

TEA na Infância

Transtorno do Espectro Autista

Um guia acolhedor para famílias e educadores

“Cada criança é um universo. Compreender é o primeiro gesto de amor.”

EDUCAMENTE — Espaço de Aprendizagem Criativa
Professora Aline Novazick · Pedagoga · Especialista em Educação Especial
Pará de Minas — MG

Uma palavra inicial

Este material nasceu do desejo de acolher famílias que buscam compreender o Transtorno do Espectro Autista (TEA) com respeito, ciência e sensibilidade. Aqui você não encontrará fórmulas prontas, porque cada criança autista é única — mas encontrará caminhos possíveis, testados na prática pedagógica e na convivência amorosa com muitas famílias.

Leia sem pressa. Volte às páginas quando precisar. E lembre-se: você não está sozinho(a) nessa caminhada.

Com carinho,
Professora Aline Novazick

Capítulo 1 — O que é o TEA

O Transtorno do Espectro Autista (TEA) é uma condição do neurodesenvolvimento caracterizada por diferenças na comunicação social e por padrões restritos ou repetitivos de comportamento, interesses e atividades. A palavra espectro é essencial: revela que há uma imensa variedade de manifestações, intensidades e potencialidades.

O TEA não é uma doença que se cura, mas uma forma diferente de perceber, sentir e interagir com o mundo. Compreendê-lo é abrir portas para que a criança se desenvolva no seu ritmo, com apoio adequado e ambientes acolhedores.

“Autismo não é limite — é outro caminho de descoberta.”

Capítulo 2 — Sinais na primeira infância

Alguns sinais podem aparecer já nos primeiros anos de vida. Perceber cedo é fundamental para iniciar estímulos e apoios que fazem toda a diferença. Observe com carinho, sem alarmar-se, e sempre busque avaliação profissional diante de dúvidas.

- Pouco contato visual ou dificuldade em sustentá-lo
- Ausência ou atraso significativo da fala
- Não responder ao próprio nome por volta de 1 ano
- Não apontar objetos para compartilhar interesse
- Interesse restrito por poucos objetos ou temas
- Movimentos repetitivos: balançar, girar, alinhar objetos
- Reações intensas a sons, luzes, texturas ou cheiros
- Dificuldade em brincadeiras simbólicas (faz de conta)

Capítulo 3 — Os níveis de suporte

O DSM-5 classifica o TEA em três níveis, de acordo com a intensidade do apoio que a criança necessita. Essa classificação orienta intervenções, mas não define o valor nem o futuro de ninguém.

- Nível 1 — Suporte: dificuldades sociais perceptíveis, mas a criança se comunica verbalmente e mantém alguma independência.
- Nível 2 — Suporte substancial: déficits mais evidentes na comunicação, comportamentos repetitivos marcantes e dificuldades para lidar com mudanças.
- Nível 3 — Suporte muito substancial: comunicação verbal muito limitada ou ausente, forte necessidade de rotinas previsíveis e apoio contínuo.

Capítulo 4 — A importância do diagnóstico precoce

Quanto mais cedo o TEA é identificado, maiores são as chances de intervenções efetivas. O cérebro na primeira infância possui grande plasticidade, e as experiências vividas nesse período moldam trajetórias inteiras.

O diagnóstico é multidisciplinar e envolve neuropediatra, psiquiatra infantil, psicólogo e, muitas vezes, fonoaudiólogo e terapeuta ocupacional. Não é um rótulo — é uma chave que abre portas para o apoio adequado.

“Diagnosticar é acolher — não é limitar.”

Capítulo 5 — Comunicação e linguagem

Muitas crianças autistas apresentam desafios na linguagem: podem ser não verbais, ter fala tardia, repetir frases (ecolalia) ou usar a linguagem de modo muito literal. Comunicar-se, porém, vai muito além das palavras.

Gestos, imagens, sons, expressões e recursos como comunicação alternativa (CAA, PECS) ampliam as possibilidades de expressão e reduzem a frustração.

- Fale de forma clara, curta e concreta
- Dê tempo para a resposta — respeite o ritmo
- Use apoios visuais: figuras, pictogramas, agenda visual
- Valide todas as tentativas de comunicação
- Evite ironia, duplos sentidos e figuras de linguagem

Capítulo 6 — Sensorialidade: o mundo intenso

Crianças autistas frequentemente percebem os estímulos sensoriais de maneira diferente — hipersensibilidade (excesso) ou hipossensibilidade (redução). Sons, luzes, texturas, cheiros e sabores podem ser vividos com intensidade avassaladora ou quase imperceptível.

