada permite estabelecer um diagnóstico. No entanto, algumas situações podem justificar uma observação mais cuidadosa: dificuldades em compreender dinâmicas sociais implícitas, necessidade intensa de rotinas, sensibilidade particular a sons, texturas ou ambientes, interesses muito absorventes, exaustão depois de socializar, dificuldade em identificar ou expressar determinadas emoções ou uma tendência constante a imitar comportamentos para se encaixar.

Também podem existir amizades e desejo de se relacionar. O autismo não implica necessariamente ausência de interesse social. Algumas meninas desejam profundamente fazer parte de um grupo, mas têm dificuldade em compreender as regras não escritas que regulam essas relações.

OLHAR PARA ALÉM DO EVIDENTE

Reconhecer melhor o autismo em meninas não significa transformar qualquer timidez, sensibilidade ou dificuldade social em um sinal de alerta. Significa ampliar o nosso olhar.

Famílias, escolas e profissionais precisam considerar não apenas aquilo que uma menina faz, mas também quanto esforço ela precisa fazer para conseguir.

Perguntar como ela se sente depois de socializar, quais situações considera difíceis, quais estratégias utiliza para lidar com elas ou o que acontece quando finalmente se encontra em um ambiente seguro pode revelar informações que uma observação superficial não mostra.

Porque uma menina pode aprender a olhar nos olhos, memorizar respostas sociais, sorrir no momento esperado e até parecer perfeitamente integrada.

Às vezes, por trás de uma menina que parece lidar com tudo sem dificuldades, existe uma história silenciosa de observação, tentativa e esforço constante para compreender um mundo cujas regras os outros parecem conhecer de forma intuitiva.



Aprender a reconhecer essa realidade pode fazer uma diferença fundamental: permitir que muitas meninas deixem de investir tanta energia em parecer que se encaixam e comecem a receber a compreensão e o apoio de que realmente precisam.

TALENTO ENTRE DUAS REALIDADES:

AUTISMO E ALTAS HABILIDADES



Quando uma grande capacidade pode ocultar as necessidades de apoio, e as dificuldades podem tornar invisível o potencial.

Durante muito tempo, o olhar sobre o autismo esteve especialmente centrado nas dificuldades. Hoje sabemos que compreender verdadeiramente a diversidade do espectro exige ampliar essa perspectiva e reconhecer também capacidades, formas particulares de pensamento e perfis cognitivos muito diferentes entre si.

Dentro dessa diversidade existe uma realidade especialmente complexa: pessoas autistas que, ao mesmo tempo, apresentam altas habilidades intelectuais ou talentos excepcionais em determinadas áreas.

Essa combinação faz parte do que se conhece como dupla excepcionalidade, twice-exceptionality ou 2e, termo utilizado para descrever pessoas com altas habilidades que também apresentam uma deficiência, dificuldade de aprendizagem ou condição do neurodesenvolvimento.

QUANDO DUAS REALIDADES COEXISTEM

Uma criança ou adolescente com esse perfil pode demonstrar um raciocínio extraordinariamente avançado, uma excelente memória ou habilidades de destaque em matemática, música, linguagem, criatividade ou outras áreas e, simultaneamente, necessitar de apoio em aspectos relacionados à comunicação social, à regulação emocional, às funções executivas, às mudanças ou ao processamento sensorial.

Essa aparente contradição é precisamente uma das razões pelas quais a dupla excepcionalidade pode ser difícil de identificar.

Em alguns casos, as altas habilidades permitem desenvolver estratégias que compensam determinadas dificuldades, tornando menos evidentes algumas características relacionadas ao autismo. Em outros, acontece o contrário: as necessidades associadas ao TEA assumem tanto protagonismo que as habilidades intelectuais ficam em segundo plano.

Assim, o talento pode ocultar as necessidades de apoio e as dificuldades podem tornar invisível o potencial.

PARA ALÉM DAS NOTAS

Ter altas habilidades não significa necessariamente obter as melhores notas nem se destacar em todas as disciplinas.

Nos perfis 2e podem existir grandes diferenças entre umas habilidades e outras. Um aluno pode compreender conceitos muito superiores aos esperados para sua idade e, no entanto, encontrar dificuldades para organizar uma tarefa, administrar o tempo, trabalhar em grupo ou expressar tudo aquilo que sabe.

Também pode se aprofundar extraordinariamente em determinados temas e demonstrar pouco interesse por atividades repetitivas ou que não representem um verda-

deiro desafio intelectual.

Por essa razão, identificar as altas habilidades exclusivamente por meio do desempenho acadêmico pode deixar de fora alunos cujo potencial permanece oculto por trás de outras necessidades.

O DESAFIO NA ESCOLA

O contexto educacional é um dos lugares onde essa dualidade pode se tornar mais evidente.

O que acontece quando um aluno necessita de conteúdos intelectualmente mais estimulantes e, ao mesmo tempo, de adaptações relacionadas às suas necessidades sensoriais, sociais ou executivas?

Um programa simples demais pode provocar tédio e desmotivação. No entanto, aumentar apenas a exigência acadêmica também não responde necessariamente a todas as suas necessidades.

O desafio consiste em evitar dois extremos: reduzir as expectativas devido ao autismo ou ignorar as necessidades de apoio devido às altas habilidades.

Um mesmo aluno pode necessitar de enriquecimento curricular e, paralelamente, de antecipação das mudanças, apoio no planejamento, estratégias de regulação emocional ou determinadas adaptações ambientais.

Não se trata de escolher entre potencializar suas habilidades ou atender às suas dificuldades. Ele necessita de ambas as coisas.

COMPREENDER A PESSOA COMO UM TODO

A identificação de uma possível dupla excepcionalidade requer uma avaliação cuidadosa que não deve se limitar a um único teste, a uma nota ou a uma observação isolada.

É importante compreender o perfil cognitivo, acadêmico, comunicativo, emocional e adaptativo da pessoa, assim como observar seu funcionamento em diferentes contextos. Dependendo de cada situação, pode ser necessária a participação coordenada de profissionais de diferentes áreas.

Uma perspectiva integral permite identificar não apenas onde existem dificuldades, mas também onde estão os pontos fortes e como eles podem se tornar parte dos apoios.

Além disso, falar de altas habilidades não significa necessariamente falar de “gênios”. As habilidades podem se manifestar de formas muito diferentes e se destacar especialmente em áreas específicas. O potencial, por si só, também não garante seu desenvolvimento: necessita de oportunidades, compreensão e um ambiente adequado.

FAMÍLIAS: COMPREENDER AS CONTRADIÇÕES

Para as famílias, reconhecer esse perfil pode ajudar a compreender situações que inicialmente parecem contraditórias: uma criança capaz de compreender questões extremamente complexas, mas que necessita de ajuda diante de situações aparentemente simples; conhecimentos surpreendentes juntamente com dificuldades para lidar com determinadas mudanças; enorme habilidade em uma área e necessidade de acompanhamento em outra.

Compreender essas diferenças permite abandonar a expectativa de um desenvolvimento uniforme e evitar que as habilidades também se transformem em uma fonte permanente de exigência.

O objetivo deve ser proporcionar as condições necessárias para que cada pessoa possa desenvolver seus pontos fortes sem que suas necessidades sejam minimizadas.

TORNAR VISÍVEL TODO O POTENCIAL

Talvez um dos maiores riscos da dupla excepcionalidade seja observar apenas uma parte da pessoa.

Se olharmos apenas para o autismo, podemos não reconhecer habilidades importantes. Se observarmos apenas as altas habilidades, podemos ignorar necessidades reais de apoio.

A verdadeira inclusão começa quando deixamos de encarar os pontos fortes e as dificuldades como se fossem incompatíveis e compreendemos que ambos podem coexistir.

Por trás de um desempenho irregular, de uma aparente desmotivação ou de uma forma diferente de aprender pode existir um perfil muito mais complexo do que aquele que as notas revelam.

O desafio, portanto, não consiste em procurar “gênios escondidos”, mas em construir famílias, escolas e sistemas de avaliação capazes de reconhecer as pessoas como um todo: com habilidades que merecem ser potencializadas e necessidades que merecem ser compreendidas.



MERCADO DE TRABALHO INCLUSIVO



QUANDO CONTRATAR É APENAS O PRIMEIRO PASSO

Como empresas podem contratar, acolher e desenvolver talentos neurodivergentes

Durante muito tempo, falar sobre inclusão no mercado de trabalho significava principalmente criar oportunidades de contratação. Hoje, esse olhar precisa ir além.

Para pessoas autistas e outros profissionais neurodivergentes, muitas barreiras não estão relacionadas à capacidade de realizar um trabalho, mas à forma como processos seletivos, ambientes e relações profissionais são organizados.

Uma entrevista tradicional, por exemplo, pode valorizar contato visual, respostas rápidas, desenvoltura social e capacidade de improvisação. Mas essas características nem sempre determinam se uma pessoa será competente para analisar dados, desenvolver projetos, criar soluções, organizar processos ou desempenhar inúmeras outras funções.

Por isso, construir um mercado de trabalho verdadeiramente inclusivo começa antes mesmo da contratação.

REPENSAR O PROCESSO SELETIVO

Uma empresa inclusiva precisa perguntar: estamos realmente avaliando as competências necessárias para esta função?

Descrições de vagas pouco objetivas, entrevistas excessivamente abertas e dinâmicas de grupo podem criar barreiras para alguns candidatos neurodivergentes.

Informar previamente as etapas da seleção, utilizar perguntas claras, permitir tempo adequado para as respostas e propor atividades práticas relacionadas à função são estratégias que podem tornar o processo mais acessível sem diminuir a exigência profissional.

