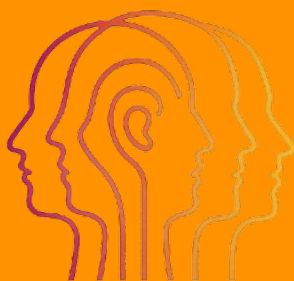


GUIA PRÁTICA CLÍNICA



AUTISMO
NO ADULTO

CONSIGO NA VIDA

POR PEDRO RODRIGUES

INTRODUÇÃO

A Perturbação do Espectro do Autismo (PEA) é uma condição do neurodesenvolvimento que acompanha a pessoa ao longo de toda a vida. Embora frequentemente associada à infância, um número significativo de pessoas chega à idade adulta sem diagnóstico formal.

Na prática clínica, muitos adultos procuram cuidados de saúde por sintomas de ansiedade, depressão, queixas somáticas ou dificuldades funcionais, sem que a hipótese de autismo seja considerada. A expressão clínica na idade adulta pode ser subtil, heterogênea e frequentemente mascarada por estratégias de adaptação social.

Os médicos de clínica geral e familiar desempenham um papel central na identificação inicial destas situações. São frequentemente os primeiros profissionais a observar padrões de funcionamento consistentes com o espectro do autismo, podendo orientar o encaminhamento adequado e

contribuir para a melhoria da qualidade de vida das pessoas.

1. Sinais de alerta na idade adulta

A identificação de possíveis indicadores de autismo em adultos exige atenção a padrões persistentes ao longo do desenvolvimento.

Entre os sinais clínicos mais relevantes incluem-se:

Dificuldades na comunicação social

- dificuldades em interpretar linguagem não verbal, ironia ou metáforas
- conversação rígida ou excessivamente literal
- dificuldades na reciprocidade social
- esforço significativo para gerir interações sociais

Padrões restritos ou repetitivos de comportamento

- interesses intensos e altamente específicos
- necessidade de rotinas previsíveis
- desconforto significativo perante mudanças inesperadas

Sensibilidade sensorial

- hipersensibilidade a sons, luzes, texturas ou cheiros
- evitamento de determinados ambientes
- sobrecarga sensorial após períodos de exposição social

Trajetória de vida característica

- dificuldades relacionais persistentes
- histórico de isolamento social ou incompreensão interpessoal
- discrepância entre capacidade intelectual e funcionamento adaptativo

Estratégias de camuflagem social

Alguns adultos, especialmente mulheres, desenvolvem estratégias sofisticadas para imitar padrões sociais normativos. Estas estratégias podem ocultar sinais de autismo, mas frequentemente conduzem a exaustão psicológica e burnout.

Comorbilidades psiquiátricas frequentes

As comorbilidades psiquiátricas são altamente prevalentes no autismo adulto e constituem uma das principais razões de procura de cuidados médicos.

Importa distinguir entre características nucleares do autismo e condições psiquiátricas adquiridas ou associadas ao contexto de vida.

Perturbações de ansiedade

A ansiedade é uma das comorbilidades mais frequentes.

Pode manifestar-se através de:

- evitamento social
- ansiedade antecipatória
- sintomas somáticos
- necessidade intensa de controlo e previsibilidade

Depressão

A depressão em pessoas autistas pode surgir associada a isolamento social, experiências de exclusão ou fadiga social prolongada.

Apresenta-se frequentemente com:

- retraimento progressivo
- fadiga intensa
- perda de interesse em atividades habituais

Burnout autista

Fenómeno clínico cada vez mais reconhecido.

Caracteriza-se por:

- exaustão profunda
- perda temporária de capacidades adaptativas
- aumento da sensibilidade sensorial
- diminuição da tolerância ao stress

Perturbação de hiperactividade e défice de atenção

A coocorrência entre autismo e PHDA é elevada, podendo manifestar-se através de dificuldades de organização, gestão do tempo e atenção sustentada.

Perturbação obsessivo-compulsiva

É essencial distinguir entre:

- rituais compulsivos associados a ansiedade
- rotinas autistas que têm função reguladora

Perturbações relacionadas com trauma

Pessoas autistas apresentam maior risco de trauma relacional complexo, frequentemente associado a experiências repetidas de invalidação social.

Desafios no diagnóstico diferencial

A ausência de uma perspectiva neurodesenvolvimental pode conduzir a erros diagnósticos.

Algumas situações frequentes incluem:

- autismo interpretado como ansiedade social isolada
- diagnóstico de perturbação da personalidade
- interpretação de shutdown como depressão major
- interpretação de interesses restritos como obsessões

A avaliação deve sempre considerar:

- história de desenvolvimento
- padrões consistentes ao longo da vida
- contexto relacional e ambiental

Papel do médico de clínica geral e familiar

O médico de família ocupa uma posição privilegiada para identificar e orientar estas situações.

Observação clínica

Durante a consulta é útil observar:

- estilo comunicacional
- contacto ocular
- padrão narrativo
- interesses dominantes

Anamnese desenvolvimental

Sempre que possível, explorar:

- infância e adolescência
- experiências escolares
- padrões relacionais
- interesses persistentes

Identificação de comorbilidades

Ansiedade, depressão, perturbações do sono e sintomas somáticos são frequentes e devem ser avaliados cuidadosamente.

Encaminhamento

Quando existe suspeita fundamentada, a pessoa deve ser encaminhada para avaliação especializada em saúde mental ou neurodesenvolvimento.

Psicoeducação

Validar a experiência da pessoa e explicar que o autismo é uma forma de neurodiversidade, não um déficit intelectual.

Considerações práticas para a consulta

Algumas adaptações simples podem melhorar significativamente a experiência clínica:

- ambiente calmo e com poucos estímulos
- perguntas claras e diretas
- tempo adicional para processamento de informação
- explicitação das etapas da consulta

Estas adaptações podem reduzir ansiedade e facilitar a comunicação.

Impacto do diagnóstico

O diagnóstico na idade adulta pode ter implicações significativas:

- compreensão da trajetória de vida
- acesso a apoios clínicos e sociais
- redução do sofrimento psicológico
- desenvolvimento de estratégias adaptativas mais ajustadas

Para muitas pessoas, o diagnóstico representa sobretudo um processo de clarificação identitária.

Conclusão

O reconhecimento da Perturbação do Espectro do Autismo em adultos continua a ser um desafio na prática clínica.

Os médicos de clínica geral e familiar desempenham um papel central neste processo, através da observação clínica, da escuta atenta e do encaminhamento adequado.

Uma abordagem informada, sensível à neurodiversidade e atenta às comorbilidades psiquiátricas pode contribuir significativamente para a promoção da saúde e da qualidade de vida das pessoas autistas adultas.