

COMPLEXO,
INTRIGANTE,
QUASE INVISÍVEL,
FASCINANTE E POUCO
CONHECIDO...

ASSIM É O AUTISMO!



Tudo o que famílias
de pessoas autistas
sempre quiseram
contar-lhe mas nunca
tiveram oportunidade.

A Autisme Genève é uma entidade criada por país em 2007. A associação reúne mais de 600 membros (pessoas autistas, famílias e profissionais) e tem como objetivo um mundo mais inclusivo, que acolhe a diferença e que se adapta às necessidades daqueles que são mais vulneráveis.

A nossa missão é:

- Envidar todos os esforços para tornar a nossa sociedade mais inclusiva;
- Aumentar a conscientização sobre as características do autismo;
- Ouvir pessoas autistas e as suas famílias, informando-as sobre o autismo e apoiando-as na defesa dos seus direitos;
- Oferecer treino aos profissionais para garantir um apoio adequado às especificidades de cada pessoa com autismo;
- Fornecer às famílias todas as informações e ferramentas que lhes permitirão compreender e apoiar os filhos da melhor forma possível.

Contacte-nos para qualquer informação adicional: secretariat@autisme-ge.ch



Einstein, Bill Gates, Glenn Gould... há tantos exemplos de celebridades suspeitas de estarem no espectro do autismo. No outro extremo, vislumbramos uma criança fechada no seu silêncio, balançando-se diante de uma parede... Mas entre a genialidade e a porta fechada, existe um mundo. Um intervalo vasto onde as pessoas autistas passam despercebidas, são consideradas quase comuns. Um colega de trabalho um tanto retraído, um vizinho que não diz “olá” prontamente ou mesmo um colega do seu filho que se comporta de forma disruptiva podem ser autistas.

Estima-se que uma em cada 160 pessoas no mundo seja autista. Para sermos exactos, referimo-nos à Perturbação do Espectro do Autismo, mas para simplificar utilizaremos aqui apenas o termo “autismo”.

Então, o que essas pessoas têm em comum?

Todos apresentam:

- dificuldades em compreender e assimilar as habilidades sociais necessárias para a vida em sociedade;
- sensibilidade particular ao movimento, toque, ruído, luz ou sabor;
- interesses sensoriais ou intelectuais específicos;
- preferência por rotinas, contextos ou espaços previsíveis e coerentes;
- em muitos casos, uma grande dificuldade em regular emoções, bem como em compreender e adaptar-se ao funcionamento imprevisível e muitas vezes ilógico das pessoas neurotípicas (isto é, que não são autistas)





Pessoas autistas não estão doentes e não são contagiosas

Se considera o autismo uma doença, reconsidere o seu ponto de vista. Uma criança nasce autista e assim permanecerá toda a vida. O autismo é um distúrbio do neurodesenvolvimento com componentes genéticos que fazem com que o cérebro se desenvolva de forma atípica.

Na maioria dos casos, o diagnóstico (de preferência precoce) e o apoio especializado podem ajudar as pessoas autistas a desenvolver o potencial individual e a encontrar mais facilmente o seu lugar na sociedade. Cabe a nós todos acolhê-los da melhor maneira possível.

Quando o som de um secador de cabelo se torna uma tortura

Se um dia vir uma criança a tapar os ouvidos para atenuar um barulho, pense que aquele menino ou menina pode estar a sentir um ruído aparentemente inofensivo, como o de um secador de cabelo, como uma agressão fisicamente dolorosa. Esse tipo de alteração do processamento sensorial é frequente no autismo e pode explicar certos comportamentos inesperados.

A hipersensibilidade aos ruídos pode tornar um som comum insuportável, o toque de um tecido na pele pode ser sentido como uma lixa. Todos esses estímulos do sistema nervoso podem tornar-se muito agressivos e extenuantes. No outro extremo, a hipo-sensibilidade pode criar necessidades particulares de estimulação que vão da exploração sensorial benigna até à auto-agressão.





Muitos autistas falam e têm coisas para contar

Existe uma ideia errônea de que as pessoas autistas não falam. Isto não é verdade. A maioria das pessoas autistas desenvolve a linguagem oral. Parte das crianças no espectro do autismo precisa de apoio especializado para aprender a falar e falarão mais tarde do que o esperado. As entoações podem variar. Os erros na construção das frases ou a presença de palavras pouco utilizadas dão, por vezes, a impressão de que a pessoa não fala a sua língua materna. Importa frisar ainda que a incapacidade de falar não significa que a pessoa autista não tenha nada para dizer - há hoje vários meios de comunicação alternativos - ou que tenha deficiência intelectual.