Inclusão não significa reduzir critérios. Significa eliminar barreiras que não têm relação com a capacidade de realizar o trabalho.

NO BRASIL, INCLUSÃO TAMBÉM É DIREITO

No Brasil, a participação das pessoas com deficiência no mercado de trabalho possui importante proteção legal.

A Lei nº 12.764/2012, conhecida como Lei Berenice Piana, estabelece que a pessoa com Transtorno do Espectro Autista (TEA) é considerada pessoa com deficiência para todos os efeitos legais.

A Lei Brasileira de Inclusão — Lei nº 13.146/2015 — assegura o direito ao trabalho em ambiente acessível e inclusivo, em igualdade de oportunidades.

Além disso, a Lei de Cotas determina que empresas com 100 ou mais empregados preencham de 2% a 5% de seus cargos com pessoas com deficiência ou beneficiá-

rios reabilitados da Previdência Social.

Mas cumprir a legislação deve ser o começo, não o limite da inclusão.

CONTRATAR NÃO BASTA

Imagine um profissional autista contratado por suas excelentes competências técnicas. Ele domina sua área e realiza tarefas complexas com precisão. Entretanto, trabalha em um ambiente onde prioridades mudam constantemente, instruções são ambíguas e existe grande sobrecarga de estímulos.

Com o tempo, seu desempenho pode ser afetado.

Isso significa falta de competência? Não necessariamente.

Pequenos ajustes podem fazer uma enorme diferença: instruções mais objetivas, antecipação de mudanças, definição clara de responsabilidades, redução de estímulos sensoriais ou maior previsibilidade na organização das tarefas.

Não existe, porém, uma adaptação universal para pessoas autistas. Cada profissional possui características e necessidades próprias.

Por isso, uma pergunta simples pode transformar a relação entre empresa e trabalhador:

"Do que você precisa para realizar bem o seu trabalho?"

ADAPTAÇÃO NÃO É PRIVILÉGIO

Oferecer adaptações não significa favorecer um funcionário.

Igualdade não é obrigatoriamente oferecer exatamente as mesmas condições para todas as pessoas, mas garantir que cada profissional tenha condições adequadas para exercer suas funções.

Algumas adaptações podem ser simples: permitir o uso de fones quando compatível com a atividade, fornecer orientações por escrito, estabelecer prioridades claras, antecipar alterações de rotina ou disponibilizar um espaço com menos estímulos.

Muitas dessas práticas, inclusive, podem beneficiar toda a equipe.

NÃO EXISTE UM ÚNICO "TALENTO AUTISTA"

Também é necessário evitar estereótipos.

Nem toda pessoa autista possui memória extraordinária, talento para tecnologia ou facilidade com números.

Pessoas autistas são diversas.

Podem atuar na tecnologia, educação, saúde, comunicação, design, administração, indústria, logística, artes e em inúmeras outras áreas. Algumas apresentarão habilidades excepcionais; outras terão competências semelhantes às de qualquer outro profissional. Algumas precisarão de pouco apoio, enquanto outras poderão necessitar de acompanhamento mais significativo.

A verdadeira inclusão começa quando deixamos de procurar um perfil idealizado e passamos a enxergar a pessoa.

DO EMPREGO À CARREIRA

Outro desafio começa depois da contratação.

Inclusão também significa oferecer capacitação, reconhecimento, oportunidades de promoção e desenvolvimento profissional.

Uma pessoa não deveria permanecer indefinidamente na mesma função apenas porque entrou na empresa por meio de uma política de inclusão.

Seus conhecimentos podem crescer. Novas competências podem surgir. Seu desempenho pode justificar novas responsabilidades.

A inclusão precisa permitir não apenas conseguir um emprego, mas construir uma carreira.

UMA EMPRESA INCLUSIVA NÃO CONTRATA DIAGNÓSTICOS

Contrata pessoas.

Pessoas com conhecimentos, experiências, necessidades, interesses e formas diferentes de compreender o mundo.

No Brasil, ampliar a participação de profissionais autistas e neurodivergentes exige legislação, oportunidades e políticas de inclusão. Mas exige também uma transformação na cultura das organizações.

Porque abrir uma vaga é apenas o primeiro passo.

A inclusão acontece quando uma pessoa consegue entrar, trabalhar com dignidade, ter suas competências reconhecidas e encontrar oportunidades reais para crescer.

Talvez o verdadeiro indicador de uma empresa inclusiva não seja apenas quantas pessoas neurodivergentes conseguiu contratar, mas quantas encontraram ali condições para permanecer, contribuir e desenvolver todo o seu potencial.



ALÉM DO AUTISMO:

QUANDO OUTROS TRANSTORNOS TAMBÉM PRECISAM SER ESCUTADOS



Identificar as condições que podem coexistir com o TEA permite compreender melhor as necessidades de cada pessoa e oferecer apoios mais adequados.

Falar de autismo implica falar de diversidade. Não existem duas pessoas no espectro que vivenciem o mundo exatamente da mesma forma, e algumas dessas diferenças não se explicam unicamente pelo Transtorno do Espectro Autista (TEA).

Em muitas situações, podem coexistir outras condições de saúde que influenciam o comportamento, a aprendizagem, a regulação emocional, a alimentação, o sono ou o bem-estar geral. São as chamadas comorbidades ou condições coexistentes.

Ansiedade, Transtorno do Déficit de Atenção com Hiperatividade (TDAH), epilepsia e determinados transtornos relacionados à alimentação são alguns exemplos. Reconhecer sua presença é importante, porque atribuir todas as dificuldades ao autismo pode fazer com que determinadas necessidades passem despercebidas.



Diversas pesquisas têm demonstrado que uma proporção significativa das pessoas autistas apresenta pelo menos uma condição associada, não sendo raro que várias delas ocorram simultaneamente. Elas podem ser de natureza neurológica, psiquiátrica, cognitiva ou física.

Por isso, assim como a identificação precoce do autismo pode facilitar o acesso aos apoios necessários, detectar outras condições de saúde permite construir uma resposta mais completa, prevenir complicações e favorecer o desenvolvimento e a qualidade de vida.

NEM TUDO FAZ PARTE DO AUTISMO

O TEA é uma condição do neurodesenvolvimento caracterizada por diferenças em áreas como a comunicação e a interação social, juntamente com padrões de comportamento, interesses ou processamento sensorial que podem se manifestar de formas muito diferentes.

Essa enorme variabilidade torna especialmente importante evitar generalizações. Cada pessoa possui suas próprias capacidades, características, dificuldades e necessidades de apoio.

O mesmo acontece com as condições coexistentes.

Além disso, algumas podem modificar significativamente a forma como determinadas características do autismo se manifestam na vida cotidiana. Uma pessoa que também vivencia ansiedade, por exemplo, pode sentir dificuldades adicionais diante de mudanças inesperadas, determinados ambientes

ou algumas situações sociais.

Por essa razão, diante de uma alteração significativa no comportamento ou do surgimento de novas dificuldades, é fundamental observar a pessoa de forma global e avaliar o que pode estar acontecendo para além do diagnóstico de TEA.

TEA E TDAH: QUANDO DUAS CONDIÇÕES COEXISTEM

A coexistência entre autismo e Transtorno do Déficit de Atenção com Hiperatividade (TDAH) é relativamente frequente.

As dificuldades em manter a atenção, organizar atividades, administrar o tempo, concluir determinadas tarefas ou regular a impulsividade podem gerar desafios adicionais, tanto durante a idade escolar quanto, posteriormente, na vida adulta.

No entanto, TEA e TDAH não devem ser interpretados como uma única condição.

Identificar adequadamente as características relacionadas a cada uma permite estabelecer estratégias individualizadas e compreender melhor quais apoios a pessoa necessita em cada contexto.

A intervenção pode combinar diferentes recursos, de acordo com as necessidades individuais: acompanhamento terapêutico, adaptações no ambiente, estratégias educacionais, orientação às famílias e, quando os profissionais de saúde considerarem indicado, tratamento farmacológico.

O objetivo não é tratar apenas um diagnóstico, mas compreender de que forma as diferentes necessidades da pessoa interagem.

EPILEPSIA: UMA CONDIÇÃO QUE EXIGE ATENÇÃO ESPECIAL

A epilepsia é outra condição neurológica que pode coexistir com o autismo.

Caracteriza-se por uma predisposição à ocorrência de crises provocadas por uma atividade elétrica cerebral anormal. Suas manifestações podem ser muito diferentes e nem sempre são fáceis de reconhecer sem uma avaliação médica adequada.

Diante de episódios ou alterações que levantem a suspeita da existência de crises, é fundamental procurar profissionais de saúde para realizar a avaliação adequada.

Quando existe um diagnóstico de epilepsia, o acompanhamento médico e a articulação entre os diferentes profissionais que acompanham a pessoa assumem especial importância.

Uma abordagem interdisciplinar permite avaliar conjuntamente sua evolução, adaptar os apoios sempre que necessário e promover tanto a segurança quanto a qualidade de vida.

ALIMENTAÇÃO: QUANDO A SELETIVIDADE EXIGE UM OLHAR MAIS APROFUNDADO

A relação entre autismo e alimentação merece atenção especial.

Muitas pessoas no espectro apresentam seletividade alimentar, que pode estar relacionada a diferenças no processamento sensorial, à necessidade de previsibilidade ou a determinadas preferências muito específicas em relação a texturas, odores, sabores, cores, apresentação ou temperatura dos alimentos.

No entanto, nem toda seletividade alimentar constitui um transtorno.

