AUTISMO EM ADULTOS: AS MUDANÇAS E SENTIMENTOS APÓS O DIAGNÓSTICO

AUTISM IN ADULTS: CHANGES AND FEELINGS AFTER DIAGNOSIS

AUTISMO EN ADULTOS: CAMBIOS Y SENTIMIENTOS TRAS EL DIAGNÓSTICO

10.56238/sevened2026.004-035

Roseli de Oliveira
Pós-graduada em Psicopedagogia e Pós-graduada em Educação Especial e Inclusiva
Instituição: Centro Universitário Hermínio Ometto/SP (UNIARARAS), Centro Universitário Internacional (UNINTER)
E-mail: roselioliveira03101969@gmail.com

Pâmera Karina Julião
Licenciada em Ciências Biológicas e Licenciada em Pedagogia
Instituição: Centro Universitário Central Paulista/SP (UNICEP), Universidade de Franca/SP (UNIFRAN)
E-mail: pami9bio@gmail.com

RESUMO
O Transtorno do Espectro Autista (TEA) tem sido historicamente associado à infância, o que contribuiu para a invisibilidade de adultos autistas que não receberam diagnóstico precoce. Nos últimos anos, observa-se um aumento significativo no número de diagnósticos realizados na fase adulta, trazendo à tona questões emocionais, sociais e identitárias profundas. Este artigo tem como objetivo analisar as principais mudanças e sentimentos vivenciados por adultos após o diagnóstico de autismo, considerando aspectos psicológicos, sociais e educacionais. A pesquisa fundamenta-se em revisão bibliográfica de estudos recentes sobre o tema, destacando sentimentos como alívio, pertencimento, luto, medo e reconstrução da identidade. Conclui-se que o diagnóstico tardio, embora desafiador, pode representar um importante ponto de partida para o autoconhecimento, a validação das experiências vividas e a promoção da inclusão social.

Palavras-chave: Autismo em Adultos. Diagnóstico Tardio. Saúde Mental. Identidade. Inclusão.

ABSTRACT
Autism Spectrum Disorder (ASD) has historically been associated with childhood, contributing to the invisibility of autistic adults who did not receive an early diagnosis. In recent years, there has been a significant increase in the number of diagnoses made in adulthood, bringing to light profound emotional, social, and identity issues. This article aims to analyze the main changes and feelings experienced by adults after an autism diagnosis, considering psychological, social, and educational aspects. The research is based on a literature review of recent studies on the subject, highlighting feelings such as relief, belonging, grief, fear, and identity reconstruction. It concludes that late

diagnosis, although challenging, can represent an important starting point for self-knowledge, validation of lived experiences, and the promotion of social inclusion.

Keywords: Adult Autism. Late Diagnosis. Mental Health. Identity. Inclusion.

RESUMEN
El Trastorno del Espectro Autista (TEA) se ha asociado históricamente con la infancia, lo que contribuye a la invisibilidad de los adultos autistas que no recibieron un diagnóstico temprano. En los últimos años, se ha observado un aumento significativo en el número de diagnósticos realizados en la edad adulta, lo que ha sacado a la luz profundos problemas emocionales, sociales y de identidad. Este artículo busca analizar los principales cambios y sentimientos que experimentan los adultos tras un diagnóstico de autismo, considerando aspectos psicológicos, sociales y educativos. La investigación se basa en una revisión bibliográfica de estudios recientes sobre el tema, destacando sentimientos como el alivio, la pertenencia, el duelo, el miedo y la reconstrucción de la identidad. Se concluye que el diagnóstico tardío, si bien representa un desafío, puede representar un importante punto de partida para el autoconocimiento, la validación de las experiencias vividas y la promoción de la inclusión social.

Palabras clave: Autismo en Adultos. Diagnóstico Tardío. Salud Mental. Identidad. Inclusión.

1 INTRODUÇÃO

Durante muito tempo, o Transtorno do Espectro Autista (TEA) foi compreendido como uma condição exclusivamente infantil, associada a manifestações mais evidentes de comprometimento cognitivo e comportamental. Essa visão limitada contribuiu para que muitos indivíduos chegassem à vida adulta sem diagnóstico, convivendo com sentimentos de inadequação, incompreensão e sofrimento emocional (LAI; LOMBARDO; BARON-COHEN, 2014).

Com os avanços científicos e a ampliação dos critérios diagnósticos, tornou-se possível identificar o autismo em adultos, especialmente naqueles com níveis de suporte mais baixos. O diagnóstico tardio provoca impactos significativos na vida pessoal, social e profissional do indivíduo, despertando uma diversidade de sentimentos e exigindo processos de adaptação e ressignificação da própria história de vida. Nesse contexto, este artigo busca compreender as mudanças e os sentimentos que emergem após o diagnóstico de autismo na idade adulta.

