Caminhos do Autismo

MATERIAL GRATUITO · CAMINHOSAUTISMO.COM

Guia rápido sobre autismo

O essencial em poucas páginas: o que é, sinais, diagnóstico, níveis de suporte, terapias, direitos, onde buscar ajuda, mitos e um glossário.

caminhosautismo.com
Informação acolhedora e responsável sobre o espectro autista

Distribuição gratuita
Proibida a venda

© 2026 Caminhos do Autismo · Todos os direitos reservados · www.caminhosautismo.com

ANTES DE COMEÇAR

Como usar este guia

Este guia foi feito para quem precisa entender o autismo depressa: uma família que acabou de ouvir a palavra pela primeira vez, um professor que vai receber um aluno autista, um parente que quer ajudar ou um adulto que desconfia que é autista.

Como ler

- Cada página trata de um assunto. Leia na ordem que quiser.
- Caixas **verdes**: dicas práticas.
- Caixas **laranja**: pontos de atenção.
- A página 11 é para você anotar contatos e dúvidas.

Aviso importante

Este material é de apoio e não substitui a orientação de profissionais de saúde e educação. Nada aqui é teste ou diagnóstico. Leis e serviços mudam: confira sempre a versão atual nos órgãos oficiais.

Nesta edição

01	**O que é o autismo**	espectro e níveis de suporte	3
02	**Sinais por idade**	o que observar	4
03	**Como é o diagnóstico**	passo a passo	5
04	**Terapias e apoios**	o que tem evidência	6
05	**Direitos principais**	resumo das leis	7
06	**Onde buscar ajuda**	SUS, assistência e justiça	8
07	**Mitos e verdades**	o que a ciência já sabe	9
08	**Glossário**	palavras que você vai ouvir	10
09	**Minhas anotações**	contatos e dúvidas	11

Guia rápido sobre autismo. Caminhos do Autismo · outubro de 2026 · caminhosautismo.com · contato@caminhosautismo.com
Material gratuito: pode imprimir e compartilhar, citando a fonte. Não pode ser vendido.

© 2026 Caminhos do Autismo · Todos os direitos reservados · www.caminhosautismo.com

CAPÍTULO 01

O que é o autismo

O transtorno do espectro autista (TEA) é uma condição do neurodesenvolvimento: uma forma diferente de o cérebro se desenvolver, que começa na infância e acompanha a pessoa a vida toda. Não é doença, não é contagioso e não é culpa da família.

Os manuais usados no mundo (a CID-11, da Organização Mundial da Saúde, código **6A02**, e o DSM-5-TR, da Associação Americana de Psiquiatria) descrevem o autismo por diferenças em duas áreas:

ÁREA 1

Comunicação e interação social

Jeitos diferentes de iniciar conversas, de usar o olhar e os gestos, de entender regras sociais que não são ditas.

ÁREA 2

Padrões restritos e repetitivos

Interesses intensos, preferência por rotina, movimentos repetidos e sensibilidade diferente a sons, luzes, cheiros e texturas.

É um **espectro** porque cada pessoa autista é única: há quem fale muito e quem se comunique sem palavras, quem precise de pouco apoio e quem precise de apoio o tempo todo. No Brasil, o Censo 2022 do IBGE contou cerca de **2,4 milhões** de pessoas com diagnóstico de autismo (1,2% da população).

Níveis de suporte

NÍVEL	NOME NO DSM-5	O QUE COSTUMA INDICAR
1	Exige apoio	Sem apoio, as diferenças na comunicação e a inflexibilidade causam dificuldades perceptíveis no dia a dia.
2	Exige apoio substancial	Diferenças marcadas, que aparecem mesmo com apoio; muito sofrimento com mudanças.
3	Exige apoio muito substancial	Diferenças intensas na comunicação; inflexibilidade que interfere em todas as áreas.

O nível mede apoio, não a pessoa

O nível não diz quanto alguém "é autista", nem mede inteligência ou valor. Ele pode mudar com a idade e com o ambiente. Por isso, evite "autismo leve" ou "grave", "alto" ou "baixo funcionamento".

© 2026 Caminhos do Autismo · Todos os direitos reservados · www.caminhosautismo.com

CAPÍTULO 02

Sinais que merecem atenção

Os primeiros sinais costumam aparecer entre o primeiro e o segundo ano de vida. Nenhum sinal sozinho confirma o autismo, e cada criança tem seu ritmo. Use a tabela como guia de observação, **não como teste**.

