

Terapia Cognitivo-Comportamental no Tratamento de Adultos com TEA

Aline Barcellos Da Silva,
Aluna Especial do Curso de Pós-Graduação em Cognição e Linguagem-UENF,
Pedagoga- Universidade Estácio de Sá,
Psicopedagoga Clínica e Institucional-Faculdade Prominas,
Pós-Graduada em Transtorno do Espectro Autista-FAEESP e Graduada em Psicologia- Instituto Superior de Ensino do Censa.
E-mail: alinebarcellosdasilva@gmail.com

Bianca Ribeiro Rocha Ferreira
Estudante de doutorado do Programa de Pós-Graduação em Cognição e Linguagem
biancaferreira1@hotmail.com

Resumo

Este artigo tem como objetivo analisar as contribuições da Terapia Cognitivo-Comportamental para pessoas adultas diagnosticadas com o Transtorno do Espectro Autista, considerando os benefícios dessa abordagem para o manejo de sintomas, o desenvolvimento de habilidades e a melhoria da qualidade de vida. O autismo é caracterizado como um transtorno do neurodesenvolvimento que gera prejuízos na comunicação social e se manifesta por meio de padrões de comportamento repetitivos, ocasionando comprometimentos intelectuais e de linguagem. Trata-se de uma pesquisa bibliográfica com abordagem qualitativa, tendo como fontes principais livros e artigos científicos. Neste sentido, conclui-se que a Terapia Cognitivo-Comportamental pode trazer benefícios no auxílio do tratamento de pessoas com transtorno do espectro autista, dentre estas as quais apresentem diagnóstico tardio, na fase adulta. Por meio de estratégias que auxiliam no manejo de sintomas como ansiedade e depressão, a TCC favorece o desenvolvimento de habilidades sociais e comunicativas, contribuindo para a redução dos prejuízos decorrentes do transtorno e para a melhoria da qualidade de vida.

Palavras-chave: autismo, adulto, Terapia Cognitivo Comportamental.

Abstract

This article aims to analyze the contributions of Cognitive-Behavioral Therapy (CBT) to adults with Autism Spectrum Disorder, considering the benefits of this approach for symptom management, skill development, and improved quality of life. Autism is characterized as a neurodevelopmental disorder that causes impairments in social communication and manifests itself through repetitive behavior patterns, resulting in intellectual and language impairments. This is a bibliographic research with a qualitative approach, using books and scientific articles as main sources. In this sense, it is concluded that Cognitive-Behavioral Therapy can bring benefits in assisting the treatment of people with autism spectrum disorder, including those who present a late diagnosis in adulthood. Through strategies that help manage symptoms such as anxiety and depression, CBT favors the development of social and communicative skills, contributing to the reduction of impairments resulting from the disorder and to the improvement of quality of life.

Keywords: autism, adult, cognitive behavioral therapy.

Introdução

O presente estudo tem como objetivo analisar as contribuições da Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) no tratamento de adultos com Transtorno do Espectro Autista (TEA), destacando de que modo essa abordagem pode promover melhorias significativas na qualidade de vida, na autonomia e na inclusão social. A TCC, ao integrar técnicas cognitivas e comportamentais, tem se consolidado como uma intervenção eficaz para o manejo de dificuldades emocionais, comportamentais e adaptativas, sobretudo em indivíduos que recebem o diagnóstico apenas na vida adulta.

O TEA é classificado como um transtorno do neurodesenvolvimento marcado por déficits persistentes na comunicação e interação social, bem como por padrões restritos e repetitivos de comportamentos, interesses ou atividades. Embora tais características se manifestem desde a infância, muitos indivíduos chegam à vida adulta sem diagnóstico adequado, seja pela ausência de sinais evidentes, seja por fatores socioculturais que mascaram ou minimizam sintomas. A falta de identificação precoce pode resultar em prejuízos significativos nas esferas social, acadêmica, profissional e afetiva, reforçando a necessidade de compreender a complexidade do espectro e suas implicações no cotidiano.