2 AUTISMO EM ADULTOS: BREVE CONTEXTUALIZAÇÃO

O TEA é uma condição do neurodesenvolvimento caracterizada por diferenças na comunicação social, padrões restritos e repetitivos de comportamento, interesses e atividades, além de particularidades sensoriais (APA, 2014). Em adultos, essas características podem se manifestar de forma mais sutil, frequentemente mascaradas por estratégias de adaptação social desenvolvidas ao longo da vida, conhecidas como masking ou camuflagem social.

A ausência de diagnóstico na infância pode estar relacionada a fatores como desconhecimento do transtorno, estereótipos sobre o autismo e falta de acesso a serviços especializados. Como consequência, muitos adultos autistas passam anos enfrentando dificuldades emocionais, acadêmicas e profissionais sem compreender a origem de seus desafios.

3 O DIAGNÓSTICO NA VIDA ADULTA

Receber o diagnóstico de autismo na fase adulta representa um marco significativo. Para muitos, trata-se da primeira explicação coerente para experiências de exclusão social, dificuldades de comunicação e sensação constante de não pertencimento. No entanto, esse momento também pode ser acompanhado por sentimentos ambíguos e intensos.

O processo diagnóstico, quando conduzido de forma ética e humanizada, pode favorecer o acesso a informações, apoio psicológico e direitos legais. Contudo, a falta de preparo de alguns profissionais e o estigma social ainda representam obstáculos importantes.

4 MUDANÇAS E SENTIMENTOS APÓS O DIAGNÓSTICO

Os sentimentos vivenciados após o diagnóstico de autismo em adultos são diversos e individuais, mas alguns padrões são recorrentes na literatura.

4.1 ALÍVIO E VALIDAÇÃO

Um dos sentimentos mais frequentemente relatados é o alívio. O diagnóstico oferece uma explicação para vivências passadas, validando dificuldades que antes eram atribuídas a falhas pessoais. Esse reconhecimento pode reduzir sentimentos de culpa e inadequação.

4.2 LUTO E RESSIGNIFICAÇÃO

Paralelamente ao alívio, muitos adultos vivenciam um processo de luto: luto pela infância sem apoio, pelas oportunidades perdidas e pela falta de compreensão ao longo da vida. Esse luto, entretanto, pode abrir espaço para a ressignificação da própria trajetória e para a construção de uma identidade mais autêntica.

4.3 MEDO E INSEGURANÇA

O diagnóstico também pode gerar medo em relação ao futuro, às relações interpessoais e ao preconceito social. Questões como a revelação do diagnóstico no ambiente de trabalho e o receio da discriminação tornam-se preocupações constantes.

4.4 AUTOCONHECIMENTO E EMPODERAMENTO

Com o tempo, muitos adultos autistas relatam um aumento do autoconhecimento e do empoderamento. Compreender suas particularidades permite a adoção de estratégias de autocuidado, a busca por ambientes mais acessíveis e o fortalecimento da autoestima.

5 IMPLICAÇÕES SOCIAIS E EDUCACIONAIS

O diagnóstico de autismo na vida adulta evidencia lacunas históricas nos sistemas educacional, de saúde e nas políticas públicas. Muitos adultos autistas passaram por trajetórias escolares marcadas por dificuldades de aprendizagem, exclusão social, bullying e interpretações equivocadas de seus comportamentos, frequentemente associados à indisciplina, desinteresse ou falta de esforço.

No contexto educacional, torna-se fundamental reconhecer que o processo de aprendizagem ocorre ao longo de toda a vida. A educação inclusiva não deve se restringir à infância, mas contemplar jovens e adultos autistas em processos de formação continuada, ensino superior e educação profissional. A ausência de adaptações pedagógicas e de apoio especializado pode resultar em evasão acadêmica e subaproveitamento das potencialidades desses sujeitos.

No âmbito social, o diagnóstico tardio pode favorecer o acesso a direitos e políticas de inclusão, como adaptações no ambiente de trabalho, atendimento psicológico especializado e reconhecimento legal da condição. No entanto, ainda há um longo caminho a percorrer no combate ao capacitismo e ao estigma associado ao autismo, especialmente quando se trata de adultos que não se enquadram nos estereótipos socialmente difundidos.

Assim, torna-se imprescindível investir na formação continuada de profissionais da educação, da saúde e da assistência social, bem como promover campanhas de conscientização que ampliem a compreensão do autismo como parte da diversidade humana.