IDADE APROXIMADA	O QUE PODE CHAMAR A ATENÇÃO
0 a 6 meses	Pouco interesse pelo rosto humano; olhar pouco sustentado; demora no sorriso social.
9 meses	Não responde quando é chamado pelo nome; poucas expressões no rosto.
12 meses	Não participa de brincadeiras como bater palminhas; usa poucos gestos, como dar tchau.
15 meses	Não mostra objetos de que gosta para dividir o interesse com o adulto.
18 meses	Não aponta para mostrar algo; não segue o olhar ou o dedo do adulto; poucas ou nenhuma palavra.
24 meses	Não percebe quando alguém está triste; repete falas fora de contexto; pouco faz de conta.
3 anos	Pouco interesse por outras crianças ou só observa de longe.
Qualquer idade	Movimentos repetidos, rotinas rígidas, interesses muito intensos, reações fortes a sons, roupas, cheiros ou texturas.

⚠ Perda de habilidades: não espere

Se a criança **parou de fazer** algo que já fazia (falar palavras, responder ao nome, brincar como antes), procure a UBS ou o pediatra logo, sem esperar a próxima consulta. Conte o que mudou e quando.

Em adolescentes e adultos

Cansaço intenso depois de interações, esforço para "imitar" os outros (camuflagem), sobrecarga sensorial, rotinas e interesses muito fortes. Meninas e mulheres costumam ser diagnosticadas mais tarde.

Triagem não é diagnóstico

No SUS, a Caderneta da Criança traz uma triagem para 16 a 30 meses. Resultado de triagem só indica quem precisa de avaliação.

© 2026 Caminhos do Autismo · Todos os direitos reservados · www.caminhosautismo.com

CAPÍTULO 03

Como é o diagnóstico

O diagnóstico de autismo é **clínico**: não existe exame de sangue, de imagem ou marcador biológico que confirme a condição. Ele vem da história do desenvolvimento, da observação da pessoa e das informações da família e da escola.

1. **Perceber e registrar**

   Anote exemplos concretos ("não olha quando chamo pelo nome, mesmo de perto"). Vídeos curtos do dia a dia ajudam muito.

2. **Conversar na UBS ou com o pediatra**

   Leve a Caderneta da Criança e as anotações. Para adultos, o médico de família da UBS também é a porta de entrada.

3. **Avaliação, de preferência multiprofissional**

   A confirmação costuma envolver neuropediatra ou psiquiatra, com psicólogo, fonoaudiólogo e terapeuta ocupacional. Nem sempre todos participam.

4. **Exames para outras perguntas**

   Exames genéticos, de audição ou outros podem ser pedidos para investigar causas associadas e outras condições, não para "confirmar" o autismo.

5. **Devolutiva e plano**

   Peça um relatório com o diagnóstico, o código da CID, o nível de suporte e as recomendações. Ele será útil na escola, na saúde e nos direitos.

Não espere o laudo para estimular

A Linha de Cuidado do Ministério da Saúde (2025) orienta começar a estimulação assim que um atraso é percebido, sem aguardar a confirmação do diagnóstico.

Desconfie de

Diagnóstico "por exame" de cabelo, sangue ou imagem, testes on-line que prometem resposta, e quem vende o diagnóstico junto com um pacote de tratamento.

© 2026 Caminhos do Autismo · Todos os direitos reservados · www.caminhosautismo.com

CAPÍTULO 04

Terapias e apoios

Não existe uma terapia única que sirva para toda pessoa autista. O cuidado costuma reunir vários profissionais, com metas em comum, escritas num plano (no SUS, o Projeto Terapêutico Singular).

PROFISSIONAL	PRINCIPAIS FOCOS	REGISTRO
Fonoaudiólogo	Comunicação oral e não oral, compreensão, comunicação alternativa, alimentação	CRFa
Terapeuta ocupacional	Autonomia (vestir, comer, higiene), coordenação, regulação sensorial	CREFITO
Psicólogo	Habilidades sociais, comportamento, emoções, ansiedade, orientação à família	CRP
Médico	Diagnóstico, sono, epilepsia, outras condições, remédio quando necessário	CRM
Nutricionista	Seletividade alimentar e estado nutricional	CRN

O que a ciência diz

Uma grande revisão norte-americana (NCAEP, 2020) listou **28 práticas** com evidência de efeito positivo para pessoas de 0 a 22 anos, como **apoios visuais, modelagem, reforço, ensino no ambiente natural, intervenções mediadas pelos pais e comunicação alternativa**. São ferramentas usadas por diferentes programas, não marcas. Nenhum método se mostrou superior a todos os outros.