Compreender o perfil sensorial da criança é fundamental para prevenir crises, oferecer conforto e adaptar ambientes.

- Ofereça pausas em locais barulhentos ou cheios
- Tenha fones abafadores como recurso de proteção
- Respeite recusas a certas texturas de roupa ou alimentos
- Crie um cantinho seguro em casa: pouca luz, tecidos macios, poucos estímulos
- Observe padrões: o que acalma, o que desregula

Capítulo 7 — Rotina, previsibilidade e transições

A previsibilidade é um dos maiores aliados no cuidado com crianças autistas. Saber o que vem antes, agora e depois traz segurança e reduz a ansiedade. Mudanças abruptas, por sua vez, podem gerar desorganização emocional intensa.

- Use agenda visual com fotos ou pictogramas
- Antecipe mudanças com calma e antecedência
- Utilize temporizadores para transições (ex.: “em 5 minutos vamos ao banho”)
- Crie rituais para começar e terminar atividades
- Mantenha horários estáveis de sono, alimentação e estudo

“Rotina não é rigidez — é abraço invisível.”

Capítulo 8 — Crises sensoriais e emocionais (meltdowns)

Um meltdown é uma resposta involuntária à sobrecarga — não é birra, não é manipulação. É um sistema nervoso pedindo socorro. Nesses momentos, a criança perde o controle sobre suas reações e precisa de acolhimento, não de disciplina.

- Mantenha-se calmo(a): sua regulação regula a criança
- Reduza estímulos: baixe luzes, silencie sons
- Não faça perguntas nem sermões durante a crise
- Ofereça objetos de conforto ou pressão profunda (se aceita)
- Após a crise, acolha com afeto e converse quando ela estiver pronta

Capítulo 9 — Comportamentos repetitivos e stimming

Balançar-se, bater as mãos, girar objetos, repetir palavras — esses comportamentos são chamados de stimming. Longe de serem “esquisitices”, são estratégias de autorregulação: ajudam a criança a lidar com emoções, sensações e pensamentos.

A menos que causem risco físico à criança ou aos outros, o stimming deve ser respeitado. Reprimi-lo pode aumentar a ansiedade e o sofrimento.

Capítulo 10 — Alimentação seletiva

A seletividade alimentar é comum no TEA e envolve fatores sensoriais, motores e emocionais. Texturas, cores, temperaturas e cheiros podem ser barreiras reais. Forçar não funciona — e pode agravar.

- Ofereça alimentos novos sem pressão, em pequenas porções
- Envolver a criança no preparo (lavar, cortar, servir)
- Mantenha os alimentos aceitos como base segura
- Evite associar comida a castigo ou recompensa
- Busque orientação de nutricionista e fonoaudiólogo quando necessário

Capítulo 11 — Sono: um desafio frequente

Muitas crianças autistas apresentam dificuldades para adormecer, sono fragmentado ou despertar precoce. Ambientes previsíveis e rituais consistentes ajudam a organizar o descanso.

- Ritual noturno curto e sempre igual: banho, leitura, luz baixa
- Reduza telas ao menos 1h antes de dormir
- Ambiente escuro, silencioso e com temperatura agradável
- Considere cobertores de peso ou tecidos macios se acalmam
- Consulte um profissional se o sono estiver muito prejudicado

Capítulo 12 — O TEA na escola

A escola é um lugar de aprendizagem e também de convivência. Para a criança autista, ela pode ser fonte de crescimento — quando há preparo, parceria com a família e adaptações — ou de sofrimento, quando as diferenças não são compreendidas.

- Plano educacional individualizado (PEI) construído em conjunto
- Professor de apoio ou mediador quando indicado
- Adaptações curriculares e de avaliação
- Comunicação constante entre escola, família e terapeutas
- Ambiente sensorialmente acolhedor e previsível

“Incluir é ir além de matricular — é adaptar o olhar.”

Capítulo 13 — Brincar: aprender pelo prazer

O brincar é a linguagem natural da infância. Para a criança autista, brincadeiras estruturadas e sensoriais são portas para o vínculo, para o desenvolvimento cognitivo e para a expressão emocional.

- Massinha, areia cinética e slime para exploração tátil
- Encaixes, quebra-cabeças e sequências lógicas
- Jogos de imitação e faz de conta com apoio de um adulto
- Blocos, trilhos e construções previsíveis
- Músicas com gestos e canções repetitivas

Capítulo 14 — Terapias e intervenções

Não existe um único caminho. Cada criança se beneficia de combinações específicas de terapias, orientadas por sua avaliação individual. O trabalho em rede — família, escola, terapeutas — é o que produz resultados consistentes.