A situação exige uma avaliação mais aprofundada quando a restrição começa a afetar significativamente a nutrição, o crescimento, o peso, a saúde física, o bem-estar emocional ou a vida cotidiana.

Entre as condições que podem ocorrer está o Transtorno Alimentar Restritivo/Evitativo (TARE), que requer uma avaliação profissional específica.

Também podem existir outros padrões alimentares com impacto na saúde metabólica ou que provoquem desequilíbrios nutricionais. Por isso, a alimentação não deve ser analisada apenas em função da quantidade de alimentos consumidos, mas também considerando sua variedade, qualidade nutricional e relação com as características sensoriais e comportamentais de cada pessoa.

OLHAR PARA A PESSOA COMO UM TODO

Um dos principais desafios no acompanhamento do autismo consiste justamente em evitar que o diagnóstico seja utilizado para explicar absolutamente tudo.

Uma alteração no comportamento, maior irritabilidade, dificuldades de concentração, recusa de determinadas atividades ou mudanças na alimentação podem ter diferentes causas e merecem ser investigadas quando são persistentes ou interferem significativamente na vida cotidiana.

Além disso, algumas pessoas autistas podem ter dificuldades para identificar, interpretar ou comunicar determinadas sensações e situações de mal-estar. Isso torna ainda mais importante uma observação cuidadosa e uma boa comunicação entre a própria pessoa, sua família e os profissionais que a acompanham.

Uma abordagem interdisciplinar permite integrar diferentes perspectivas — médica, psicológica, educacional, nutricional e terapêutica — e compreender melhor o que está acontecendo.

Porque acompanhar uma pessoa autista não significa observar apenas as características do autismo.

Significa olhar para a pessoa em sua totalidade.

Reconhecer as condições que podem coexistir com o TEA não acrescenta rótulos desnecessários: pode proporcionar respostas, orientar apoios mais adequados e ajudar a construir intervenções verdadeiramente individualizadas.



O FUTURO DAS TERAPIAS BASEADAS EM EVIDÊNCIAS

O QUE A CIÊNCIA REALMENTE SABE SOBRE AS INTERVENÇÕES NO AUTISMO

Entre novas tecnologias, abordagens emergentes e promessas que circulam rapidamente pelas redes sociais, famílias de pessoas autistas enfrentam uma pergunta cada vez mais difícil: afinal, o que realmente funciona?

A resposta da ciência não aponta para uma terapia única.

O Transtorno do Espectro Autista (TEA) reúne pessoas com perfis, habilidades e necessidades muito diferentes. Por isso, as pesquisas atuais apontam cada vez mais para intervenções individualizadas, objetivos funcionais e decisões construídas a partir das necessidades de cada pessoa.

O futuro parece estar menos na busca por uma "terapia para o autismo" e mais na capacidade de identificar quais apoios podem produzir benefícios reais em determinado momento da vida.

O QUE SIGNIFICA "BASEADO EM EVIDÊNCIAS"?

Uma prática baseada em evidências não é simplesmente uma técnica conhecida ou muito utilizada. Ela deve considerar pesquisas científicas de qualidade, experiência clínica dos profissionais e características, necessidades e preferências da pessoa e de sua família.

Isso também significa reconhecer que nenhuma intervenção funciona da mesma maneira para todas as pessoas autistas.

Os objetivos podem envolver comunicação, autonomia, aprendizagem, participação social, habilidades da vida diária ou regulação emocional.

O sucesso não deveria ser medido pela capacidade de fazer alguém "parecer menos autista", mas pelos ganhos significativos em sua vida cotidiana.

INTERVENÇÃO PRECOCE: POR QUE O TEMPO IMPORTA?

Os primeiros anos representam um período de intenso desenvolvimento. Quando uma criança apresenta necessidades relacionadas à comunicação, interação ou desenvolvimento global, identificá-las precocemente pode permitir que os apoios também comecem mais cedo.

Isso não significa, porém, submeter toda criança recém-diagnosticada a uma rotina exaustiva de terapias.

Intervenções precoces devem ser individualizadas, adequadas à idade e, sempre que possível, integradas às atividades naturais da criança.

Abordagens desenvolvimentais e comportamentais apresentam evidências para diferentes objetivos. Entretanto, intensidade, frequência e modalidade precisam ser definidas de acordo com cada caso, e não por uma fórmula universal.

COMUNICAÇÃO É MUITO MAIS DO QUE FALA

Um dos campos que mais transformaram a compreensão das intervenções no autismo é a comunicação.

Durante muito tempo, o desenvolvimento da fala foi considerado um dos principais indicadores de progresso. Hoje, o olhar é mais amplo: o objetivo fundamental é possibilitar comunicação funcional.

Para algumas pessoas, isso acontecerá principalmente pela linguagem oral. Para outras, podem ser utilizados gestos, imagens, recursos visuais ou sistemas de Comunicação Aumentativa e Alternativa (CAA).

Esses recursos não representam uma desistência da fala. Podem proporcionar uma maneira de expressar necessidades, fazer escolhas, participar de decisões e desenvolver maior autonomia.

NÃO EXISTE UM ÚNICO CAMINHO TERAPÊUTICO

Fonoaudiologia, terapia ocupacional, intervenções comportamentais e desenvolvimentais, acompanhamento psicológico e estratégias educacionais podem fazer parte dos apoios, dependendo das necessidades identificadas.

A questão não é acumular o maior número possível de terapias.

É compreender por que cada intervenção está sendo realizada.

Qual é o objetivo? Como os resultados serão avaliados? A habilidade desenvolvida aparece somente durante a sessão ou também na vida cotidiana? Está contribuindo para a autonomia e o bem-estar?

Essas perguntas ajudam famílias e profissionais a construir um planejamento terapêutico mais consciente.

QUANDO A PROMESSA É MAIOR QUE A EVIDÊNCIA

O crescente interesse pelo autismo também abriu espaço para tratamentos apresentados como revolucionários ou capazes de produzir resultados extraordinários.

Dietas extremamente restritivas sem indicação específica, suplementos utilizados indiscriminadamente, substâncias sem eficácia comprovada e métodos que prometem “reverter” ou “curar” o autismo exigem cautela.

Atualmente, não existe medicamento que elimine as características centrais do autismo. Medicamentos podem ser utilizados, sob avaliação médica, para determinadas condições coexistentes ou sintomas específicos que provoquem sofrimento ou comprometimento importante.

Depoimentos pessoais e histórias de sucesso nas redes sociais também não substituem evidências científicas.

Antes de iniciar uma intervenção, famílias podem perguntar: existem pesquisas de qualidade? Quais benefícios foram demonstrados? Existem riscos? Como os resultados serão acompanhados?

Questionar não significa perder a esperança. Significa tomar decisões mais seguras.

O FUTURO SERÁ MAIS INDIVIDUALIZADO

A ciência busca compreender cada vez melhor por que pessoas com o mesmo diagnóstico podem apresentar necessidades e respostas tão diferentes.

Tecnologias digitais, novos recursos de comunicação, teleatendimento e formas mais precisas de acompanhar resultados poderão contribuir para intervenções cada vez mais personalizadas.



Mas talvez a mudança mais importante seja outra.

O objetivo das terapias não deve ser apagar diferenças para aproximar a pessoa de um padrão considerado “normal”.

Deve ser ampliar comunicação, autonomia, participação, aprendizagem, segurança e qualidade de vida.

O futuro das terapias baseadas em evidências não será construído pela promessa de uma intervenção milagrosa, mas pela união entre ciência, avaliação individualizada, acompanhamento dos resultados e respeito à pessoa autista.

Porque a melhor intervenção não é necessariamente a mais nova, a mais intensa ou a mais divulgada.

É aquela que possui um objetivo claro, evidências consistentes e produz mudanças que realmente fazem sentido na vida daquela pessoa.

PATERNIDADE FORA DO ROTEIRO

QUANDO O AUTISMO TRANSFORMA A FORMA DE SER PAI



Entre expectativas, silêncio e descobertas, muitos homens precisam reconstruir a própria ideia de paternidade e descobrir que estar presente pode ser muito mais importante do que ter todas as respostas.

Antes de um filho nascer, muitos pais imaginam cenas que parecem fazer parte de um roteiro conhecido: ensinar a andar de bicicleta, jogar bola, conversar sobre a escola, compartilhar interesses, dar conselhos e acompanhar cada nova conquista.

Então, o autismo entra nessa história.

Talvez algumas dessas cenas aconteçam exatamente como foram imaginadas. Outras acontecerão de maneira diferente. E algumas talvez nunca façam sentido para aquela criança.

É nesse momento que muitos homens descobrem que ser pai de uma criança autista não significa abandonar a paternidade que imaginaram, mas aprender a construí-la por outros caminhos.

QUANDO O PAI TAMBÉM PRECISA DE TEMPO

O diagnóstico costuma mobilizar toda a família. Surgem consultas, avaliações, terapias, decisões sobre escola, dúvidas sobre desenvolvimento e uma enorme quantidade de informações.

No meio de tudo isso, existe também um pai tentando compreender o que está acontecendo.

Historicamente, grande parte das pesquisas e dos próprios serviços relacionados ao autismo concentrou maior atenção nas mães. A experiência paterna permaneceu menos estudada e, muitas vezes, menos verbalizada.

Isso importa.

Alguns homens foram educados para acreditar que seu papel diante de uma dificuldade é encontrar uma solução, proteger financeiramente a família e permanecer emocionalmente forte.

Mas o autismo não apresenta um problema simples que possa ser “resolvido”.

E talvez uma das primeiras transformações da paternidade aconteça justamente aí: perceber que nem sempre será possível controlar o caminho.

