

UNILEÃO
CENTRO UNIVERSITÁRIO DOUTOR LEÃO SAMPAIO
CURSO DE GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA

TAINARA HIGINO DIAS

**AUTISMO EM ADULTOS COM DIAGNÓSTICO TARDIO: Uma análise teórica sobre
as dimensões emocionais**

JUAZEIRO DO NORTE - CE
2024

TAINARA HIGINO DIAS

AUTISMO EM ADULTOS COM DIAGNÓSTICO TARDIO: Uma análise teórica sobre as dimensões emocionais

Trabalho de Conclusão de Curso – Artigo Científico, apresentado à Coordenação do Curso de Graduação em Psicologia do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio, em cumprimento às exigências para a obtenção do grau de Bacharel em Psicologia.

Orientador: Profa. Dra. Jessica Queiroga Oliveira

TAINARA HIGINO DIAS

AUTISMO EM ADULTOS COM DIAGNÓSTICO TARDIO: Uma análise teórica sobre as dimensões emocionais

Este exemplar corresponde à redação final aprovada do Trabalho de Conclusão de Curso, apresentado à Coordenação do Curso de Graduação em Psicologia do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio, em cumprimento às exigências para a obtenção do grau de Bacharel em Psicologia.

Data da Apresentação: 02/12/2025

BANCA EXAMINADORA

Orientador: Profa. Dra. Jessica Queiroga de Oliveira/UNILEÃO

Membro: Profa. Dra. Moema Alves de Macedo/UNILEÃO

Membro: Profa. Dra. Emília Suitberta de Oliveira Trigueiro/UNILEÃO

JUAZEIRO DO NORTE - CE
2025

AUTISMO EM ADULTOS COM DIAGNÓSTICO TARDIO: Uma análise teórica sobre as dimensões emocionais

Tainara Higino Dias ¹
Jessica Queiroga de Oliveira²

RESUMO

Na presente pesquisa, busca – se compreender mais a fundo questões sobre o diagnóstico tardio de autismo e investigar as estratégias adotadas por esses indivíduos para o gerenciamento de suas emoções e a compreensão destas mesmas em ambientes sociais. É perceptível a quantidade de pessoas que recebem diagnóstico tardio de autismo por apresentarem sintomatologia atípica até mesmo dentro do espectro, o que acaba por dificultar a forma como o sujeito compreende a si e aos outros. O sujeito autista possui dificuldades em compreender emoções e contextos sociais em decorrência do transtorno, mas a falta de um diagnóstico precoce dificulta ainda mais a forma como o indivíduo compreende a si e ao mundo. Utilizou – se a metodologia de revisão de literatura, por meio de fontes científicas publicadas nos últimos dez anos. A pesquisa resultou na maior compreensão das dificuldades acerca das manifestações emocionais de pessoas autistas, trazendo à tona aspectos importantes como a cognição social e a teoria da mente como sendo aspectos de suma importância para o entendimento sobre o TEA. Por fim, conclui – se que apesar das grandes dificuldades enfrentadas pelo adulto autista, é possível criar estratégias de manejo eficazes em colaboração com a psicologia que podem auxiliar no autocuidado da pessoa autista.

Palavras-chave: Transtorno do Espectro Autista; Diagnóstico Tardio; Adulto Autista; Teoria da Mente.

ABSTRACT

This research aims to deepen the understanding of late autism diagnosis and to examine the strategies used by autistic adults to manage their emotions and interpret them in social contexts. It is noticeable that an increasing number of people receive a late diagnosis of autism due to presenting atypical symptoms, which makes it more difficult for them to understand themselves and others. Autistic individuals experience challenges in comprehending emotions and social contexts as a consequence of the disorder; however, the lack of an early diagnosis further intensifies these difficulties, affecting their perception of themselves and the surrounding world. The methodology employed was a literature review based on scientific sources published in the last ten years. The research led to a greater understanding of the emotional manifestations experienced by autistic individuals, highlighting the relevance of social cognition and theory of mind as key aspects for understanding ASD. It is concluded that, despite the significant challenges faced by autistic adults, it is possible to develop effective coping strategies in collaboration with psychology, which can assist in promoting self-care and improving their overall quality of life.

Keywords: Autism Spectrum Disorder. Late Diagnosis. Autistic Adult. Theory of Mind.

¹Discente do curso de psicologia da UNILEÃO. Email: cicerahigino33@gmail.com

²Docente do curso de psicologia da UNILEÃO. Email: jessicaqueiroga@leaosampaio.edu.br

1 INTRODUÇÃO

Na presente pesquisa, busca – se compreender mais a fundo questões sobre o diagnóstico tardio de autismo e investigar as estratégias adotadas por esses indivíduos para o gerenciamento de suas emoções e a compreensão destas mesmas em ambientes sociais. O Transtorno do Espectro Autista (TEA) está sendo cada vez mais estudado, em resposta ao maior número de casos prevalentes mundialmente. Como um transtorno do neurodesenvolvimento, diversas causas são analisadas e surgem diferentes graus de classificação de severidade (Menezes, 2020). Com a maior repercussão dos casos de autismo, também cresce o número de pessoas já em idade adulta que se percebem dentro do espectro. Ainda de acordo com a autora já supracitada, apesar do maior conhecimento atual sobre o autismo, ainda há pouco material e poucas conclusões efetivas sobre o diagnóstico tardio do TEA, o que deixa milhares de indivíduos sem um diagnóstico precoce, prejudicando o desenvolvimento pleno de suas habilidades sócio comunicativas e de interação social, bem como os seus comportamentos, o que os coloca à margem do que é tido como “normal”, implicando grande sofrimento e angústia ao longo da vida (Menezes, 2020).