Um bom serviço

- Define metas claras e úteis no dia a dia.
- Ouve a família e respeita a pessoa autista.
- Reavalia e mostra o progresso.
- Conversa com a escola e com os outros profissionais.

Sinais de alerta

- Promessa de "cura" ou de "sair do espectro".
- Produtos como MMS (dióxido de cloro), quelação, ozônio: são perigosos.
- Punição, castigo ou sofrimento como método.
- Pressa para fechar pacotes caros.

© 2026 Caminhos do Autismo · Todos os direitos reservados · www.caminhosautismo.com

CAPÍTULO 05

Direitos principais

Pela Lei 12.764/2012 (Lei Berenice Piana), a pessoa autista é considerada **pessoa com deficiência para todos os efeitos legais**. Ela tem os direitos da lei do autismo e todos os das pessoas com deficiência.

DIREITO	RESUMO
Prioridade	Atendimento prioritário em serviços públicos, bancos e concessionárias (Lei 10.048/2000). Ciptea gratuita, válida por 5 anos, facilita a identificação. O cordão de girassol é opcional.
Escola	Matrícula garantida: recusar ou cobrar a mais é crime. Acompanhante especializado quando comprovada a necessidade (§ 1º do art. 3º da Lei 12.764). AEE e profissional de apoio não dependem de laudo.
Saúde	Atenção integral no SUS. Nos planos de saúde, as terapias com psicólogo, fono, TO e fisioterapeuta não têm limite de sessões (regras da ANS e Tema 1.295 do STJ).
BPC	Um salário mínimo por mês para pessoa com deficiência de família com renda de até 1/4 do salário mínimo por pessoa, com CadÚnico e avaliação do INSS.
Transporte	Passe Livre interestadual para renda familiar de até 1 salário mínimo por pessoa. Ônibus da cidade: depende da lei local.
Trabalho	Reserva de vagas para pessoas com deficiência em empresas com 100 ou mais empregados e em concursos públicos.
Outros	Meia-entrada; isenção de impostos na compra de carro (regras mudam em 2027); horário especial para servidor federal com filho com deficiência.

Quando um direito é negado

Peça a negativa por escrito, anote protocolos, reclame no próprio serviço e depois nos órgãos de controle (ANS, Ouvidoria do SUS 136, Procon, secretaria de educação). Ajuda gratuita: **Defensoria Pública** e **Ministério Público**. Veja o nosso *Guia de direitos da pessoa autista* em PDF.

© 2026 Caminhos do Autismo · Todos os direitos reservados · www.caminhosautismo.com

CAPÍTULO 06

Onde buscar ajuda

No SUS, o caminho começa na **Unidade Básica de Saúde (UBS)**, o posto de saúde do bairro. De lá, a pessoa pode seguir acompanhada na própria unidade ou ser encaminhada a serviços especializados.

PORTA DE ENTRADA

UBS e eMulti

Acompanha o desenvolvimento, faz a triagem, começa a estimulação e encaminha. As equipes eMulti podem ter fono, psicólogo e TO.

REABILITAÇÃO

CER

Centro Especializado em Reabilitação: avaliação e terapias com equipe multiprofissional.

SAÚDE MENTAL

CAPS e CAPSi

Centro de Atenção Psicossocial (o CAPSi é o infantojuvenil): sofrimento psíquico intenso, crises, ansiedade e depressão.

ASSISTÊNCIA SOCIAL

CRAS

CadÚnico, orientação sobre o BPC e outros benefícios, e a rede de proteção da cidade.

Na escola

Converse com a coordenação sobre o estudo de caso, o PEI e o AEE (sala de recursos). Apoio na escola não precisa esperar o laudo.

Na Justiça

Defensoria Pública (gratuita para quem não pode pagar advogado), Ministério Público e conselho tutelar.

Telefones úteis

- SAMU · 192
- CVV · 188
- Disque Direitos Humanos · 100
- Ouvidoria do SUS · 136
- INSS · 135
- ANS · 0800 701 9656

Cuidar de quem cuida

Famílias também precisam de apoio. Procure grupos de pais, associações locais e a UBS para a sua própria saúde. Pedir ajuda não é fraqueza.