DO PAI QUE “RESOLVE” AO PAI QUE ACOMPANHA

Depois do diagnóstico, é fácil transformar a rotina familiar em uma sucessão de objetivos.

Terapias. Consultas. Escola. Desenvolvimento. Metas. Resultados.

O pai começa a pesquisar, procurar especialistas, organizar recursos e tentar descobrir o que mais pode fazer pelo filho.

Tudo isso pode ser importante.

Mas existe um risco silencioso: transformar cada momento da relação em uma intervenção.

Pesquisas recentes sobre a experiência paterna no autismo têm chamado atenção para algo profundamente humano: alguns pais relatam justamente a necessidade de deixar de se enxergar como uma espécie de “pai-terapeuta” para voltar a ser simplesmente pai.

Brincar sem transformar a brincadeira em exercício. Caminhar juntos sem procurar um objetivo terapêutico. Compartilhar um interesse repetitivo porque aquilo faz o filho feliz.



Às vezes, a relação também cresce quando não existe nenhuma meta a cumprir.

APRENDER OUTRA LINGUAGEM DE AFETO

Nem todo filho demonstrará afeto da maneira que o pai esperava.

Talvez não existam abraços frequentes. Talvez as conversas sejam diferentes. Talvez o contato visual seja breve ou a criança prefira compartilhar sua presença de outras formas.

Isso não significa ausência de vínculo.

Um filho pode demonstrar confiança procurando o pai quando está sobrecarregado. Pode convidá-lo para participar de um interesse específico. Pode sentar-se ao seu lado em silêncio ou permitir sua presença em momentos nos quais o restante do mundo parece excessivo.

Reconhecer essas formas de conexão pode transformar profundamente a relação.

O pai deixa de perguntar apenas “por que meu filho não faz isso?” e começa também a perguntar:

“Como meu filho demonstra que quer estar comigo?”

O SILÊNCIO DOS PAIS

Existe outra questão que merece espaço: quem cuida emocionalmente do pai?

Preocupações com o futuro, pressão financeira, dificuldades conjugais, decisões terapêuticas e medo sobre quem cuidará do filho quando os pais não estiverem mais presentes podem produzir uma carga emocional significativa.

Entretanto, muitos homens encontram poucos espaços para falar sobre essas questões.

Pedir ajuda não diminui a função paterna. Conversar com a parceira ou parceiro, procurar apoio psicológico quando necessário, participar de grupos de famílias e construir uma rede de suporte também são formas de cuidar do filho.

Uma família não precisa de um pai que suporte tudo em silêncio.

Precisa de um pai que consiga permanecer presente.

A PATERNIDADE TAMBÉM ESTÁ NAS PEQUENAS CONQUISTAS

Com o tempo, muitas expectativas começam a mudar.

Aquilo que antes parecia pequeno pode adquirir enorme significado.

Experimentar um alimento novo. Conseguir esperar alguns minutos. Pedir ajuda. Entrar sozinho em uma loja. Aprender a utilizar transporte. Expressar uma necessidade. Preparar algo para comer.

A paternidade passa, então, a ser construída menos pela comparação com outros filhos e mais pela compreensão do percurso daquele filho.

E surge uma pergunta que acompanha muitos pais conforme a criança cresce:

“Como posso ajudá-lo a construir a maior autonomia possível?”

A resposta será diferente para cada pessoa.

NÃO ERA O ROTEIRO. CONTINUA SENDO PATERNIDADE.

O autismo pode transformar expectativas, rotinas, prioridades e até a maneira como um homem compreende seu próprio papel dentro da família.

Mas existe algo que permanece.

Ser pai continua significando acompanhar.

Significa proteger quando necessário e permitir autonomia quando possível. Ensinar, mas também aprender. Preparar para o futuro sem esquecer de viver o presente.

Talvez aquele roteiro imaginado antes do nascimento nunca tenha sido uma promessa.

Era apenas uma possibilidade.

Porque existem muitas maneiras de construir uma relação entre pai e filho.

E, algumas vezes, é justamente quando o roteiro deixa de funcionar que um homem descobre uma forma de ser pai que nunca havia imaginado.



AUTISMO FEMININO: UMA VIDA INTEIRA APRENDENDO A SE ENCAIXAR



Durante anos, muitas mulheres cresceram sentindo-se diferentes sem encontrar uma explicação. O reconhecimento tardio do autismo está mudando suas histórias e também a nossa forma de compreender o espectro.

Durante décadas, grande parte do conhecimento sobre o autismo foi construído a partir de perfis predominantemente masculinos e de características identificadas durante a infância. Como consequência, muitas meninas e mulheres ficaram fora desse olhar.

Cresceram tentando compreender por que determinadas situações sociais eram tão desgastantes, por que alguns estímulos as sobrecarregavam ou por que se relacionar com outras pessoas parecia exigir um esforço que os demais realizavam de forma aparentemente natural.

Nem sempre foram identificadas como autistas. Algumas foram consideradas extremamente tímidas, sensíveis, introvertidas ou ansiosas. Outras chegaram à idade adulta depois de receberem diferentes explicações para suas dificuldades, sem que ninguém tivesse considerado o autismo.

Hoje, a crescente visibilidade dessas experiências está modificando nossa compreensão do TEA e colocando uma questão em evidência: quantas mulheres passaram grande parte de suas vidas tentando se adaptar sem saber por que precisavam fazer isso?

QUANDO O DIAGNÓSTICO CHEGA NA IDADE ADULTA

Para algumas mulheres, a possibilidade de serem autistas surge aos 30, 40, 50 anos ou até mais tarde.

Às vezes, surge depois do diagnóstico de um filho ou de uma filha. Ao conhecerem mais profundamente as características do espectro, começam a reconhecer aspectos da própria infância, adolescência e vida adulta.

Para muitas mulheres, encontrar essa explicação significa reconstruir a própria história com novas ferramentas.

Situações que, durante anos, pareciam não estar relacionadas começam, então, a adquirir um novo significado. O diagnóstico tardio não muda o passado, mas pode oferecer uma nova forma de interpretá-lo. Experiências sociais difíceis, esgotamento após determinados encontros, necessidade de rotinas, sensibilidades sensoriais ou interesses intensos podem começar a ser compreendidos a partir de uma perspectiva diferente.

MASKING: O ESFORÇO INVISÍVEL PARA SE ENCAIXAR

Um dos conceitos fundamentais para compreender parte do diagnóstico tardio em mulheres é o masking, ou mascaramento social.

Desde muito cedo, algumas meninas aprendem a observar cuidadosamente as pessoas ao seu redor. Podem imitar gestos, expressões, formas de conversar ou comportamentos socialmente aceitos para conseguirem lidar com situações que não compreendem intuitivamente.

Podem ensaiar mentalmente conversas, estudar a forma como outras pessoas reagem, obrigar-se a manter determinados comportamentos sociais ou esconder aquilo que poderia fazê-las parecer diferentes.

Visto de fora, essa capacidade pode ser interpretada como uma adaptação bem-sucedida.

Mas adaptar-se não significa necessariamente estar bem.

Manter constantemente esse esforço pode ter um importante custo emocional. A necessidade permanente de analisar o ambiente, controlar as próprias respostas e esconder dificuldades pode contribuir para o esgotamento e para o sofrimento psicológico.

Aquilo que os outros percebem como naturalidade pode ser, na realidade, o resultado de anos aprendendo cuidadosamente como parecer que está tudo bem.

DESCOBRIR-SE PARA SE COMPREENDER

Receber um diagnóstico de autismo na idade adulta pode despertar emoções muito diferentes.

Pode haver surpresa, dúvidas e até um processo de reinterpretação de experiências passadas. Mas, para algumas mulheres, também significa encontrar finalmente uma explicação coerente para aspectos de suas vidas que, durante anos, foram difíceis de compreender.

Não se trata apenas de receber uma denominação clínica.

Pode significar reconhecer necessidades que antes eram ignoradas, compreender limites pessoais, identificar situações que provocam sobrecarga e buscar formas de viver que exijam menos esforço constante para se encaixar.

Também pode permitir substituir algumas perguntas.

"Por que não consigo ser como os outros?" pode se transformar em "Do que preciso para conseguir lidar melhor com as situações?".

E essa mudança de perspectiva pode ser profundamente significativa.

MULHERES QUE ESTÃO MUDANDO A NARRATIVA

A presença crescente de mulheres autistas falando publicamente sobre suas experiências também está ampliando nossa compreensão do espectro.

Nas redes sociais, associações, encontros e espaços profissionais surgem relatos sobre questões que, durante anos, tiveram pouca visibilidade: maternidade, vida profissional, relacionamentos, processamento sensorial, esgotamento, identidade, saúde mental e direitos.

Essas vozes nos lembram de algo essencial: não existe uma única forma de ser autista.

Ao mesmo tempo, esse novo olhar traz desafios para profissionais, famílias e sistemas educacionais. Reconhecer perfis menos evidentes exige uma escuta mais atenta e significa não limitar a identificação do autismo a uma imagem estereotipada.

Uma menina que socializa, mantém conversas, tem amizades ou apresenta um bom desempenho acadêmico não deve ser automaticamente excluída de uma avaliação quando existem outros sinais persistentes que merecem atenção.

UM NOVO OLHAR SOBRE O AUTISMO FEMININO

Falar de diagnóstico tardio em mulheres não significa simplesmente aumentar o número de diagnósticos.

Significa compreender por que determinados perfis puderam permanecer invisíveis durante tanto tempo.