O menino “mal-educado” no supermercado

Se é daqueles que rotula logo de mimado e mal-educado aquele menino a rebolar no chão do supermercado, a gritar porque a mãe se recusa a comprar chocolates, pense duas vezes: ele pode ser uma criança autista. Procure entender a perspectiva da criança: talvez o menino imagine que está a ser castigado injustamente, talvez a compra de chocolates faça parte da sua rotina ao ir ao supermercado, talvez pense que nunca mais vai poder comer chocolates... Uma situação que nos parece trivial pode ser percebida de uma outra maneira pela criança autista. O ambiente estimulante do supermercado, repleto de luzes e sons, amplifica ainda mais a sua reação.

Perceber, compreender e ter em consideração as emoções dos outros

Ler, interpretar e gerir emoções nem sempre é fácil para as pessoas ditas “neurotípicas” (ou seja, não autistas). Para alguém autista, é ainda mais exigente. As manifestações das nossas emoções podem parecer bastante irracionais para as pessoas autistas. Uma pessoa autista poderá ficar triste ao ver a sua mãe chorar de tanto rir e, ao mesmo tempo, não demonstrar empatia ao ver um outro familiar soluçar. Além disso, as pessoas autistas podem estar genuinamente sensibilizadas com a dor ou as preocupações dos entes queridos, mas não demonstrarem isso tão somente porque têm dificuldade em exprimir este sentimento de solidariedade.





O quebra-cabeças das convenções sociais

Algumas pessoas autistas podem demonstrar pouco interesse pelas pessoas ao seu redor, enquanto outras são muito sociáveis. Mas mesmo as pessoas autistas mais sociáveis podem ter grande dificuldade em compreender e pôr em prática os códigos sociais. Esses códigos, que adotamos quase instintivamente, são geralmente assimilados por pessoas autistas mediante um longo processo de aprendizagem. A que distância ficar de um interlocutor para manter uma conversa? Por que segurar a porta para uma pessoa que vem a seguir? Quando nos perguntam se está tudo bem devemos responder à pergunta literalmente, fornecendo um relatório completo de como vai a saúde e a vida profissional, ou apenas dizer “tudo bem, e contigo?”

E se seguirmos o que foi planejado?

As pessoas autistas tendem a sentir-se mais seguras seguindo rotinas ou antecipando eventos e experiências que terão num futuro próximo. Costumam gostar de saber a programação do dia e ter referências temporais. Mesmo uma pequena mudança na rotina pode ser muito stressante e exigir um enorme esforço de assimilação e planejamento. As informações apresentadas de forma visual (imagens, informações escritas) ajudam a reduzir esse desconforto com a mudança.





Paixões intensas por assuntos incríveis

As pessoas autistas, independentemente do lugar que ocupam no espectro, possuem frequentemente interesses específicos que podem tornar-se paixões avassaladoras. Os cérebros autistas tendem a encontrar prazer através de um conhecimento aprofundado dos assuntos pelos quais são apaixonados. E a repetição de determinadas informações ou temas pode também trazer uma sensação de recompensa. Alguém autista poderá saber tudo sobre dinossauros (e talvez não tolerar que uma pessoa cometa um erro ao tocar no assunto), outro poderá gostar de ouvir uma música 1000 vezes sem se cansar. Quem iniciar conversa com um fã da história japonesa do século XVII sobre o seu assunto favorito pode muito bem ouvi-lo a falar com entusiasmo sobre o assunto durante horas e horas sem perceber o cansaço do interlocutor.

Existem tantos autismos quanto autistas

Cada ser humano é único e não pode ser definido pela sua especificidade neuronal. Cada pessoa tem uma personalidade, interesses, relações e emoções únicos - e isto vale tanto para neurotípicos como para autistas. O autismo abarca uma grande família de pessoas cujas características variam e cujo suporte necessário na vida quotidiana pode ser residual, moderado ou substancial. Em qualquer caso, identificar o autismo permite-nos compreender melhor as peculiaridades do comportamento de uma pessoa autista e, assim, tentar tornar o mundo neurotípico mais acessível e acolhedor.





Pessoas autistas podem ver as coisas de maneira diferente de nós, elas lançam uma nova luz sobre a nossa existência e abrem os nossos olhos para a diversidade humana.

Convidamos todos a descobrir e acolher a neurodiversidade!

Este folheto de sensibilização foi elaborado
pela associação Autisme Genève:
autisme-ge.ch

Este material está disponível
para distribuição gratuita sob a licença
CC BY-NC-ND 4.0. 

Como apoiar a associação
Autisme Genève:

- Torne-se um membro:
www.autisme-ge.ch/devenir-membre/

- Faça um donativo para a nossa
conta bancária:
IBAN CH0900 788 0000 5044 2699

Projeto: Elvira David Coppex
Ilustração: Tom Tirabosco
Design gráfico: Raoul de Bazignan
Tradução: Andréia Azevedo Soares

Esta brochura foi produzida com o apoio de:



autisme

GENÈVE

Autisme Genève
Rue de Villereuse 7
1207 Genève
Suiça

autisme-ge.ch