Compreendes-se que o TEA pode ocasionar diversos prejuízos na vida das pessoas diagnosticadas, especialmente naquelas que só descobrem seu diagnóstico na idade adulta. Ao aprofundar – se no tema, observa – se a existência de inúmeras dificuldades que vão para além das percepções superficiais frequentemente associadas a essas pessoas. Para indivíduos considerados típicos, o autista muitas vezes é visto como alguém insensível e desprovido de empatia; entretanto, tais características não podem ser explicadas de forma simplista. A realidade é que os autistas processam emoções de maneira diferente das pessoas neurotípicas, o que impacta nas suas interações sociais e na forma como lidam com diferentes contextos de socialização.

De acordo com Menezes (2020), o reconhecimento de emoções é dificultado, uma vez que o TEA tem como particularidade a dificuldade em identificar as “pistas” e a linguagem corporal que a comunicação não verbal traz nas interações sociais, fazendo com que pacientes não demonstrem interesse em sentimentos e expressões alheios, além de não possuírem muitas habilidades em manifestar os seus próprios. Inclusive, ocorre nos indivíduos com TEA maior dificuldade com olhar social e contato visual, o que contribui para os reconhecimentos citados.

Diante desses aspectos, muitos autistas enfrentam obstáculos consideráveis devido a sensação de não pertencimento. Como pessoas que percebem o mundo de maneira diferente, os esforços necessários para se adaptar aos ambientes e às interações demandam uma quantidade significativa de energia. Essas ações, que para sujeitos neurotípicos costumam ser automáticas, representam um desafio para aqueles que estão dentro do espectro. Com isso, buscando uma maior compreensão desses aspectos tão presentes e que podem atuar como fatores limitantes para essas pessoas, foi colocado em pauta a seguinte questão: “Quais as implicações do diagnóstico tardio de autismo e o gerenciamento de emoções, de acordo com a literatura existente? ”

A partir desse panorama, torna – se evidente a relevância social e acadêmica de aprofundar o entendimento sobre o autismo diagnosticado tardiamente, especialmente no que se refere a vivencia emocional na vida adulta. Diante disso, este trabalho tem como objetivo geral investigar como adultos diagnosticados tardiamente com autismo lidam com suas emoções em diferentes ambientes, reconhecendo que a identificação tardia dessa condição pode provocar impactos significativos na construção da identidade, nas relações sociais e no bem-estar psicológico.

Para alcançar tal propósito, buscou – se, primeiramente, investigar as características e particularidades do autismo com diagnóstico tardio, considerando as implicações que esse atraso produz na trajetória desses indivíduos. Além disso, pretende – se compreender como adultos diagnosticados tardiamente percebem e interpretam suas próprias emoções e as emoções alheias, tende em vista que dificuldades na identificação, expressão e leitura emocional podem influenciar diretamente a interação social e o manejo de situações cotidianas. Por fim propõe – se analisar as estratégias de enfrentamento utilizadas por adultos autistas para lidar com as emoções, procurando entender como a compreensão emocional dessas pessoas foi se construindo ao longo da vida.

2 DESENVOLVIMENTO

2.1 METODOLOGIA

Para a realização desse estudo, adotou – se uma abordagem qualitativa e bibliográfica. A pesquisa consistiu na revisão narrativa de literatura, buscando identificar e analisar estudos, artigos científicos e livros relevantes em bases de dados como o Google Acadêmico, Scielo, PubMed. De acordo com Proetti (2017), a pesquisa qualitativa não visa à quantificação, mas sim ao direcionamento para o desenvolvimento de estudos que buscam respostas que possibilitam entender, descrever e interpretar fatos. Ela permite ao pesquisador manter contato direto e interativo com o objeto de estudo.

Os critérios de inclusão consideraram textos em português publicados nos últimos quinze anos, que abordassem os aspectos relacionados ao autismo adulto com diagnóstico tardio, à construção das emoções nesse contexto e às estratégias de enfrentamento adotadas por esses indivíduos. Por outro lado, os critérios de exclusão levaram – se em consideração textos publicados fora do alvo temporal de quinze anos. Também foram excluídos textos que não estivessem diretamente abordando assuntos relacionados à temática. A organização do trabalho seguiu etapas sequenciais: levantamento sistemático da literatura relevante; seleção dos materiais; leitura crítica e análise dos textos. Esse procedimento visa oferecer uma compreensão aprofundada sobre as experiências emocionais desses indivíduos, contribuindo para ampliar o entendimento acadêmico sobre o autismo na fase adulta com diagnóstico tardio.

2.2 REFERENCIAL TEÓRICO

2.2.1 Autismo na Vida Adulta o Diagnóstico Tardio

De acordo com o DSM-V-TR (APA, 2022), o transtorno do espectro autista caracteriza-se por déficits persistentes na comunicação social e na interação social em múltiplos contextos, incluindo déficits na reciprocidade social, em comportamentos não verbais de comunicação usados para interação social e em habilidades para desenvolver, manter e compreender relacionamentos. Além dos déficits na comunicação social, o diagnóstico do transtorno do espectro autista requer a presença de padrões restritos e repetitivos de comportamento, interesses ou atividades.

O TEA é uma condição do neurodesenvolvimento caracterizado por um conjunto heterogêneo de manifestações clínicas que afetam, principalmente, a comunicação social e o comportamento. Além das alterações sociais, os padrões

restritos e repetitivos de comportamentos, interesses ou atividades também são critérios diagnósticos do autismo. Aqui não são apenas os comportamentos estereotipados e maneirismos motores que podem se mostrar restritos, mas também os interesses. A fala, movimentos motores ou uso de objetos se apresentam de forma estereotipada ou repetitiva, incluindo estereotípias motoras, ecolalia (repetir as palavras ou frases após serem ouvidas), até o clássico comportamento de alinhar brinquedos ou girar objetos (Schmidt, 2017).

