

Especial

Entre espaços e profissionais, a inclusão deve ser realidade quando o assunto é o autismo. Facilitar o dia a dia de quem está no espectro é romper barreiras invisíveis e transformar atitudes em acolhimento

POR EDUARDO FERNANDES E JÚLIA CHRISTINE\*

O diagnóstico de autismo, seja na infância, seja na vida adulta, transforma a rotina, a convivência e a percepção do mundo. Por isso, profissionais, empresas e espaços educacionais precisam ir além da tolerância à diversidade e se transformar a partir dela. O Brasil tem 2,4 milhões de pessoas diagnosticadas com Transtorno do Espectro Autista (TEA), segundo o Censo Demográfico de 2022 do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) — número que pode ser bem maior por causa da dificuldade e da falta de diagnóstico. Equivale a 1,2% da população e revela uma realidade que pede mais do que empatia — exige preparo, informação e mudança de atitude.

A neuropsicóloga Renata Bitar, especialista e que vive no espectro, explica que, quando uma pessoa autista é exposta à rotina da sociedade, fica vulnerável a sobrecargas sensoriais. Com a sensibilidade aguçada, o cérebro processa os estímulos do ambiente de forma diferente. Sons, luzes, cheiros e até a movimentação ao redor são elementos que passam despercebidos para a maioria, mas podem ser sentidos com intensidade quase física por quem é autista.

Quando esses estímulos ultrapassam um certo limite, o sistema nervoso entra em modo de defesa. Surgem sinais típicos de sobrecarga, como irritação, suor excessivo, confusão, dificuldade para organizar os pensamentos, fala travada, choro ou agitação. “Esses sinais podem ser divididos em meltdown, uma crise mais explosiva; e shutdown, quando a crise envolve a retirada ou a dissociação da pessoa”, relata.

Por isso, Renata reforça que ambientes despreparados podem adoecer pessoas autistas, seja fisicamente, seja emocionalmente. Em contrapartida, locais e profissionais inclusivos geram impacto tão significativo que se tornam uma questão de saúde pública, oferecendo autonomia, qualidade de vida e dignidade.

“Essas alternativas funcionam como planos de segurança, protegendo o sistema nervoso das crises e permitindo que os autistas mostrem suas habilidades sem barreiras. Essas adaptações estruturais na sociedade são fundamentais e urgentes e, ao contrário do que muitos pensam, não são um luxo a ser conquistado,” alerta a neuropsicóloga.

Renata reforça que, para que a inclusão avance com urgência, profissionais e empresas precisam se informar sobre o espectro autista e os níveis de suporte. Além disso, é essencial ouvir a pessoa neurodivergente sobre suas necessidades, respeitar sem questionar, sem infantilizar e sem reproduzir falas que contrariem o diagnóstico.

# O PODER DE SE ADAPTAR

**Luísa adota um comportamento adaptado, pensado tanto para ela quanto para os pacientes**



## Do medo ao acolhimento

A ida a consultórios e clínicas médicas não é fácil para muita gente. Mas para uma pessoa com TEA, pode ser ainda mais desafiadora, afetando a rotina de crianças e adultos que estão no espectro. Sons de maquinários, luzes fortes e o visual das roupas médicas transformam procedimentos rotineiros em experiências estressantes e, muitas vezes, traumáticas.

Para mudar essa realidade, profissionais da saúde vêm adaptando seus espaços e métodos de atendimento. No consultório da dentista Luísa Ottoni, que também é neurodivergente, por exemplo, os pacientes recebem um atendimento calmo, especializado e detalhista, vindo de alguém que entende, na prática, o que o outro pode estar sentindo.

“Faço muita questão de explicar detalhadamente tudo o que será feito e quais instrumentos serão usados. Imprimos e plastificamos cada um deles, colocando à frente da cadeira para que a criança visualize o passo a passo de cada momento. Isso tranquiliza muito”, explica.