© 2026 Caminhos do Autismo · Todos os direitos reservados · www.caminhosautismo.com

CAPÍTULO 07

Mitos e verdades

MITO	VERDADE
Vacinas causam autismo.	Grandes estudos com milhões de crianças não encontraram relação entre vacinas e autismo. Vacinar protege a criança.
Autismo tem cura.	Autismo não é doença: é uma condição do neurodesenvolvimento. Com apoio, a pessoa aprende, se comunica melhor e ganha autonomia.
É culpa da criação ou da mãe.	A ciência mostra forte participação da genética e de fatores do desenvolvimento. Não é culpa da família.
Autistas não sentem afeto.	Pessoas autistas sentem e criam vínculos. Muitas vezes demonstram de um jeito diferente do esperado.
Todo autista é gênio ou tem deficiência intelectual.	Há de tudo no espectro. Cada pessoa tem habilidades e dificuldades próprias.
Só meninos são autistas.	Meninas e mulheres também são, mas costumam ser diagnosticadas mais tarde, porque os sinais podem ser mais discretos.
Autismo é coisa de criança.	O autismo acompanha a vida toda. Muitos adultos só recebem o diagnóstico depois dos 30, 40 ou 50 anos.
Crise é birra ou falta de limite.	Meltdown e shutdown são reações a sobrecarga. A pessoa não escolhe agir assim e precisa de calma e segurança.
Remédio trata o autismo.	Não há remédio para o autismo em si. Alguns remédios ajudam em condições associadas, como sono, ansiedade ou irritabilidade intensa, sempre com médico.

© 2026 Caminhos do Autismo · Todos os direitos reservados · www.caminhosautismo.com

CAPÍTULO 08

Glossário

PALAVRA	O QUE QUER DIZER
AEE	Atendimento Educacional Especializado: apoio pedagógico que complementa a sala comum (sala de recursos).
CAA	Comunicação Alternativa e Aumentativa: pranchas, figuras, gestos ou aplicativos que ajudam a pessoa a se comunicar.
CID	Classificação Internacional de Doenças. O autismo é 6A02 na CID-11 (F84 na CID-10, ainda usada em muitos laudos).
Ciptea	Carteira de Identificação da Pessoa com TEA, gratuita, emitida por estados e municípios.
Ecolalia	Repetir palavras ou frases ouvidas antes. Muitas vezes é uma forma de se comunicar.
Estereotipia (stim)	Movimento ou som repetitivo, como balançar ou abanar as mãos, que ajuda na regulação.
Hiperfoco	Interesse muito intenso e duradouro em um tema.
Hiper / hipossensibilidade	Sentir os estímulos (som, luz, toque, cheiro) com mais ou com menos intensidade que a maioria.
Camuflagem (masking)	Esforço para esconder traços autistas e imitar os outros. Costuma causar grande cansaço.
Meltdown / shutdown	Crise por sobrecarga: no meltdown a pessoa "explode"; no shutdown ela "desliga" e se fecha.
Neurodiversidade	Ideia de que cérebros funcionam de jeitos diferentes, e que essa variação faz parte da diversidade humana.
PEI	Plano Educacional Individualizado: metas e adaptações para o aluno na escola.
PTS	Projeto Terapêutico Singular: plano de cuidado escrito, com objetivos e responsáveis, usado no SUS.
Triagem	Questionário que indica quem precisa de avaliação. Não é diagnóstico.

© 2026 Caminhos do Autismo · Todos os direitos reservados · www.caminhosautismo.com

PARA PREENCHER

Minha rede de apoio

UBS: _____ **Escola:** _____

Telefone: _____ **Coordenação:** _____

Pediatra / médico: _____ **CRAS:** _____

Telefone: _____ **Defensoria:** _____

Terapias / local: _____ **Grupo de apoio:** _____

Telefone: _____ **Outro:** _____

Dúvidas para a próxima consulta

O que observei (com data)

© 2026 Caminhos do Autismo · Todos os direitos reservados · www.caminhosautismo.com

Caminhos do Autismo

Continue o caminho com a gente

Artigos completos, ferramentas gratuitas e outros materiais para imprimir em caminhosautismo.com.

O que é autismo
caminhosautismo.com/o-que-e-autismo-significado-tea/

Primeiros sinais de autismo por idade
caminhosautismo.com/sinais-autismo-bebes-idade/

Como o SUS atende o autismo
caminhosautismo.com/autismo-sus-ubs-caps-linha-de-cuidado/

Ferramentas gratuitas
caminhosautismo.com/ferramentas/

Caminhos do Autismo — caminhosautismo.com. Material gratuito: pode imprimir e compartilhar, citando a fonte. Não pode ser vendido.

Este material é de apoio e não substitui a orientação de profissionais de saúde e educação.

© 2026 Caminhos do Autismo · contato@caminhosautismo.com · Informações conferidas em outubro de 2026.

© 2026 Caminhos do Autismo · Todos os direitos reservados · www.caminhosautismo.com