Os surgimentos dessas manifestações surgem de maneira precoce, prioritariamente nos primeiros anos de vida, porém a intensidade e a forma como os sintomas se apresentam podem variar de um indivíduo para o outro. De Abreu Almeida (2018) explica que, o início dos sintomas pode se tornar aparente no primeiro ano de vida, ou pode ocorrer um desenvolvimento normal até 12-18 meses de idade, e então sobrevém a regressão da linguagem e/ou das habilidades sociais, o que ocorre em até 30% dos casos. O mais típico é acontecer uma parada no desenvolvimento após os 6 meses de idade, como um platô, ou ocorrer a desaceleração do desenvolvimento acompanhado de alguma perda das habilidades na comunicação social, como a atenção conjunta, afeto compartilhado e uso da linguagem.

Além disso, é comum que indivíduos com TEA apresentem alterações sensoriais, como hipersensibilidade ou ao a falta dela à estímulos, sejam eles visuais, auditivos, táteis ou olfativos, o que impacta significativamente a adaptação desses sujeitos aos ambientes. O que pode contribuir para o aumento do sofrimento desses sujeitos em relação ao convívio com outras pessoas. Villarouca (2023), afirma que diversas características associadas ao autismo podem aumentar a vulnerabilidade de indivíduos nesse espectro à violência. Algumas dessas características se destacam por expor esses indivíduos a situações de risco, especialmente aquelas que afetam suas interações sociais.

Júnior (2023) afirma que a abordagem multidisciplinar no contexto do Transtorno do Espectro Autista (TEA) é uma necessidade incontestável, considerando a diversidade de desafios apresentados pelos indivíduos no espectro. Neurologistas, psicólogos, terapeutas ocupacionais, educadores e outros profissionais formam uma equipe interdisciplinar que desempenha papéis cruciais na compreensão e intervenção eficaz no TEA. Cada disciplina contribui com uma perspectiva única, integrando conhecimentos e habilidades para abordar os aspectos neurobiológicos, comportamentais, educacionais e sociais do transtorno.

Ainda de acordo com o autor já supracitado o TEA traz consequências não somente para a vida do sujeito que possui o diagnóstico, mas também para a sua família. O impacto do Transtorno do Espectro Autista (TEA) se estende além do indivíduo diagnosticado, reverberando significativamente nas dinâmicas familiares. O enfrentamento diário de desafios associados ao TEA, como dificuldades de comunicação e interação social, exige um ajuste constante por parte das famílias. O entendimento e apoio adequados tornam-se cruciais nesse contexto, promovendo não apenas a qualidade de vida do indivíduo com TEA, mas também fortalecendo os laços familiares (Júnior, 2023).

2.2.2 O Diagnóstico Tardio do TEA

Apesar do diagnóstico ser feito geralmente na infância, observa – se um aumento significativo no número de adultos que recebem o diagnóstico tardiamente, muitas vezes após enfrentarem diversas dificuldades não compreendidas anteriormente. De acordo com Rocha (2023), o TEA é um distúrbio caracterizado por se apresentar de diversas maneiras diferentes, com sintomatologia e intensidade variadas, fazendo necessária grande experiência do examinador para que um diagnóstico não seja perdido ou atrasado por manifestações atípicas da doença que podem resultar em prejuízos biopsicossociais. Além disso, fatores sociais e a limitada acessibilidade a serviços especializados contribuem para a negligência no reconhecimento e no atendimento dessa condição em diversas faixas etárias.

Segundo Santos (2024), o diagnóstico tardio também é uma questão crítica para adultos com TEA, que enfrentam desafios únicos relacionados ao reconhecimento e aceitação de sua condição. Em muitos casos, a falta de diagnóstico precoce leva a uma luta contínua entre aceitar a identidade autista e atender às pressões sociais e de gênero. A camuflagem social desenvolvida por muitos adultos pode resultar em exaustão significativa e maior vulnerabilidade a comorbidades, como distúrbios alimentares e problemas de saúde mental. Esses desafios destacam a importância de estratégias de diagnóstico e suporte mais adaptadas às necessidades individuais dos adultos com TEA (Santos, 2024).

O diagnóstico tardio do autismo na vida adulta representa um marco significativo na trajetória emocional e psicológica do indivíduo. Ao longo dos anos, muitas pessoas autistas crescem sem compreender plenamente as razões de suas

diferenças cognitivas, emocionais e comportamentais. O diagnóstico tardio, é recebido por jovens e adultos de uma maneira mais positiva, provocando sentimentos de alegria, aceitação e alívio, visto que durante anos o transtorno pode ter sido confundido com ansiedade, timidez ou outras psicopatologias. Receber o diagnóstico de forma tardia causa aceitação e alívio, pois é possível entender comportamentos e atitudes que até então eram incômodos e confusos (Como, Espectro Autista. 2024).

Mas para além disso, adultos que recebem o diagnóstico tardiamente, pode apresentar além do alívio a inquietação. De acordo com Santos (2024), o diagnóstico tardio tem implicações graves, incluindo o aumento da prevalência de transtornos comórbidos, como ansiedade e depressão, e a dificuldade em se ajustar socialmente sem o suporte apropriado. Por um lado, o diagnóstico tardio pode desencadear um processo emocional intenso, que envolve a revisão da própria história de vida, da identidade e da forma como a pessoa se relaciona consigo mesma e com o mundo. Santos (2024) também afirma que a falta de diagnóstico precoce leva a uma luta contínua entre aceitar a identidade autista e atender às pressões sociais e de gênero. A camuflagem social desenvolvida por muitos adultos pode resultar em exaustão significativa e maior vulnerabilidade a comorbidades, como distúrbios alimentares e problemas de saúde mental.