Significa também reconhecer que, por trás de uma aparente adaptação, pode existir um enorme esforço para corresponder às expectativas sociais e que as dificuldades não deixam de existir simplesmente porque uma pessoa aprendeu a escondê-las.

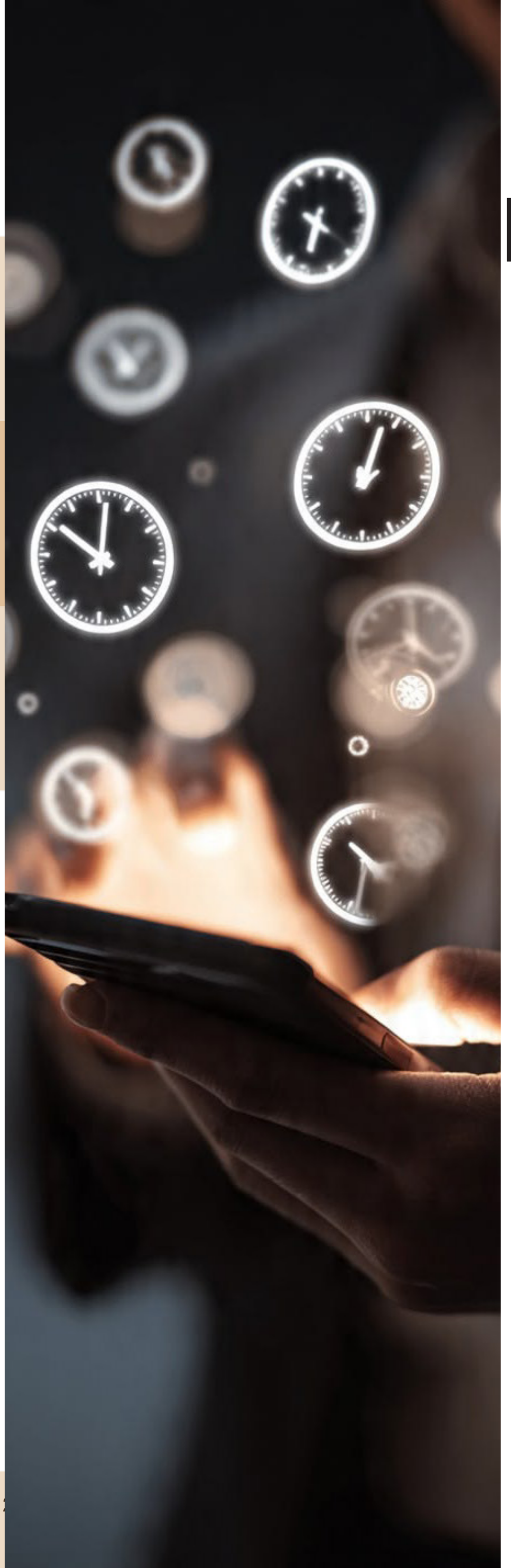
Cada mulher terá, naturalmente, uma experiência diferente. Nem todas as mulheres autistas apresentam as mesmas características, nem todas recorrem ao mascaramento da mesma forma.

Mas ouvir suas experiências está ajudando a construir uma compreensão mais ampla do espectro.

Durante anos, muitas aprenderam primeiro a se encaixar e só muito mais tarde puderam compreender a si mesmas.

Talvez a verdadeira transformação comece justamente aí: quando deixamos de nos perguntar por que elas não pareciam autistas e começamos a nos perguntar por que demoramos tanto tempo para enxergá-las.





ANTES MESMO DE ACONTECER

TDAH, ANSIEDADE E A DIFÍCIL RELAÇÃO COM O TEMPO

Por que uma consulta marcada para as quatro da tarde pode ocupar mentalmente o dia inteiro? Como uma tarefa que levaria vinte minutos consegue provocar horas de preocupação? E por que algumas pessoas só conseguem começar quando o prazo já se tornou uma emergência?

Para muitas pessoas com Transtorno do Déficit de Atenção com Hiperatividade (TDAH), a relação com o tempo pode ser uma das partes mais desafiadoras da vida cotidiana.

Quando a ansiedade entra nessa equação, o problema deixa de ser apenas administrar horários. Surge uma sensação permanente de antecipação: algo precisa ser feito, algo pode ser esquecido, alguma coisa está prestes a dar errado.

QUANDO O TEMPO NÃO É SENTIDO DA MESMA FORMA

Administrar o tempo exige várias funções trabalhando em conjunto: estimar duração, definir prioridades, controlar impulsos, iniciar uma atividade, interromper outra e manter mentalmente aquilo que precisa acontecer depois.

Essas habilidades estão relacionadas às chamadas funções executivas, frequentemente afetadas no TDAH.

Por isso, algumas pessoas podem subestimar quanto tempo uma tarefa levará ou ter dificuldade para perceber a passagem do tempo enquanto estão profundamente envolvidas em determinada atividade.

Popularmente, experiências desse tipo são muitas vezes descritas como “cegueira temporal”. Embora não seja um diagnóstico clínico, a expressão ajuda a explicar uma dificuldade real: saber intelectualmente que o tempo está passando não significa necessariamente conseguir administrá-lo de forma eficiente.

A CONSULTA DAS QUATRO DA TARDE

Imagine alguém que tem uma consulta às 16h.

São 10h da manhã.

Existem várias coisas que poderiam ser feitas antes, mas surge um pensamento: “Não posso me envolver demais nisso porque tenho a consulta”.

Ao meio-dia, a pessoa confere novamente o horário.
Às 13h30, começa a calcular quando precisa tomar banho.
Às 14h, pensa no trânsito.
Às 14h30, verifica documentos, endereço e horário novamente.
A consulta dura uma hora.
Mas, mentalmente, ocupou praticamente o dia inteiro.

Esse tipo de antecipação pode ocorrer porque existe pouca confiança na própria capacidade de calcular o tempo, lembrar compromissos ou interromper uma atividade no momento adequado.

A ansiedade passa, então, a funcionar como uma espécie de sistema de vigilância.

"Não posso esquecer."
"Não posso me atrasar."
"Preciso atento."

O problema é que permanecer em alerta também consome energia.

PROCRASTINAÇÃO NEM SEMPRE É PREGUIÇA

Outro fenômeno frequentemente mal interpretado é a procrastinação.

Uma tarefa importante está disponível há duas semanas, mas só começa na noite anterior ao prazo.

De fora, parece falta de responsabilidade.
Por dentro, a experiência pode ser diferente.

Começar uma atividade exige definir por onde começar, organizar etapas, estimar esforço e sustentar a atenção. Quando a tarefa parece grande, monótona, distante ou pouco estruturada, iniciar pode se tornar especialmente difícil.

Então o prazo se aproxima.
A ansiedade aumenta.

E aquilo que antes não produzia ativação suficiente torna-se uma emergência.

A urgência finalmente coloca a pessoa em movimento.

O problema surge quando esse mecanismo se transforma na principal maneira de funcionar.

Viver dependendo da pressão para começar significa viver repetidamente perto do limite.

QUANDO A ANSIEDADE VIRA UM "LEMBRETE"

Depois de esquecer compromissos, perder prazos ou chegar atrasada algumas vezes, uma pessoa pode começar a desenvolver estratégias baseadas no medo.

Confere o calendário repetidamente. Coloca vários alarmes. Chega muito antes do necessário. Evita iniciar outras atividades antes de um compromisso.

Essas estratégias podem até funcionar.

Mas existe uma diferença entre utilizar ferramentas externas de organização e precisar permanecer ansioso para não esquecer.

Quando a preocupação se transforma no principal sistema de gerenciamento do tempo, funcionar pode se tornar emocionalmente caro.

O CELULAR: SOLUÇÃO E ARMADILHA

A tecnologia trouxe recursos extraordinários para pessoas com dificuldades executivas.

Calendários digitais, alarmes, temporizadores, aplicativos de tarefas e lembretes podem externalizar informações que antes dependiam exclusivamente da memória.

Ao mesmo tempo, o dispositivo que lembra uma reunião também contém mensagens, vídeos, redes sociais e notificações capazes de capturar a atenção.

A questão, portanto, não é simplesmente usar mais tecnologia, mas utilizá-la de forma estratégica.

Poucos sistemas, claramente organizados, podem funcionar melhor do que dezenas de aplicativos e notificações competindo pela atenção.



TORNAR O TEMPO VISÍVEL

Uma das estratégias mais úteis pode ser retirar o tempo do campo abstrato.

Cronômetros visuais, calendários, blocos de horário, listas curtas, alarmes específicos e divisão de grandes tarefas em pequenas etapas ajudam a transformar "preciso fazer isso depois" em ações concretas.

Também é importante incluir margens realistas.

Se sair de casa normalmente exige vinte minutos de preparação, planejar apenas cinco cria uma rotina permanentemente baseada em atrasos e urgências.

O objetivo não é controlar cada minuto.

É reduzir a quantidade de decisões que precisam ser tomadas no último momento.

QUANDO O FUTURO DEIXA DE SER UMA EMERGÊNCIA

Compreender a relação entre TDAH, funções executivas e percepção do tempo ajuda a substituir julgamentos por estratégias.

Nem todo atraso é desinteresse. Nem toda procrastinação é preguiça. E nem toda organização aparente significa tranquilidade.

Às vezes, por trás de alguém que nunca perde um compromisso existe uma pessoa que passou o dia inteiro com medo de esquecê-lo.

O verdadeiro avanço acontece quando a ansiedade deixa de ser necessária para manter a vida organizada.

Porque aprender a administrar o tempo não deveria significar viver permanentemente correndo contra ele.