Ao longo da vida, adultos com TEA frequentemente apresentam comorbidades, sendo mais prevalentes na fase adulta os transtornos de humor, ansiedade e depressão. Tais condições intensificam as dificuldades emocionais e sociais já associadas ao transtorno, afetando de forma significativa a saúde mental, a funcionalidade e a capacidade adaptativa. Além das comorbidades psiquiátricas, é comum a presença de condições clínicas associadas, como distúrbios gastrointestinais, epilepsia e distúrbios do sono, que também comprometem o bem-estar e ampliam os desafios enfrentados por essa população. Nesse cenário, fatores genéticos e neurológicos desempenham papel central, contribuindo para a complexidade e heterogeneidade do quadro clínico.

Estudos genéticos recentes têm identificado múltiplos genes e variantes genéticas associadas ao TEA, sugerindo uma base biológica multifatorial para o transtorno. Essas alterações podem influenciar a formação e o funcionamento de áreas cerebrais responsáveis pela socialização, comunicação e controle emocional, aspectos frequentemente comprometidos em indivíduos com TEA (Silveira et al., 2025, p.8 e 9)

A interação entre fatores genéticos e comorbidades psiquiátricas pode ser explicada por mecanismos neurobiológicos, como disfunções nos sistemas de neurotransmissores e alterações na conectividade cerebral. Tais disfunções afetam circuitos neurais responsáveis pela regulação emocional, contribuindo para a maior prevalência de comorbidades entre indivíduos com TEA e intensificando os sintomas ao longo do desenvolvimento.

O diagnóstico do TEA na vida adulta exige uma avaliação interdisciplinar cuidadosa e abrangente. Esse processo inclui o levantamento detalhado da história do indivíduo desde a infância, a análise de padrões comportamentais e a aplicação de instrumentos padronizados internacionalmente. Entre eles, destacam-se o Autism Diagnostic Interview–Revised (ADI-R) e o Autism Diagnostic Observation Schedule – Second Edition (ADOS-2), amplamente recomendados para avaliações diagnósticas em adultos (Silveira et al., 2025). A integração desses instrumentos aos critérios estabelecidos no DSM-5-TR permite uma identificação mais precisa do transtorno e auxilia na distinção entre TEA e outras condições que possam apresentar sinais semelhantes.

As intervenções destinadas aos adultos com TEA podem incluir estratégias farmacológicas e não farmacológicas, como terapias educacionais, musicoterapia,

estimulação cerebral, modificações comportamentais e outras abordagens psicoterapêuticas. Entretanto, a TCC tem se destacado como uma das estratégias mais eficazes, especialmente pela sua capacidade de promover mudanças nos padrões de pensamento e comportamento, aprimorar a autorregulação emocional e fortalecer habilidades sociais. Adaptada às necessidades individuais, a TCC possibilita avanços significativos na comunicação, na gestão de emoções, na resolução de problemas e na redução de sintomas como ansiedade, impulsividade e agressividade.

Além do manejo dos sintomas, a TCC contribui para a reconstrução da autoestima e para o desenvolvimento de uma compreensão mais realista e positiva da própria identidade, especialmente em adultos que receberam o diagnóstico tardiamente. Pois estes indivíduos tendem, em grande parte da vida, a interpretar suas dificuldades como falhas pessoais, o que gera impactos profundos na autoimagem e na saúde mental. Nesse sentido, a TCC permite ressignificar essas experiências, favorecendo maior autocompaixão, senso de pertencimento e capacidade de participação em diferentes contextos sociais, acadêmicos e profissionais. Assim, essa abordagem se apresenta como uma ferramenta central na promoção da autonomia, da independência e da inclusão social.