Por outro lado, o diagnóstico oferece uma explicação coerente para as dificuldades enfrentadas ao longo da vida, o que permite ressignificar experiências anteriores de isolamento, inadequação ou rejeição social. Menezes (2020) afirma em um de seus estudos que o diagnóstico tardio parece trazer mais alívio que pesar para aqueles que passaram parte da vida com problemas “inexplicáveis”. Os pacientes alegam que a diagnose formal trouxe aumento do senso de auto aceitação e auto compreensão, apontou estratégias e intervenções antes não imaginadas para melhoria de qualidade de vida, ajudou a conseguir e a reter senso próprio de normalidade, além de dissipar dúvidas gerais e sobre si mesmos e pesares.

O diagnóstico de TEA é um contexto que causa mudanças na vida do indivíduo e de sua família, gerando situações que refletem em vários âmbitos. No entanto, a ausência deste também causará impacto em sua vida, considerando que o diagnóstico precoce possibilita adaptações, habilitação e reabilitação, impede agravamentos dos sintomas que podem gerar hipersensibilidade visual e sonora, deficiência e/ou incapacidade social, não ajustamento a ambientes e não desenvolvimento cognitivo (Como, Espectro Autista 2024). Com isso, a ausência de

diagnóstico durante a infância e adolescência implica não apenas na falta de apoio profissional adequado, mas também na exposição contínua a julgamentos, exclusões e interpretações equivocadas por parte da família, da escola e do ambiente social.

Compreende – se que o autismo costuma se manifestar de forma mais sutil na vida adulta. Muitos adultos autistas desenvolvem estratégias de camuflagem ou mascaramento social, isto é, comportamentos aprendidos para imitar padrões neurotípicos, visando adaptação e aceitação social. Como, Espectro Autista (2024) explica que a camuflagem relaciona - se ao comportamento de utilizar estratégias de enfrentamento em contextos sociais para disfarçar comportamentos relacionados ao TEA, através da utilização de técnicas explícitas para demonstrar-se socialmente eficazes e por intermédio disso evitar que outros indivíduos vejam seus obstáculos sociais. Dessa forma, a camuflagem representa a diferença entre como pessoas com TEA comportam-se e suas verdadeiras habilidades e inclinações.

Entretanto o esforço constante para se adequar pode resultar em um profundo desgaste psicológico. As consequências frequentemente relatadas incluem esgotamento emocional, sentimento de inautenticidade e dificuldades na construção de uma identidade coesa (Laureano, 2025). Nesse contexto, compreender as próprias emoções e reconhecer as dificuldades relacionadas à teoria da mente e à cognição social torna- se essencial. Tendo em vista que o autismo adulto não se resume à presença de déficits, mas envolve uma experiência emocional intensa, por vezes desorganizada, que requer aprendizado e estratégias específicas de manejo.

2.2.3 Etiologia do Transtorno do Espectro Autistas e Fatores Ambientais

Maia (2017) explica que a etiologia do TEA é definida pela interação entre vários genes (poligênica) e fatores ambientais, caracterizando um transtorno de herança multifatorial. A ampla variabilidade fenotípica do TEA pode refletir a interação entre genes e ambiente, mas também a interação de múltiplos genes dentro do genoma de um indivíduo, e combinações distintas de genes em diferentes indivíduos. Não se identifica um gene específico responsável pelo transtorno, mas sim um conjunto de variantes genéticas, herdadas ou decorrentes de mutações espontâneas, que aumentam a probabilidade de sua manifestação. Alterações cromossômicas e mutações raras também contribuem para a suscetibilidade, reforçando que a base genética estabelece uma predisposição, mas não determina

isoladamente um quadro clínico.

Transtornos como o TEA, pode ser influenciado por fatores ambientais, tais como dieta, hormônios, estresse, drogas ou exposição a substâncias químicas ambientais, o que pode contribuir para desfechos neurológicos, especialmente durante os estágios de desenvolvimento; quando os padrões epigenéticos estão sendo estabelecidos. Assim, é provável que eventos ambientais indesejáveis durante a gravidez possam induzir modificações estáveis e, a longo prazo, em padrões epigenéticos, o que pode durar até a idade adulta e determinar o risco e a gravidade do TEA (Maia. 2017). Também se considera a influência de agentes externos, como poluentes atmosféricos e substâncias químicas, embora esses fatores permaneçam em investigação e seus efeitos ainda não apresentem consenso científico definitivo.

Dessa forma, as condições necessárias para o desenvolvimento do transtorno envolvem a convergência entre predisposição biológica e exposições ambientais que afetam trajetórias do neurodesenvolvimento. O TEA não decorre de uma causa única, mas emerge na combinação de múltiplos elementos que influenciam a organização e a conectividade cerebral. Tais características neurobiológicas podem estar presentes antes mesmo da manifestação dos comportamentos típicos associados ao transtorno, revelando que processo de desenvolvimento já se diferencia nos primeiros anos de vida. Atualmente, uma interação entre variantes comuns e raras parece ser a explicação mais provável para esses achados e para a arquitetura genética (De Carvalho, 2025).

Além disso, uma vez identificados fatores causais e/ou influenciadores para o desenvolvimento de autismo, torna-se mais rápido e seguro o diagnóstico desses transtornos, o que permite início rápido de intervenções terapêuticas que garantam um melhor desenvolvimento das crianças autistas, as quais dependem sobremaneira de estímulos. Portanto, fica clara a relevância do presente trabalho e de todos aqueles voltados para essa temática, pois é por meio de informação e conhecimento sobre os TEA que será possível diagnósticos e tratamentos cada vez mais precoces (De Figueiredo, 2022).

2.2.4 Autismo, Teoria da Mente e Cognição Social

De acordo com Vinic e Veloso (2011), a interação social é o resultado do uso das habilidades que compõem a Cognição Social. O ser humano possui uma capacidade de processamento limitada relativa ao mundo social, o que nos leva a recorrer a esquemas sobre nós mesmos, sobre os outros e sobre os papéis sociais. Isso gera um processamento da informação sobre o mundo social. Com isso, a Cognição Social pode ser definida como o conjunto de processos mentais que possibilitam a percepção, o entendimento e a geração de respostas adequadas em situações sociais. Envolve habilidades como o reconhecimento de expressões faciais e emoções, a inferência de intenções e crenças alheias, a empatia, o uso de convenções sociais e a compreensão de normas implícitas nas interações humanas.

