

Domingo, 24 de Maio de 2026

## **TEA em adultos**

**ELLEN DE O. MORAES SENRA**

O diagnóstico tardio do Transtorno do Espectro Autista (TEA) em adultos costuma provocar uma mistura de sentimentos como alívio, dúvidas e interpretações equivocadas, como associação com inteligência. A condição segue cercada de desinformação, independentemente da idade. O que acaba gerando muitas dúvidas.

O TEA é uma das principais condições neurodivergentes, caracterizado por diferenças na comunicação social, comportamento e processamento sensorial. Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), cerca de 70 milhões de pessoas vivem com o transtorno no mundo. No Brasil, o Censo Demográfico de 2022 aponta 2,4 milhões de diagnósticos, o equivalente a 1,2% da população.

Entre adultos, é comum que o diagnóstico ocorra tardiamente, especialmente em casos com menor prejuízo funcional. Essas pessoas, muitas vezes classificadas no nível 1 de suporte, conseguem estudar, trabalhar e se relacionar, o que contribui para que sinais passem despercebidos. Ainda assim, é frequente o relato de sensação de desconexão e dificuldade de pertencimento, que leva à busca por ajuda psicológica.

Em muitos casos, o TEA aparece inicialmente associado a quadros como ansiedade, depressão ou fobia social. Também há confusão diagnóstica com TDAH e altas habilidades, além da possibilidade de comorbidades.

Quando o diagnóstico é tardio, o prognóstico tende a ser mais desfavorável, e o nível de incompreensão aumenta — tanto por parte das pessoas ao redor quanto da própria pessoa em relação ao seu funcionamento.

Com frequência, observo pacientes relatarem que percebem e sentem o mundo de forma diferente, além de enfrentarem dificuldades para manter o convívio social. Diante disso, muitos iniciam tratamento para depressão ou fobia social e, apenas posteriormente, recebem o diagnóstico de TEA.

O momento do diagnóstico pode gerar reações diversas. Há quem sinta alívio ao se compreender, enquanto familiares podem expressar sentimento de culpa por não terem percebido alguns sinais. A falta de informação também faz com que alguns adultos resistam a se reconhecer como neurodivergentes.

É importante destacar que o TEA - assim como o TDAH e outros transtornos - não tem relação com nível de inteligência. Quando se fala de TEA, estamos falando de um cérebro neurodivergente que tem uma alteração no funcionamento cerebral, que pode coexistir tanto com déficits quanto com altas habilidades.

Sem diagnóstico, as experiências podem parecer incoerentes e gerar culpa. Com a identificação adequada, a psicoterapia se torna além de um espaço de escuta, um espaço de construção de estratégias práticas, transformando dificuldades difusas em caminhos possíveis de adaptação, estratégias concretas e qualidade de vida.

**Ellen de O. Moraes Senra** é *Psicóloga Clínica (CRP 05/42764), Especialista em Terapia Cognitivo Comportamental e Terapia do Esquema, Formação em TDAH adulto e Pós-graduação em TDAH avaliação e intervenção. Ellen também é CEO do Espaço Psicoteplando, autora de livros infantis na área da psicologia e coordenadora editorial de títulos diversos.*