Esta pesquisa está estruturada em quatro seções. A primeira apresenta uma contextualização geral sobre o TEA, com ênfase nos desafios enfrentados por adultos, no impacto do diagnóstico tardio e nas diferentes formas de intervenção disponíveis, com destaque para a TCC. A segunda seção aborda as fundamentações teóricas que sustentam o estudo. A terceira discute as contribuições da TCC na vida de adultos autistas, considerando aspectos emocionais, sociais e adaptativos. A quarta seção dedica-se à análise dos dados construídos ao longo da pesquisa.

O interesse por essa temática surgiu a partir de mais de uma década de estudos voltados ao TEA, aliados à experiência profissional no contexto educacional e clínico como docente e psicopedagoga, somada à formação acadêmica em Psicologia. Essa trajetória motivou o enfoque específico em adultos com TEA, dada a escassez de pesquisas dedicadas a esse público e a relevância da TCC como estratégia terapêutica. Assim, o presente estudo busca ampliar a compreensão acadêmica e clínica sobre o tema e contribuir, futuramente, para práticas de cuidado psicológico mais humanizadas, eficazes e sensíveis às singularidades de adultos autistas.

Fundamentação teórica

De acordo com Celestino (2024), o termo “autismo” passou por diversas transformações ao longo da história, sendo inicialmente nomeado como transtorno autístico, autismo na infância e autismo infantil precoce. Essas variações terminológicas refletem a evolução das pesquisas e da compreensão clínica sobre a condição. Com o avanço dos estudos e a necessidade de abranger a diversidade de manifestações, consolidou-se a denominação Transtorno do Espectro Autista (TEA), termo que reforça a amplitude e a heterogeneidade do quadro. A literatura científica destaca que o autismo se manifesta predominantemente na primeira infância e pode envolver uma variedade de comprometimentos, especialmente relacionados à comunicação verbal e não verbal, compreensão social, expressão emocional e padrões comportamentais específicos.

Para Guimarães et al. (2024), o TEA abrange alterações significativas nas esferas social, comunicativa e comportamental, e sua manifestação pode ocorrer em diferentes combinações e intensidades ao longo da vida. Os autores ressaltam a importância de intervenções precoces e assertivas, capazes de promover impactos positivos no desenvolvimento cognitivo, emocional e social da pessoa autista. A intervenção precoce, quando bem estruturada, tende a potencializar habilidades comunicativas, reduzir

sintomas de rigidez cognitiva e favorecer melhor adaptação nas interações cotidianas, sendo considerada um dos pilares para o prognóstico funcional a longo prazo.

No que diz respeito aos critérios diagnósticos, Celestino (2021) aponta que o DSM-5-TR e a CID-11 representam as principais referências internacionais para a compreensão e classificação do TEA. Ambos os manuais reforçam a natureza do transtorno do espectro autista, priorizando a descrição das necessidades de suporte e da gravidade clínica. Embora possuam finalidades semelhantes, suas estruturas apresentam diferenças: a CID-11 adota uma nomenclatura amplamente utilizada em contextos epidemiológicos e médicos, com codificações específicas que permitem detalhamento funcional; já o DSM-5-TR organiza seus critérios a partir de categorias clínicas observáveis, com foco na prática diagnóstica de profissionais da saúde mental. Esses sistemas contribuem para padronizar avaliações, orientar intervenções e promover maior precisão diagnóstica, especialmente em adultos, cujo quadro clínico pode ser mascarado por estratégias compensatórias desenvolvidas ao longo da vida.

Quanto às abordagens terapêuticas, pesquisas recentes têm apontado a Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) como uma das práticas mais eficientes no manejo dos desafios emocionais, comportamentais e sociais vivenciados por pessoas com TEA. Segundo Lobato et al. (2020), a TCC favorece melhorias significativas no repertório social, reduz sintomas associados, como ansiedade, depressão e rigidez cognitiva, e contribui para uma melhor compreensão das demandas situacionais. A eficácia da TCC decorre, em grande parte, de sua capacidade de integrar técnicas estruturadas, objetivos claros e intervenções adaptáveis às necessidades individuais. As estratégias podem ser intensivas e contínuas, incorporadas às rotinas diárias e aos processos de aprendizagem, o que potencializa o desenvolvimento de habilidades funcionais relacionadas à comunicação e à interação social.