Dentro deste grande domínio destaca – se a TM como um de seus componentes mais estudados e um dos conceitos-chave para a compreensão das particularidades cognitivas associadas ao TEA. De acordo com Damasceno (2025) a TM é a capacidade de interpretar o comportamento dos outros, fazer inferências sobre suas intenções, desejos e crenças (sendo este o “componente cognitivo” da TM), bem como reconhecer e compartilhar seus sentimentos (“componente empático” da TM) e, com base neste conhecimento, interagir apropriadamente com os outros. Ou seja, esse conceito refere – se à capacidade de compreender que outras pessoas possuem pensamentos e emoções diferentes dos próprios, e que esses estados mentais influenciam seus comportamentos.

É importante destacar que a dificuldade na Teoria da Mente não deve ser confundida com falta de empatia, como durante muito tempo foi erroneamente presumido. Estudos sugerem que, em vez de um déficit global de empatia, apenas o componente cognitivo estaria comprometido em indivíduos com autismo, podendo, ainda, o componente afetivo ser elevado, em decorrência de uma hiperexcitação em resposta a pistas emocionais de outras pessoas (Roza; Guimarães, 2021). Muitas pessoas autistas possuem uma empatia afetiva intensa, ou seja, são capazes de sentir profundamente as emoções dos outros. A principal dificuldade está na empatia cognitiva, que envolve a capacidade de entender racionalmente o que o outro está sentindo ou pensando, especialmente quando isso não é comunicado de forma explícita. Essa distinção é fundamental para combater estigmas e ampliar a compreensão social sobre o funcionamento emocional das pessoas com TEA.

Ainda sobre a Teoria da Mente, dados indicam que o desenvolvimento dessa habilidade se inicia na infância como parte do processo de evolução dos mecanismos de compreensão das emoções. Segundo Damasceno (2025), a criança imita as ações dos adultos e se apropria das palavras destes para nomear e construir mentalmente os conceitos dos objetos, instrumentos e ações. Essa habilidade é considerada essencial para uma convivência social funcional, pois permite a leitura de sinais sociais, a antecipação de reações alheias, o reconhecimento de nuances emocionais e a manutenção de interações interpessoais mais fluidas.

Nos indivíduos com TEA, essa capacidade tende a se desenvolver de forma atípica. Isso significa que pode haver uma dificuldade significativa em interpretar corretamente o comportamento dos outros, especialmente em contextos sociais mais complexos ou ambíguos. Autistas apresentam maior dificuldade em tarefas de “crença falsa” do que em tarefas “emoção oculta” (Alvarenga, 2023). Pessoas autistas podem ter mais dificuldade com essas tarefas por que a interpretação da perspectiva do outro nem sempre acontece automaticamente. Muitas vezes, elas pesam na realidade objetiva, e não na crença do outro. No entanto, muitos autistas conseguem compreender essas situações usando lógica e analisando as situações, o que mostra que eles entendem a perspectiva do outro, mas de um jeito menos intuitivo.

Em situações que são exigidas inferências sutis sobre emoções, interações ocultas ou duplos sentidos, como o uso de ironia, metáforas ou linguagem não verbal, essas pessoas podem apresentar dificuldades em acompanhar a dinâmica social. Apesar dessas limitações, muitos adultos com TEA desenvolvem estratégias compensatórias ao longo da vida com o intuito de imitar comportamentos socialmente aceitos, como o aprendizado racional de normas sociais e o esforço consciente para manter o contato visual ou participar de conversas. Rocha (2024) traz o termo “mascaramento comportamental”, que se refere à regulação dos comportamentos sociais para minimizar a aparência de sintomas do TEA durante interações sociais. Isso pode envolver a supressão de comportamentos repetitivos ou manter contato visual apropriado de forma intencional.

No entanto, essas práticas exigem um esforço mental contínuo, o que pode levar a fadiga emocional e ao esgotamento, mesmo em situações aparentemente simples para pessoas neurotípicas. Esse esgotamento está relacionado ao excesso de demandas sociais e emocionais frente a habilidades cognitivas que não operam

naturalmente nesses contextos. Embora a capacidade de camuflar e compensar permita uma interação social aparentemente mais normalmente aceita dentro do mundo predominantemente neurotípicos, é importante reconhecer que esse esforço pode ser exaustivo e vir com altos custos emocionais e mentais, indo desde uma piora substancial da qualidade de vida como podendo cursar inclusive com risco à vida (Rocha, 2024).

Ao assumirem as estratégias de camuflagem social, os adultos com TEA não-diagnosticados podem chegar a assumir características pessoais próximas o suficiente ao comportamento neurotípicos a ponto de profissionais de saúde, pessoas próximas e eles próprios não considerarem o seu comportamento como algo neurodiverso. E ao assumirem esse tipo de estratégia desde cedo em sua vida, aos poucos vão tendo dificuldades de enxergarem a si mesmo debaixo das máscaras que criaram – eles vão se considerar, forçosamente, pessoas neurotípicas ainda que o peso de carregar essa camuflagem se faça ver no cansaço, disposição, ansiedade e saúde mental como um todo (Rocha,2024).

Alvarenga (2023) reforça que indivíduos com TEA têm dificuldade em inferir o estado mental de terceiros, e isso causa um prejuízo importante na relação entre os pares. Compreender o papel da Teoria da Mente nas vivências dessas pessoas permite uma análise mais aprofundada das dimensões emocionais que permeiam o diagnóstico tardio. Essa análise revela que as dificuldades sociais e comunicacionais não são meras “falhas de comportamento”, mas sim expressões de uma forma distinta de funcionamento cognitivo. Assim, é possível promover uma abordagem mais respeitosa, empática e personalizada, tanto no acompanhamento clínico quanto na vida em sociedade.