6 METODOLOGIA

Este estudo caracteriza-se como uma pesquisa de natureza qualitativa, de cunho bibliográfico e exploratório. A metodologia adotada baseou-se na revisão narrativa da literatura, com o objetivo de compreender os principais aspectos emocionais, sociais e identitários vivenciados por adultos após o diagnóstico de autismo.

Foram consultadas bases de dados nacionais e internacionais, tais como SciELO, PubMed e Google Scholar, priorizando artigos publicados entre 2010 e 2024, além de livros clássicos e documentos oficiais relacionados ao Transtorno do Espectro Autista. Os descritores utilizados incluíram: "autismo em adultos", "diagnóstico tardio", "experiências subjetivas", "identidade autista" e "inclusão social".

Os critérios de inclusão contemplaram estudos que abordassem o diagnóstico do TEA na vida adulta e seus impactos emocionais e sociais. Foram excluídos trabalhos que tratassem exclusivamente do autismo na infância sem relação com a fase adulta. A análise dos dados ocorreu de forma interpretativa, buscando identificar convergências temáticas relevantes para o objetivo proposto.

7 DISCUSSÃO

A literatura analisada evidencia que o diagnóstico de autismo na vida adulta promove profundas transformações na percepção de si e na compreensão da própria trajetória de vida. Estudos apontam que muitos adultos autistas reinterpretam experiências passadas à luz do diagnóstico, atribuindo novos significados a dificuldades sociais, acadêmicas e profissionais anteriormente vivenciadas.

O sentimento de alívio descrito por diversos autores relaciona-se diretamente ao reconhecimento e à validação da identidade autista. Por outro lado, o processo de luto também se mostra recorrente, especialmente em relação à ausência de suporte adequado em fases anteriores da vida. Esse luto não deve ser compreendido como algo patológico, mas como parte de um processo legítimo de elaboração emocional.

Outro aspecto amplamente discutido refere-se à camuflagem social, estratégia frequentemente utilizada por adultos autistas para se adequar às normas sociais. Embora essa prática possa favorecer a aceitação social, também está associada ao aumento de ansiedade, estresse e esgotamento emocional. O diagnóstico, nesse sentido, pode contribuir para a redução dessas práticas e para a busca de relações mais autênticas.

A discussão sobre o autismo em adultos também dialoga com o paradigma da neurodiversidade, que propõe uma compreensão menos patologizante do TEA. Reconhecer o autismo como uma variação neurológica implica promover ambientes mais acessíveis, respeitosos e inclusivos, em vez de exigir que o indivíduo se adapte exclusivamente às normas sociais vigentes.

8 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O diagnóstico de autismo em adultos representa um ponto de inflexão marcado por desafios emocionais, mas também por possibilidades de crescimento pessoal e social. As mudanças e sentimentos vivenciados após o diagnóstico revelam a importância do acolhimento, da informação e do apoio contínuo.

Conclui-se que reconhecer o autismo na vida adulta não é apenas um ato clínico, mas um processo humano que envolve escuta, empatia e respeito à singularidade de cada indivíduo. Estudos futuros podem aprofundar a compreensão sobre intervenções e estratégias de apoio que promovam qualidade de vida para adultos autistas.

REFERÊNCIAS

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5. 5. ed. Porto Alegre: Artmed, 2014.

BARGIELA, S.; STEWART, R.; MANSELL, W. The experiences of late-diagnosed women with autism spectrum conditions: An investigation of the female autism phenotype. Journal of Autism and Developmental Disorders, v. 46, n. 10, p. 3281–3294, 2016.

BARON-COHEN, S. Autismo e síndrome de Asperger. São Paulo: WMF Martins Fontes, 2015.

BRASIL. Ministério da Saúde. Linha de cuidado para a atenção às pessoas com Transtorno do Espectro Autista (TEA). Brasília: MS, 2015.

HAPPÉ, F.; FRITH, U. Annual Research Review: Looking back to look forward – changes in the concept of autism and implications for future research. Journal of Child Psychology and Psychiatry, v. 61, n. 3, p. 218–232, 2020.

LAI, M.-C.; LOMBARDO, M. V.; BARON-COHEN, S. Autism. The Lancet, v. 383, n. 9920, p. 896–910, 2014.

SILVA, A. B. B. Mentes inquietas: entendendo o autismo. Rio de Janeiro: Objetiva, 2012.

SOUZA, J. P.; NUNES, D. R. Autismo na vida adulta: desafios diagnósticos e impactos psicossociais. Revista Brasileira de Educação Especial, v. 26, n. 4, p. 673–688, 2020.