Conforme enfatiza Souza (2022), Judith Beck apresenta a TCC como um modelo que busca modificar padrões de pensamento disfuncionais, crenças centrais e estratégias comportamentais inadequadas, promovendo transformações emocionais e comportamentais duradouras. Para a autora, a TCC opera a partir de uma perspectiva colaborativa, na qual terapeuta e cliente dividem responsabilidades. O terapeuta utiliza técnicas empiricamente validadas para reestruturar crenças, enquanto o cliente participa ativamente do processo de identificação, experimentação e aplicação de novas estratégias. Essa colaboração ativa é fundamental para que pessoas com TEA compreendam a lógica da intervenção e desenvolvam autonomia na gestão de seus próprios pensamentos e comportamentos.

A fundamentação teórica que sustenta a presente pesquisa justifica a adoção de uma metodologia qualitativa, de caráter descritivo e bibliográfico. A abordagem qualitativa permite compreender não apenas dados objetivos, mas também análises, interpretações e construções teóricas que emergem da literatura. Isso possibilita examinar critérios diagnósticos, práticas clínicas, limitações e potencialidades da TCC aplicada a adultos com TEA, ampliando o olhar sobre o fenômeno e permitindo uma interpretação mais profunda das produções científicas existentes. O caráter descritivo contribui para a organização e sistematização das informações, favorecendo a clareza e o rigor científico ao apresentar conceitos complexos, abordagens terapêuticas e resultados consistentes da literatura consultada.

A pesquisa bibliográfica, por sua vez, foi conduzida mediante uma revisão ampla de artigos científicos, manuais diagnósticos e obras referenciais, que constituem fontes essenciais para a consolidação de um panorama atualizado sobre o tema. Foram

analisados quinze artigos científicos disponíveis no Google Acadêmico, complementados por um manual diagnóstico internacionalmente reconhecido e um livro especializado na área. Esse conjunto de materiais possibilitou a construção de uma base sólida, permitindo compreender como a TCC tem sido discutida, aprimorada e aplicada no contexto clínico de adultos com TEA. A análise criteriosa das fontes bibliográficas favoreceu a identificação de tendências metodológicas, avanços teóricos e desafios presentes na prática clínica contemporânea.

Para garantir maior precisão na seleção dos estudos, foram utilizadas palavras-chave diretamente relacionadas ao objeto da pesquisa, tais como “autismo”, “adulto” e “terapia cognitivo-comportamental”. Os critérios de inclusão priorizaram artigos completos, publicações recentes e estudos que dialogavam diretamente com o tema. Foram excluídos materiais focados apenas em populações infantis ou adolescentes e textos que não apresentavam relação direta com a TCC, assegurando que o corpus final estivesse alinhado aos objetivos propostos.

Assim, a revisão bibliográfica realizada permitiu construir uma fundamentação teórica sólida e abrangente, reunindo perspectivas clínicas, diagnósticas e terapêuticas que elucidam o potencial da TCC como intervenção eficaz no tratamento de adultos com TEA. A sistematização das informações reforça a importância da abordagem cognitivo-comportamental no desenvolvimento de práticas mais qualificadas em psicologia clínica, na promoção de cuidados integrados e no aprimoramento das estratégias destinadas à população autista adulta. Além disso, oferece subsídios teóricos indispensáveis para futuras pesquisas e práticas profissionais comprometidas com a promoção da autonomia, qualidade de vida e inclusão social de pessoas com TEA.