A compreensão que temos de nossas mentes permite que interpretemos a mente de outros, buscando compreender seus gestos, expressões e ações (Maluf, 2023). No entanto, as limitações relacionadas a Teoria da Mente no contexto do autismo não apenas afetam a capacidade de compreender o outro, mas também influencia profundamente a experiência emocional do próprio indivíduo. Quando essas questões são ignoradas ou mal compreendidas por anos – como ocorre em casos de diagnóstico tardio – o impacto sobre a saúde mental pode ser significativo. Por isso, compreender essas particularidades é essencial para promover inclusão, bem-estar e reconhecimento da neurodiversidade como parte legítima da condição humana.

2.2.5 Autismo, Emoções e Estratégias de Enfrentamento na Vida Adulta

Coelho (2025) mostra em sua pesquisa que os resultados obtidos confirmaram a hipótese de que autistas adultos apresentam altos níveis de problemas de saúde mental (ansiedade, estresse e depressão) em relação aos escores médios da população geral. Isso por que pessoas autistas rotineiramente estão expostas a situações que podem vir a gerar estresse, devido a sua forma única de processar as situações e contextos. Durante a vida adulta, os desafios emocionais podem se intensificar devido às exigências sociais e profissionais, à necessidade de adaptação constante e às experiências anteriores de exclusão ou incompreensão. Muitos aprendem, ao longo do tempo, a “mascarar” suas características, fazendo esforço para disfarçar comportamentos autísticos a fim de se enquadrar nas expectativas sociais. Embora essa prática possa facilitar certas interações, ela costuma gerar grande desgaste emocional, sensação de esgotamento e aumento da ansiedade, pois implica um esforço contínuo de controle e autocensura.

As emoções desempenham um papel central na experiência humana, influenciando comportamentos, decisões e relações sociais. No caso das pessoas autistas, a vivência emocional pode apresentar características singulares que impactam diretamente sua forma de perceber o mundo e de interagir com os outros. As pessoas que se enquadram no espectro do autismo são anormalmente vulneráveis aos desafios aos desafios emocionais e psicológicos do cotidiano, sobretudo em razão das diferenças neurológicas no modo como funcionam as ligações de seus cérebros. Por isso, suas sensações de desconforto, ansiedade e confusão são maiores do que para as outras pessoas. Elas também têm mais dificuldade para aprender a lidar com seus desafios e sensações (Prizant; Fields-Meyer, 2023). Em muitos casos, adultos autistas relatam uma intensa sensibilidade emocional, acompanhada de dificuldades para identificar, expressar ou regular o que sentem. Essas particularidades não significam ausência de emoção, mas sim uma maneira diferente de processá-la e comunicá-la.

As estratégias de enfrentamento diante dessas situações variam de pessoa para pessoa, podendo assumir formas positivas ou negativas. Algumas pessoas autistas desenvolvem mecanismos adaptativos, como a criação de rotinas estruturadas, o uso de atividades específicas para a auto regulação emocional, o foco em interesses pessoais que proporcionam bem-estar e a busca de ambientes

sensoriais mais confortáveis. De acordo com Prizant; Fields-Meyer (2023), para os autistas, os rituais reconfortantes e os mecanismos de enfrentamentos são os mais diversos possíveis: determinadas formas de movimento, diversos padrões de fala, hábitos como pegar objetos familiares, fechar as portas dos armários, alinhar objetos para criar um ambiente previsível e imutável. Até a proximidade com determinadas pessoas pode servir como uma estratégia de regulação.

Em contrapartida, outras pessoas autistas podem recorrer a estratégias menos saudáveis, como o isolamento social ou a evitação de situações que gerem desconforto emocional, o que pode limitar o desenvolvimento de vínculos e oportunidade de crescimento pessoal. A falta de aceitação e a necessidade de camuflagem representam fatores de risco significativos para a saúde mental de adultos autistas, destacando os desafios psicossociais do diagnóstico tardio (DE Almeida Pedrotti, 2025).

Segundo De Paiva (2025), para adultos sem comprometimento intelectual significativo, uma abordagem terapêutica eficaz é a terapia de grupo por um período de três a seis meses, com grupos de seis a oito participantes. Durante essas sessões abordam – se aspectos como habilidades conversacionais, gestão de estresse e das emoções, bem como resolução de conflitos interpessoais. Para indivíduos com comprometimento intelectual, priorizam – se estratégias de treinamento comportamental e atividades adaptadas ao nível de desenvolvimento do paciente.

O fortalecimento do autoconhecimento e o reconhecimento das próprias emoções são passos importantes para uma vida emocional equilibrada. Quando o indivíduo autista compreende seus limites, necessidades e modos de reagir, torna-se mais capaz de identificar situações que geram sobrecarga e assim adotar medidas que favoreçam a sua saúde mental. Estratégias como práticas de relaxamento, organização do ambiente, uso de técnicas de respiração ou atividades criativas podem contribuir para o manejo das emoções e do estresse cotidiano. Prizant; Fields-Meyer (2023) trazem o qual essencial são os stims para a regulação de pessoas autistas. De maneira breve, os autores já supracitados explicam que os stims têm função autorreguladora: ajudam a pessoa a se sentir com os pés no chão quando o ambiente sensorial é agitado demais ou quando ela se sente ansiosa, com medo ou entediada.

O acolhimento e o respeito à forma singular de cada pessoa sentir e expressar aquilo que sente são essenciais para a promoção da autonomia e da qualidade de vida. Não se pode somente tentar fazer com que o sujeito autista se adapte aos

contextos e situações, mas também é necessário que haja compreensão por parte das outras pessoas para entender a forma que esses indivíduos encontram para lidar com sua vida cotidiana. A tentativa de eliminar o comportamento sem compreender de fato o seu propósito não é apenas inútil como também evidência uma falta de respeito pelo indivíduo (Prizant; Fields-Meyer, 2023). Assim, compreender as emoções e as estratégias de enfrentamento na vida adulta autista é reconhecer que todos fazem parte da diversidade humana.