Este tema además te permite una diagramación visual muy diferente: reloj, calendario, celular con alarmas, persona esperando antes de un compromiso, etc. La frase "Às vezes, por trás de alguém que nunca perde um compromisso existe uma pessoa que passou o dia inteiro com medo de esquecê-lo" puede quedar muy potente como destaque central.

HERDAMOS O AUTISMO?

O QUE A GENÉTICA COMEÇA A NOS REVELAR

Quando surge um diagnóstico de autismo em uma família, uma das perguntas mais frequentes é inevitável: de onde vem? E, quase imediatamente, surge outra: é hereditário?

A ciência busca responder a essas questões há décadas. Hoje sabemos que a genética desempenha um papel muito importante no autismo, mas a resposta está longe de ser tão simples quanto herdar a cor dos olhos ou o tipo sanguíneo.



O autismo não costuma depender de um único gene. É resultado de uma arquitetura biológica extraordinariamente complexa, na qual podem estar envolvidas numerosas variantes genéticas e diferentes processos do desenvolvimento.

NÃO EXISTE “O GENE DO AUTISMO”

Um dos primeiros conceitos que devemos abandonar é a ideia de que existe um gene específico responsável pelo autismo.

As pesquisas identificaram centenas de genes e variantes genéticas potencialmente relacionados ao espectro do autismo. Algumas variantes são relativamente frequentes e, isoladamente, têm efeitos reduzidos; outras são muito menos comuns, mas podem exercer uma influência maior no neurodesenvolvimento.

Por isso, duas pessoas autistas podem apresentar histórias genéticas completamente diferentes e, ao mesmo tempo, compartilhar determinadas características associadas ao espectro.

Essa enorme diversidade genética pode ser uma das razões pelas quais falamos justamente de um “espectro”: não existe uma única forma de ser autista, assim como não existe uma única explicação biológica para todos os casos.

ENTÃO, O AUTISMO É HEREDITÁRIO?

Existe um forte componente hereditário, mas dizer simplesmente que “o autismo é hereditário” pode levar a interpretações equivocadas.

Uma pessoa pode herdar da mãe e do pai múltiplas variantes genéticas que, combinadas, contribuem para uma maior probabilidade de apresentar características autistas. No entanto, também existem as chamadas variantes “de novo”, alterações genéticas que surgem pela primeira vez em uma pessoa e que não estavam presentes da mesma forma em seus pais.

Além disso, ter determinada variante genética não significa necessariamente que uma pessoa será autista. A relação entre os genes, o desenvolvimento cerebral e as características observáveis é muito mais complexa.

A genética fala de probabilidades e mecanismos biológicos, não de destinos escritos antecipadamente.

QUANDO A ÁRVORE GENEALÓGICA COMEÇA A CONTAR OUTRA HISTÓRIA

Após o diagnóstico de uma criança, algumas famílias começam a observar sua própria história a partir de uma perspectiva diferente.

"O pai era exatamente assim quando era pequeno." "A avó nunca suportou determinados sons." "O tio sempre teve interesses muito intensos." "Eu também precisava ficar sozinha depois de passar horas com outras pessoas."

Essas semelhanças não permitem diagnosticar retrospectivamente uma família, mas podem refletir a presença de características relacionadas ao autismo distribuídas entre diferentes familiares.

A genética pode transmitir características de formas muito diversas. Um familiar pode apresentar alguns traços sem preencher os critérios para um diagnóstico, enquanto outro pode manifestá-los com uma intensidade ou combinação diferente.

GENÉTICA NÃO SIGNIFICA CULPA

Compreender o componente genético do autismo também possui uma dimensão humana fundamental.

Durante muito tempo, as famílias — e especialmente as mães — foram submetidas a teorias que responsabilizavam injustamente a educação, o afeto ou determinadas decisões familiares pelo desenvolvimento do autismo.

As evidências científicas atuais deixaram essas explicações para trás.

O autismo é uma condição do neurodesenvolvimento com uma importante base biológica e genética. Não surge porque alguém educou mal uma criança, foi pouco afetuoso ou cometeu algum suposto erro na educação.

Conhecer melhor sua genética não deve servir para procurar culpados, mas para compreender.

PARA QUE SERVEM OS ESTUDOS GENÉTICOS?

Em determinados casos, uma avaliação genética pode ajudar a identificar uma alteração ou síndrome relacionada ao neurodesenvolvimento. Isso pode fornecer informações relevantes para o acompanhamento médico, orientar sobre determinadas condições associadas e proporcionar aconselhamento genético à família.

No entanto, um estudo genético sem resultados conclusivos não exclui o autismo.

O diagnóstico continua sendo fundamentalmente clínico e se baseia na história do desenvolvimento e na avaliação das características da pessoa. A genética pode fornecer peças importantes do quebra-cabeça, mas ainda não possui todas as respostas.

O FUTURO ESTÁ EM COMPREENDER A DIVERSIDADE

Talvez uma das maiores contribuições da genética não seja encontrar uma única "causa do autismo", mas demonstrar justamente o contrário: podem existir muitos caminhos biológicos diferentes que convergem em características que atualmente agrupamos dentro do espectro do autismo.

Cada nova descoberta permite compreender melhor como o cérebro se desenvolve, por que o autismo pode se manifestar de formas tão diferentes e por que determinadas condições surgem com maior frequência associadas ao autismo.

"A pergunta, então, começa a mudar." Já não se trata apenas de perguntar "de quem herdou o autismo?", mas de compreender como uma combinação única de informações genéticas participa da construção de cada cérebro. Porque nossos genes podem contar parte da nossa história, mas, sozinhos, não contam toda a história de uma pessoa.



AUTISMO NA ERA DIGITAL:

NOVAS TECNOLOGIAS QUE TRANSFORMAM TERAPIAS E APRENDIZAGENS



Da inteligência artificial à realidade virtual, novas ferramentas estão abrindo possibilidades na comunicação, na aprendizagem e no apoio terapêutico. Mas a verdadeira inovação não está apenas na tecnologia: está na forma como ela pode ser adaptada às necessidades de cada pessoa autista.

Durante muitos anos, quando se falava de tecnologia e autismo, pensava-se principalmente em aplicativos de comunicação, jogos educativos ou dispositivos utilizados em contextos terapêuticos. Hoje, o cenário é muito mais amplo.

Inteligência artificial (IA), realidade virtual, sistemas de Comunicação Aumentativa e Alternativa (CAA), dispositivos vestíveis e plataformas de aprendizagem adaptativa estão criando novas possibilidades de intervenção, autonomia e participação.

Não se trata de substituir terapeutas, professores ou famílias por máquinas. A transformação acontece quando a tecnologia funciona como uma ferramenta capaz de reduzir barreiras e oferecer formas alternativas de comunicar, aprender e interagir com o mundo.

UMA TECNOLOGIA QUE SE ADAPTA À PESSOA

Uma das grandes mudanças da era digital é a possibilidade de personalização.

Duas pessoas autistas podem apresentar necessidades, habilidades, interesses e perfis sensoriais muito diferentes. Algumas tecnologias permitem ajustar o nível de dificuldade das atividades, modificar a quantidade de estímulos, oferecer instruções visuais ou permitir que cada pessoa realize uma tarefa em seu próprio ritmo.

A inteligência artificial acrescenta uma nova dimensão. Sistemas capazes de analisar padrões de uso podem ajudar a adaptar conteúdos às respostas e necessidades do usuário.

No contexto educacional, por exemplo, um aluno que compreende melhor por meio de imagens pode se beneficiar de conteúdos mais visuais, enquanto outro poderá necessitar de instruções divididas em pequenas etapas.

A tecnologia se aproxima, assim, de um princípio essencial da inclusão: não exigir que todos aprendam da mesma forma.

REALIDADE VIRTUAL: ENSAIAR O MUNDO

Entrar em uma sala de aula, utilizar o transporte público, fazer compras ou participar de uma entrevista são situações cotidianas que podem representar desafios para algumas pessoas autistas.

A realidade virtual permite recriar determinados cenários em um ambiente previsível e controlado. Com acompanhamento adequado, a pessoa pode praticar situações, repetir experiências e se familiarizar progressivamente com determinados contextos antes de enfrentá-los no mundo real.

O objetivo, porém, não deve ser ensinar a pessoa autista a reproduzir comportamentos considerados “normais”, mas desenvolver habilidades úteis, autonomia e segurança, respeitando sempre sua identidade e seus limites.

COMUNICAÇÃO PARA ALÉM DA FALA

Uma das contribuições mais importantes da tecnologia está relacionada à comunicação.

Nem todas as pessoas autistas utilizam a linguagem oral da mesma forma. Para algumas, comunicar-se por meio da fala pode ser difícil ou insuficiente para expressar necessidades, pensamentos e emoções.

Os sistemas digitais de Comunicação Aumentativa e Alternativa têm evoluído significativamente. Tablets e outros dispositivos podem disponibilizar símbolos, imagens, textos e voz sintetizada, oferecendo diferentes possibilidades de expressão.

Nesse contexto, a tecnologia deixa de ser apenas um recurso terapêutico. Para algumas pessoas, pode representar algo muito maior: uma forma de ter voz.

INTELIGÊNCIA ARTIFICIAL: POSSIBILIDADES E LIMITES

Poucas tecnologias despertam atualmente tanta expectativa quanto a inteligência artificial.

Ferramentas baseadas em IA podem adaptar conteúdos educacionais, gerar materiais visuais, organizar rotinas, simplificar textos e apoiar diferentes formas de aprendizagem.