- Fonoaudiologia: linguagem, comunicação e alimentação
- Terapia ocupacional: integração sensorial e vida diária
- Psicologia: comportamento, emoções, habilidades sociais
- Psicopedagogia: aprendizagem, mediação escolar
- ABA, DENVER, TEACCH, Floortime: abordagens reconhecidas cientificamente

Capítulo 15 — Mitos e verdades

A desinformação ainda machuca famílias e crianças. Vamos desfazer alguns dos mitos mais comuns:

- Mito: vacinas causam autismo. Verdade: não há qualquer evidência científica que sustente essa afirmação.
- Mito: criança autista não sente afeto. Verdade: sente profundamente — apenas expressa de maneira própria.
- Mito: autismo é falta de limites. Verdade: é uma condição neurológica, não comportamental por falha de educação.
- Mito: todo autista é gênio. Verdade: talentos existem, mas o espectro é diverso — cada criança é única.
- Mito: o autismo se cura. Verdade: não se cura porque não é doença; se acolhe, se apoia, se desenvolve.

Capítulo 16 — Direitos e apoios

A Lei Berenice Piana (nº 12.764/2012) garante à pessoa com TEA os mesmos direitos das pessoas com deficiência. Conhecer os direitos é proteger a criança e a família.

- Matrícula garantida em escolas regulares, com professor de apoio quando necessário
- Prioridade em atendimentos públicos
- Passe livre em transportes conforme legislação local
- Isenções fiscais em alguns casos
- Acesso a terapias pelo SUS e por planos de saúde

Capítulo 17 — 30 atividades para casa

Selecionei atividades simples, sensoriais e afetivas para você fazer com a criança em casa. Comece pelas que fizerem mais sentido para o momento dela — e transforme cada uma em um encontro.

- 1. Caixa sensorial com grãos, tampinhas e colheres.
- 2. Massinha caseira com essências suaves.
- 3. Pintura com dedos em papel grande.
- 4. Alinhar carrinhos por cor ou tamanho.
- 5. Quebra-cabeças de 4, 6 e 12 peças.
- 6. Encaixes de formas geométricas.
- 7. Bolhas de sabão — atenção compartilhada.
- 8. Canções com gestos repetitivos.
- 9. Livro com abas e texturas.
- 10. Fotos da família para nomear e reconhecer.
- 11. Agenda visual do dia com pictogramas.
- 12. Cantinho da calma com almofadas e luz baixa.
- 13. Cobertor pesado para descanso sensorial.
- 14. Balanço ou rede — estímulo vestibular.

- 15. Circuito psicomotor: pular, engatinhar, girar.
- 16. Pintura em tapete de banheiro (textura).
- 17. Água morna com brinquedos flutuantes.
- 18. Areia cinética em bandeja.
- 19. Slime caseiro (com supervisão).
- 20. Jogos de memória com imagens da rotina.
- 21. Blocos de montar e torres.
- 22. Contação de histórias com fantoches.
- 23. Espelho para explorar expressões faciais.
- 24. Jogos de imitação de sons de animais.
- 25. Pintar pedras e organizá-las por cor.
- 26. Rasgar e amassar papéis (motricidade).
- 27. Trilhos, carrinhos e sequências.
- 28. Colar adesivos em contornos.
- 29. Caixinha de tesouros pessoais.
- 30. Ritual de dormir: banho morno, música baixa e história curta.

Capítulo 18 — Cuidar de quem cuida

Ser pai, mãe ou educador de uma criança autista é um caminho de amor imenso — e também de cansaço. Cuidar de si não é egoísmo: é o que permite continuar cuidando.

- Reserve pequenas pausas ao longo do dia
- Peça e aceite ajuda — rede de apoio importa
- Procure grupos de famílias que vivem realidades parecidas
- Considere terapia individual para acolher suas próprias emoções
- Celebre pequenas conquistas — elas são grandes

“Você também merece pausa, escuta e afeto.”

Uma palavra final

Se este material chegou até você, é porque há amor envolvido. Amor de quem quer aprender para acolher melhor. Amor de quem procura, pergunta e busca respostas.

Que cada página lida seja um passo mais leve na sua caminhada. E lembre-se: você é a pessoa mais importante do mundo para essa criança. Sua presença amorosa vale mais do que qualquer técnica.

Com carinho e admiração,
Professora Aline Novazick

EDUCAMENTE — Espaço de Aprendizagem Criativa
Pará de Minas — MG · WhatsApp (37) 99664-7327 · @educamentepm