2.2.6 O papel do Psicólogo

Aguiar (2025) afirma que, a psicologia, enquanto ciência que estuda o comportamento humano e os processos mentais, possuem um papel fundamental na compreensão e no manejo do TEA. Seu campo de atuação abrange desde a avaliação precoce e o diagnóstico, até o acompanhamento terapêutico e a promoção da qualidade de vida de crianças, adolescentes e adultos no espectro. A atuação psicológica é essencial não apenas para o indivíduo com TEA, mas também para o suporte às famílias, à escola e aos demais espaços de convivência, contribuindo para o fortalecimento de redes de apoio e inclusão social.

Além disso, o papel do psicólogo é de fundamental importância, pois envolve tanto o acolhimento das singularidades de cada pessoa quanto a promoção de autonomia e saúde mental. É fundamental que o profissional de psicologia saiba acolher as dificuldades dos pacientes autistas. O psicólogo pode fornecer aos pacientes e familiares informações claras sobre o TEA, suas características e sintomas (Duarte; De Lima Ribeiro; Nazaré, 2024). O profissional deve atuar como mediador no processo de autoconhecimento, ajudando o sujeito a compreender suas próprias emoções, reconhecer seus limites e identificar os fatores que desencadeiam sobrecarga.

De acordo com Alves (2022), o psicólogo, também conhecido como terapeuta, no período das sessões, conhece a pessoa com autismo e sua família, e aprende a identificar os comportamentos, sentimentos e pensamentos que causam desconforto e que precisam ser trabalhados. No entanto, este profissional passa a acompanhar a rotina do autista, ensinando – os a trabalhar a autorregulação, a ponto de obterem o autocontrole e como se comportar adequadamente.

Entretanto, não cabe ao psicólogo somente trabalhar para que o sujeito autista se adapte às exigências sociais que a ele são impostas. Aguiar (2025) expressa que um dos principais desafios éticos reside na tensão entre promover intervenções que favoreçam o desenvolvimento da pessoa autista e, ao mesmo tempo, respeitar suas particularidades e sua identidade neurodivergente. Portanto, cabe ao psicólogo a função de criar um ambiente terapêutico seguro, onde a pessoa autista se sinta compreendida e livre de julgamentos. O psicólogo pode ajudar o adulto autista a encontrar um equilíbrio entre a necessidade de inclusão e a preservação de sua autenticidade, reduzindo o impacto do desgaste emocional e promovendo uma relação mais positiva consigo mesmo e com o meio, além de poder orientar familiares, parceiros e colegas de trabalho sobre formas de comunicação mais assertivas e acolhedoras, contribuindo para a construção de redes de apoio mais empáticas e eficazes.

O atendimento clínico a indivíduos com Transtorno do Espectro Autista (TEA) exige do psicólogo uma postura flexível, sensível e ética, especialmente no que se refere à escuta das singularidades de cada sujeito. A diversidade de manifestações dentro do espectro desafia modelos tradicionais de psicoterapia, exigindo que os profissionais repensem suas práticas e adotem abordagens centradas na subjetividade (Lôbo, 2025). A escuta empática e a validação das experiências são fundamentais para fortalecer a confiança e facilitar a expressão emocional, especialmente em indivíduos que enfrentam dificuldades de comunicação ou que se sentem incompreendidos em outros contextos. Nesse espaço, o profissional pode auxiliar na identificação de estratégias de enfrentamento mais saudáveis, estimulando o desenvolvimento de habilidades de autorregulação que possam ser utilizadas no cotidiano.

Portanto, o trabalho do psicólogo, vai além do atendimento individual. Ele inclui também o compromisso ético e social de promover a conscientização do autismo na vida adulta, desconstruindo estereótipos e incentivando práticas inclusivas em diferentes contextos. Ao reconhecer e valorizar as formas únicas de sentir, pensar e se relacionar das pessoas autistas, o psicólogo se torna um agente de transformação, ajudando a construir uma sociedade mais sensível às diferenças e mais aberta à diversidade humana.

3 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Verificou – se que o diagnóstico tardio pode acarretar impactos significativos na construção da identidade, na autoimagem e na compreensão das próprias emoções, uma vez que muitos adultos autistas passam grande parte da vida tentando se adaptar a um padrão social que não corresponde à sua forma natural de ser. Essa busca constante por adaptação, somada à dificuldade de compreender expressões e contextos emocionais, pode levar à exaustão emocional e padrões de comportamentos que não são saudáveis, como o isolamento e mal gerenciamento de emoções.

É perceptível que as dificuldades relacionadas à cognição social e à teoria da mente são elementos centrais para entender os desafios emocionais vivenciados por essas pessoas. A forma diferenciada de como esses indivíduos percebem o outro e interpretam as emoções demonstra a necessidade de um olhar mais sensível e individual, que respeite a diversidade do espectro. Ainda assim, mesmo com todas as dificuldades enfrentadas, adultos autistas são capazes de criar estratégias eficazes para manter o autocuidado e equilíbrio, utilizando – se de recursos como o uso de rotinas, exercícios de autoconhecimento, bem como a autorregulação emocional. Nesse contexto, compreende – se que o papel do psicólogo é fundamental, uma vez que o profissional pode auxiliar na elaboração de estratégias de enfrentamento adaptativas e na compreensão das emoções.