Mas essa evolução também exige responsabilidade. Dados relacionados ao desenvolvimento, comportamento e saúde são sensíveis. A utilização dessas ferramentas deve respeitar a privacidade, o consentimento e a proteção das informações.

Um algoritmo pode identificar padrões, mas não conhece uma pessoa da mesma forma que aqueles que convivem ou trabalham diretamente com ela. A IA deve apoiar decisões humanas, e não substituí-las.

QUANDO A TECNOLOGIA CHEGA AO CORPO

Os dispositivos vestíveis, conhecidos como wearables, representam outra área em desenvolvimento. Relógios, pulseiras e sensores podem coletar determinados sinais fisiológicos e ajudar a investigar possíveis indicadores associados ao estresse ou à sobrecarga.

No futuro, essas ferramentas poderão contribuir para reconhecer antecipadamente determinadas alterações e favorecer estratégias de autorregulação.

No entanto, estados emocionais complexos não podem ser reduzidos a números em uma tela. A tecnologia fornece informações; a interpretação continua exigindo contexto humano.

TECNOLOGIA NÃO É SINÔNIMO DE INCLUSÃO

Um aplicativo moderno ou um sistema baseado em inteligência artificial não são automaticamente inclusivos.

A pergunta fundamental continua sendo: que barreira estamos tentando reduzir?

Para uma criança, a tecnologia pode significar conseguir comunicar uma escolha. Para um adolescente, organizar autonomamente a rotina escolar. Para um adulto, facilitar determinadas tarefas profissionais ou cotidianas.

O futuro exige ainda que as próprias pessoas autistas participem do desenvolvimento das tecnologias destinadas a apoiá-las.



> “Porque talvez a maior revolução digital não seja criar ferramentas capazes de mudar as pessoas autistas.
>
> Talvez seja criar tecnologias capazes de tornar o mundo mais acessível às diferentes formas de comunicar, aprender, sentir e existir.”





NEURODIVERSIDADE:

QUANDO O AMBIENTE TAMBÉM PRECISA MUDAR

A inclusão começa a ganhar um novo significado: em vez de perguntar apenas como a pessoa pode se adaptar, precisamos observar quais barreiras o próprio ambiente está criando.

Durante muito tempo, grande parte das dificuldades vivenciadas por pessoas autistas, com TDAH, dislexia e outros perfis neurodivergentes foi analisada principalmente a partir do indivíduo.

Se uma criança não conseguia permanecer sentada, precisava aprender a controlar seu comportamento. Se um profissional se incomodava com determinados estímulos, precisava encontrar uma maneira de suportá-los. Se alguém tinha dificuldade para compreender uma instrução pouco objetiva, esperava-se que aprendesse a se adaptar.

A neurodiversidade propõe uma mudança importante nessa lógica.

E se parte da dificuldade não estiver apenas na pessoa?

E se estiver também na forma como construímos escolas, empresas e relações pensando que todos os cérebros deveriam funcionar de maneira semelhante?

DO “O QUE HÁ DE ERRADO?” PARA “O QUE ESTÁ DIFICULTANDO?”

Imagine uma sala de aula com iluminação intensa, muito ruído, instruções exclusivamente verbais e mudanças inesperadas na rotina.

Uma criança neurodivergente pode apresentar dificuldade para se concentrar, ficar inquieta ou precisar sair daquele espaço.

É possível olhar para essa situação e perguntar:
“Por que ela não consegue se adaptar?”
Mas existe outra pergunta:
“O que neste ambiente está dificultando sua participação?”

Essa pequena mudança representa uma transformação profunda.

Não significa negar que determinadas condições do neurodesenvolvimento possam trazer dificuldades reais ou exigir apoios específicos. Significa compreender que o funcionamento de uma pessoa resulta também da interação entre suas características e o ambiente em que ela está inserida.

QUANDO SE ADAPTAR TEM UM PREÇO

Muitas pessoas neurodivergentes aprendem, desde cedo, estratégias para corresponder às expectativas sociais.

Controlam movimentos, escondem desconfortos, imitam comportamentos, ensaiam conversas e suportam ambientes sensorialmente difíceis para evitar parecer diferentes.

Esse processo pode ser chamado, em determinados contextos, de masking ou mascaramento.

O problema é que parecer adaptado não significa necessariamente estar bem.

Uma pessoa pode passar o dia inteiro funcionando aparentemente sem dificuldades e chegar em casa completamente esgotada.

Por isso, uma das discussões atuais sobre neuroinclusão está deixando de considerar apenas o comportamento visível para perguntar também quanto esforço é necessário para mantê-lo.

INCLUSÃO NÃO É FAZER TODOS FUNCIONAREM DA MESMA FORMA

Uma escola inclusiva não precisa abandonar regras. Uma empresa neuroinclusiva não precisa eliminar metas. Uma família também não precisa organizar toda a sua rotina em torno de uma única pessoa.

O desafio é identificar quais exigências são realmente necessárias e quais existem simplesmente porque "sempre foi assim".

Uma reunião precisa obrigatoriamente durar uma hora?

Todo aluno precisa demonstrar que aprendeu exatamente da mesma maneira?

Uma instrução precisa ser apenas verbal?

Um profissional precisa trabalhar em um ambiente cheio de estímulos quando sua função pode ser realizada em outro espaço?

Perguntas assim ajudam a separar requisitos realmente importantes de convenções que podem ser modificadas.

PEQUENAS MUDANÇAS, GRANDES DIFERENÇAS

Nem toda adaptação exige grandes investimentos.

Instruções mais claras, recursos visuais, possibilidade de utilizar fones quando apropriado, antecipação de mudanças, pausas, ambientes com menos estímulos e diferentes maneiras de demonstrar conhecimento podem reduzir barreiras significativamente.

E existe algo interessante: muitas dessas mudanças não beneficiam exclusivamente pessoas neurodivergentes.

Uma comunicação mais objetiva pode ajudar toda uma equipe. Uma aula com diferentes formas de apresentar o conteúdo pode favorecer diversos alunos. Um ambiente profissional com expectativas claras pode melhorar o trabalho de todos.

A acessibilidade, quando bem planejada, frequentemente deixa de beneficiar apenas uma minoria.

NEM TODA NEURODIVERGÊNCIA É UM "SUPERPODER"

A valorização da neurodiversidade também trouxe uma narrativa aparentemente positiva: pessoas neurodivergentes teriam habilidades extraordinárias.

Mas essa ideia pode criar outro estereótipo.

Nem toda pessoa autista é excepcionalmente boa com números. Nem toda pessoa com TDAH é extremamente criativa. Nem toda pessoa disléxica possui um talento especial que compense suas dificuldades.

Algumas pessoas terão capacidades extraordinárias.

Outras não.

O direito à participação não deveria depender da existência de um "superpoder".

Valorizar a neurodiversidade significa reconhecer potencialidades sem romantizar dificuldades e reconhecer necessidades de apoio sem reduzir uma pessoa às suas limitações.

DA CONSCIENTIZAÇÃO À NEUROINCLUSÃO

Talvez esta seja uma das principais mudanças que estamos começando a observar.

Durante anos, falamos sobre conscientizar a sociedade a respeito das diferenças neurológicas.

Isso continua sendo importante.
Mas conhecer já não é suficiente.
O próximo passo é transformar ambientes.

Uma sociedade neuroinclusiva não será aquela em que todas as pessoas finalmente aprenderam a se comportar da maneira esperada.

Será aquela capaz de compreender que diferentes cérebros podem precisar de diferentes caminhos para aprender, trabalhar, comunicar-se e participar.

Talvez, então, a pergunta mais importante deixe de ser:
"Como podemos fazer essa pessoa se adaptar?"
E passe a ser:

"Como podemos construir um ambiente no qual ela não precise esconder quem é para conseguir participar?"



TDAH:
O CÉREBRO QUE VIVE EM MODO DE URGÊNCIA

Para além da distração e da hiperatividade

"Presta atenção". "Organiza-te". "Deixa de adiar". "Se consegues concentrar-te durante horas naquilo de que gostas, também poderias fazê-lo com as tuas obrigações".

Para muitas pessoas com Perturbação de Hiperatividade e Défice de Atenção (PHDA), frases como estas fazem parte da sua vida quotidiana. Vistos de fora, certos comportamentos podem ser interpretados como falta de interesse, desorganização ou pouca força de vontade. No entanto, por detrás deles existe uma realidade muito mais complexa.

A PHDA é uma perturbação do neurodesenvolvimento que afeta, entre outros aspetos, a regulação da atenção, o controlo dos impulsos e as funções executivas. E compreendê-la exige olhar muito para além da imagem clássica de uma pessoa que simplesmente "não consegue estar quieta".

NÃO É FALTA DE ATENÇÃO: É DIFICULDADE EM REGULÁ-LA

Um dos grandes paradoxos da PHDA é que uma pessoa pode ter enormes dificuldades em concentrar-se numa tarefa e, horas depois, permanecer completamente absorvida por outra.

Como é possível?

Porque o problema não consiste apenas em ter "pouca atenção", mas em regulá-la adequadamente de acordo com as exigências do momento.



Uma atividade nova, estimulante ou pessoalmente interessante pode captar intensamente a atenção. Em contrapartida, iniciar ou manter tarefas repetitivas, extensas ou com uma recompensa distante pode exigir um esforço consideravelmente maior.

Por isso, ver uma pessoa concentrada durante horas em algo que a apaixona não demonstra que a sua PHDA desapareça quando quer.

QUANDO TUDO SE ATIVA NO ÚLTIMO MINUTO

Existe uma experiência que muitas pessoas com PHDA reconhecem: saber durante dias que algo tem de ser feito, querer começar e até preocupar-se por não o fazer... mas sentir-se incapaz de avançar.

Até surgir a urgência.

A entrega é amanhã. Faltam duas horas. Alguém está à espera. As consequências já são imediatas.

De repente, surge uma capacidade de concentração que parecia inexistente.

Este funcionamento pode gerar a sensação de viver permanentemente a apagar incêndios: a urgência transforma-se no motor que consegue ativar aquilo que a intenção, por si só, nem sempre consegue pôr em marcha.

O problema é que viver desta forma tem um custo. Stress, esgotamento, atrasos, conflitos e uma constante sensação de estar a correr atrás das próprias responsabilidades podem tornar-se parte da rotina.

O VERDADEIRO DESAFIO PODE ESTAR NAS FUNÇÕES EXECUTIVAS

Imaginemos as funções executivas como o "diretor de operações" do cérebro. Ajudam-nos a organizar ações, estabelecer prioridades, estimar o tempo, controlar impulsos, manter informação temporariamente disponível e passar de uma tarefa para outra.

Na PHDA, algumas destas funções podem apresentar dificuldades.

Uma pessoa pode saber perfeitamente o que tem de fazer e, ainda assim, encontrar grandes obstáculos para decidir por onde começar, dividir uma tarefa extensa em etapas, calcular quanto tempo demorará ou manter o esforço até a terminar.

Isto explica por que razão reduzir a PHDA à "distração" deixa de fora uma parte essencial da experiência.

A HIPERATIVIDADE NEM SEMPRE É VISÍVEL

Quando pensamos em hiperatividade, tendemos a imaginar movimento constante. Mas nem sempre se manifesta dessa forma.

Em adolescentes e adultos, pode ser experienciada como inquietação interna: pensamentos que se sucedem rapidamente, necessidade de se manter ocupado, dificuldade em relaxar, falar impulsivamente ou sentir que a mente permanece continuamente ligada.

Além disso, nem todas as pessoas com PHDA apresentam o mesmo perfil. Em algumas predominam as dificuldades de atenção; noutras, a hiperatividade e a impulsividade são mais evidentes.

Isto também ajuda a compreender por que razão alguns casos podem passar despercebidos durante anos.

O PESO EMOCIONAL DE SER CONSTANTEMENTE CORRIGIDO

Existe outra dimensão de que se fala menos.

Uma criança que ouve repetidamente que é distraída, desorganizada, irresponsável ou que "poderia fazer melhor se se esforçasse" pode acabar por incorporar essas palavras na imagem que constrói de si própria.

Com o passar dos anos, as dificuldades académicas, profissionais ou sociais podem acumular frustrações.

Por isso, compreender a PHDA não significa justificar qualquer comportamento. Significa substituir o julgamento por estratégias que permitam desenvolver a autonomia: apoios visuais, rotinas, divisão de tarefas, lembretes, adaptação do ambiente e, quando necessário, acompanhamento profissional.

NÃO SE TRATA DE VIVER MAIS DEPRESSA

Compreender a PHDA muda uma questão fundamental.

Em vez de perguntar "porque é que não o fazes se sabes que tens de o fazer?", talvez devamos perguntar: "o que está a dificultar que consigas começar e que estratégia poderia ajudar-te?"

Esta pequena mudança transforma o olhar.

Porque, por detrás da aparente distração, pode existir um cérebro a tentar filtrar demasiados estímulos; por detrás da procrastinação, uma dificuldade em iniciar a ação; e, por detrás da produtividade de última hora, anos de aprendizagem a utilizar a pressão como combustível.

O desafio não é ensinar uma pessoa com PHDA a viver permanentemente em modo de urgência, mas ajudá-la a construir ferramentas para que não precise de chegar à urgência para conseguir funcionar.



A CIÊNCIA DA ANTECIPAÇÃO

Como experiências passadas ajudam a prever o que acontecerá a seguir

A neurociência revela como o cérebro antecipa o mundo antes mesmo de ele acontecer

Abrimos uma porta e esperamos encontrar o chão do outro lado. Ouvimos o início de uma frase e, antes que ela termine, nosso cérebro já começa a imaginar as próximas palavras. Ao caminhar, calculamos inconscientemente onde o pé deverá tocar. E, diante de uma situação conhecida, nosso corpo pode começar a se preparar antes mesmo de algo acontecer.

Durante muito tempo, imaginamos o cérebro principalmente como uma extraordinária máquina de receber informações: os sentidos captariam o mundo, enviariam os dados e o cérebro produziria uma resposta.

A neurociência contemporânea está construindo uma imagem muito mais dinâmica.

O cérebro não espera simplesmente que o mundo aconteça.

Ele tenta antecipá-lo.



UMA MÁQUINA DE FAZER PREVISÕES

Uma das ideias mais influentes da neurociência atual é conhecida como processamento preditivo.

Segundo esse conjunto de teorias, o cérebro utiliza experiências anteriores para construir previsões sobre aquilo que provavelmente encontrará e compara continuamente essas expectativas com as informações que chegam pelos sentidos.

Quando previsão e realidade coincidem, tudo segue de maneira relativamente eficiente.

Quando não coincidem, surge aquilo que os pesquisadores chamam de erro de previsão.

Imagine pegar uma caixa que você acredita estar cheia e descobrir que está vazia. Por uma fração de segundo, seu movimento parece exagerado.

Seu cérebro havia preparado o corpo para determinado peso.

A realidade foi diferente.

Esse pequeno erro oferece nova informação, permitindo atualizar a previsão para a próxima vez.

Aprender, sob essa perspectiva, envolve também atualizar continuamente os modelos que o cérebro constrói sobre o mundo.

O CÉREBRO TAMBÉM PREVÊ O CORPO

Mas existe uma transformação ainda mais fascinante nessa história.

As previsões não acontecem apenas sobre aquilo que existe fora de nós.

O cérebro também precisa antecipar o que acontecerá dentro do corpo.

Antes de levantar rapidamente, fazer exercício, enfrentar uma ameaça ou realizar uma tarefa exigente, o organismo precisa ajustar pressão arterial, frequência cardíaca, respiração, disponibilidade de energia e inúmeros outros processos.

Essa capacidade de antecipar necessidades e preparar o organismo é estudada dentro do conceito de alostase.

Em vez de simplesmente corrigir desequilíbrios depois que eles aparecem, o cérebro pode trabalhar de maneira antecipatória.

Em outras palavras, ele administra continuamente um orçamento biológico.

QUANDO SENTIR TAMBÉM É INTERPRETAR

É aqui que entra outro campo em rápida expansão: a interocepção.

Batimentos cardíacos, respiração, temperatura, fome, sede e sinais provenientes de diferentes órgãos enviam continuamente informações ao sistema nervoso.

Mas perceber o corpo não significa simplesmente receber esses sinais.

O cérebro precisa interpretá-los.

Um coração acelerado pode acompanhar medo, exercício, entusiasmo ou expectativa. O sinal corporal pode ser semelhante, enquanto seu significado depende do contexto, das experiências anteriores e da interpretação realizada pelo cérebro.

Essa interação entre cérebro e corpo está ganhando espaço nas pesquisas sobre emoção, saúde mental, tomada de decisões e consciência.

A antiga divisão entre “mente” e “corpo” começa, assim, a parecer cada vez menos suficiente.

POR QUE DUAS PESSOAS PERCEBEM O MESMO MUNDO DE FORMAS DIFERENTES?

Se o cérebro utiliza experiências anteriores para interpretar aquilo que percebe, surge uma consequência fascinante:

percepção não é uma fotografia perfeita da realidade.

É uma construção.

Duas pessoas podem entrar no mesmo ambiente, ouvir o mesmo som ou enfrentar a mesma situação e produzir experiências diferentes.

Isso não significa que cada cérebro simplesmente invente sua própria realidade. As informações sensoriais continuam sendo fundamentais.

Mas aquilo que percebemos resulta da interação entre o que chega pelos sentidos e aquilo que o cérebro esperava encontrar.

Essa perspectiva pode ajudar a ciência a investigar por que determinadas experiências sensoriais, emocionais e cognitivas variam tanto entre indivíduos.

QUANDO AS PREVISÕES PRECISAM MUDAR

Prever é útil.

Mas existe outra habilidade igualmente importante: perceber quando uma previsão deixou de funcionar.

Um cérebro eficiente precisa conseguir atualizar seus modelos diante de novas informações.

É justamente essa relação entre expectativa, surpresa e adaptação que atualmente mobiliza pesquisas sobre aprendizagem, percepção, movimento e tomada de decisões.

A pergunta já não é apenas como os neurônios respondem aos estímulos.

É como bilhões de células trabalhando em diferentes redes conseguem construir expectativas, comparar previsões com a realidade e modificar o comportamento em tempo real.

UM NOVO JEITO DE COMPREENDER O CÉREBRO

Ainda existem debates importantes sobre até onde as teorias de processamento preditivo conseguem explicar o funcionamento cerebral. A neurociência está longe de possuir uma teoria definitiva sobre a mente.

Mas a mudança de perspectiva é poderosa.

O cérebro começa a deixar de ser visto apenas como um órgão que reage ao presente.

Ele aparece como um sistema que utiliza o passado para antecipar o futuro, enquanto monitora constantemente o mundo e o próprio corpo.

Talvez seja justamente por isso que conseguimos atravessar uma rua, compreender uma frase, preparar o corpo para correr, reconhecer uma surpresa e aprender com aquilo que não aconteceu como esperávamos.

Vivemos no presente.

Mas, de certa forma, nosso cérebro está sempre alguns instantes à frente.





SOMTEA