Com isso, é importante destacar a importância de se compreender o autismo através de um olhar mais empático. O reconhecimento das diferentes formas de sentir amplia o entendimento sobre o espectro autista e fortalece o compromisso social e ético da psicologia com a diversidade humana. Por fim, a reflexão proposta por esse trabalho, visa dar ênfase às divergências que surgem na vida de autistas adultas em decorrência do diagnóstico tardio, reforçando a importância do acolhimento social e psicológico para com essas pessoas, para que elas possam preservar e priorizar seu bem-estar tendo uma vida mais autêntica, consciente e preservada.

REFERÊNCIAS

AGUIAR, Marlon Marques. Interfaces entre psicologia e o Transtorno do Espectro Autista: compreensões e práticas. **Caderno Pedagógico**, v. 22, n. 9, p. e18317-e18317, 2025.

ALVES, Angela Karenine Saraiva; ALVES, Thamy Saraiva. O autismo e o psicólogo na psicologia clínica. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 8, n. 2, p. 201-218, 2022.

ALVARENGA, Karoline Modesto. Teoria da mente, alexitimia e empatia no Transtorno de Conduta e no Transtorno do Espectro Autista. 2023. **Tese de Doutorado. Universidade de São Paulo**.

COELHO, Natália Montenegro Siqueira et al. Treinamento de habilidades sociais para autistas adultos: impacto nas habilidades sociais, saúde mental e autoeficácia. 2025.

COMO, ESPECTRO AUTISTA. O diagnóstico tardio do transtorno do espectro autista como um recurso terapêutico. 2024.

DAMASCENO, Benito Pereira. Aquisição da teoria da mente, linguagem e cognição social. **Cadernos de Estudos Linguísticos**, v. 67, p. e025023-e025023, 2025.

DE PAIVA, Gabriel Silveira et al. Transtorno do Espectro Autista em adultos: diagnóstico e manejo clínico. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 8, n. 2, p. e78300-e78300, 2025.

DUARTE, Luana Matos; DE LIMA RIBEIRO, Vitoria Eduarda; NAZARÉ, Wenderson Oliveira. A influência do diagnóstico tardio no desenvolvimento em adultos com Transtorno do Espectro Autista. **Revista Contemporânea**, v. 4, n. 11, p. e6555-e6555, 2024.

DE ABREU ALMEIDA, Simone Saraiva et al. Transtorno do espectro autista. **Residência Pediátrica**, v. 8, n. 1, p. 72-78, 2018.

DE CARVALHO, Wedja Maria Medeiros et al. Os Transtorno do Espectro Autista: Desafios Diagnósticos, Fatores Etiológicos e Estratégias Terapêuticas. **Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences**, v. 7, n. 2, p. 1247-1267, 2025.

DE FIGUEIREDO, Bárbara Queiroz et al. Possíveis fatores genéticos e fenotípicos que corroboram a gênese do Transtorno do Espectro Autista (TEA): uma revisão integrativa de literatura. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 13, p. e137111335435-e137111335435, 2022.

DE ALMEIDA PEDROTTI, Gabriel Max et al. Transtorno do Espectro Autista em adultos: características, desafios e intervenções terapêuticas. **Caderno Pedagógico**, v. 22, n. 12, p. e21022-e21022, 2025.

JUNIOR, Fabiano Pinheiro Ribeiro et al. Transtornos do espectro autista: manifestações neurológicas e tratamento clínico. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 9, n. 12, p. 356-367, 2023.

LÔBO, Ítalo Martins et al. PSICOLOGIA CLÍNICA E TRANSTORNO DO ESPECTRO AUTISTA (TEA): DESAFIOS E OPORTUNIDADES. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 11, n. 6, p. 96-107, 2025.

MALUF, Maria Regina; SPERB, Tania Mara. **Desenvolvimento sociocognitivo: estudos brasileiros sobre "teoria da mente"**. Vetor Editora, 2023.

MAIA, Fernanda Alves et al. Transtorno do Espectro do Autismo: uma revisão sobre etiologia, epigenética e mutação de novo. **Revista Renome**, v. 6, n. 1, p. 101-114, 2017.

MENEZES, Michelle Zaíra Maciel et al. O diagnóstico do transtorno do espectro autista na fase adulta. 2020.

PROETTI, Sidney. As pesquisas qualitativa e quantitativa como métodos de investigação científica: Um estudo comparativo e objetivo. **Revista Lumen-ISSN: 2447-8717**, v. 2, n. 4, 2017.

PRIZANT, Barry M.; FIELDS-MEYER, Tom. **Humano à sua maneira—Um novo olhar sobre o Autismo**. Edipro, 2023.

ROCHA, Vitória Pataro et al. Diagnóstico tardio de Transtorno do Espectro Autista e seus impactos sociais e clínicos. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 6, n. 2, p. 6962-6970, 2023.

ROCHA, Pablo Almeida et al. O impacto da camuflagem social no diagnóstico tardio do transtorno do espectro autista. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 24, n. 6, p. e16579-e16579, 2024.

ROZA, Sarah Aline; GUIMARÃES, Sandra Regina Kirchner. emPATiA AfetivA e cognitivA no trAnstorno do esPectro AutistA (TEA): umA revisão integrAtivA dA literAturA. **Revista Brasileira de Educação Especial**, v. 27, 2021.

SCHMIDT, Carlo. Transtorno do espectro autista: onde estamos e para onde vamos. **Psicologia em Estudo**, v. 22, n. 2, p. 221-230, 2017.

SANTOS, Luiz Henrique et al. O impacto do diagnóstico tardio de TEA em adultos: desafios clínicos e implicações para o tratamento. **Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences**, v. 6, n. 9, p. 3260-3269, 2024.

VILLAROUCA, L. Prevenção da violência contra mulheres autistas. 2023. Trabalho de conclusão de curso –Centro Universitário de Brasília, **Brasília, 2023**.

VINIC, A.; VELLOSO, R. de L. Processos e desenvolvimento da cognição social. **Temas sobre Desenvolvimento, São Paulo**, v. 18, n. 101, p. 3-10, 2011.