Desenvolvimento do tema

De acordo com o Manual Diagnóstico e Estatístico dos Transtornos Mentais (DSM-5-TR), o Transtorno do Espectro Autista (TEA) é classificado como uma condição do neurodesenvolvimento caracterizada por déficits persistentes e abrangentes na comunicação e interação social, manifestados tanto em comportamentos comunicativos verbais quanto não verbais. Esses déficits incluem dificuldades relacionadas à linguagem expressiva e receptiva, limitações no uso de gestos, expressões faciais, contato ocular e entonação de voz, além de prejuízos na compreensão e manutenção de relacionamentos interpessoais. Tais características, somadas à presença de padrões restritos e repetitivos de comportamento, interesses específicos e necessidade de rotina rígida, constituem o núcleo sintomatológico do espectro, que pode apresentar grande variabilidade em intensidade e forma de manifestação entre os indivíduos.

Os sinais do autismo geralmente surgem na primeira infância, embora nem sempre sejam percebidos de imediato. Em muitos casos, as manifestações podem ser discretas ou atenuadas por mecanismos compensatórios desenvolvidos espontaneamente pelo indivíduo, o que dificulta a identificação precoce. Quando não diagnosticados na infância, esses traços podem permanecer silenciosos durante anos, tornando-se mais evidentes apenas na adolescência ou vida adulta, especialmente diante de demandas sociais mais complexas. Como consequência, muitos adultos chegam à fase madura sem diagnóstico formal, acumulando experiências de fracasso escolar, dificuldades de socialização, conflitos familiares, problemas no ambiente profissional e prejuízos emocionais significativos, decorrentes da falta de compreensão acerca de seus próprios padrões de funcionamento.

Nesse cenário, o diagnóstico tardio exige atenção específica, uma vez que a expressão

clínica do TEA em adultos tende a diferir daquela observada na infância. Os critérios diagnósticos precisam ser interpretados levando-se em conta estratégias compensatórias aprendidas ao longo da vida, além do impacto de experiências sociais acumuladas. A utilização de instrumentos avaliativos mais complexos, incluindo entrevistas estruturadas, escalas padronizadas, observações clínicas e relatos de pessoas próximas, torna-se essencial para garantir uma avaliação mais precisa e evitar equívocos diagnósticos, que são frequentes nessa fase da vida.

No atendimento clínico de adultos, é possível identificar uma prevalência elevada de comorbidades psiquiátricas que, muitas vezes, são mais incapacitantes que os próprios sintomas nucleares do autismo. Entre as condições mais recorrentes destacam-se os transtornos de ansiedade, depressão, transtorno obsessivo-compulsivo (TOC) e, em alguns casos, o transtorno de déficit de atenção e hiperatividade (TDAH). Além disso, é comum a coexistência de condições médicas, como distúrbios gastrointestinais, epilepsia, alterações do sono e hipersensibilidades sensoriais, que tendem a intensificar o sofrimento físico e emocional. Esses fatores tornam o manejo terapêutico mais desafiador e exigem uma abordagem integrada. Como observado por Oliveira et al. (2024), ansiedade e depressão tornam-se protagonistas entre os transtornos associados, uma vez que adultos no espectro enfrentam desafios constantes ao tentar interpretar demandas sociais, adaptar-se a ambientes imprevisíveis e lidar com o cansaço acumulado de anos mascarando comportamentos para se adequar às expectativas sociais.

Segundo Jones, Bernier e Sabatino (2019), indivíduos adultos com TEA mantêm ao longo da vida características específicas que impactam diretamente suas relações afetivas, desempenho profissional e funcionalidade geral. Os autores destacam dificuldades na compreensão de pistas sociais sutis, como mudanças de tom de voz, expressões faciais ambíguas e gestos implícitos; limitações na reciprocidade emocional, que dificultam vínculos duradouros; sensibilidade sensorial elevada, que gera desconforto e sobrecarga diante de estímulos cotidianos; e padrões repetitivos de comportamento que, embora muitas vezes proporcionem sensação de segurança, podem limitar a autonomia e a participação social. Esses fatores evidenciam a importância de abordagens terapêuticas específicas, adaptadas às particularidades da vida adulta com autismo.

Para promover uma vida mais funcional, é fundamental que o indivíduo tenha acesso a intervenções clínicas baseadas em evidências, capazes de contemplar tanto as dificuldades emocionais quanto as demandas práticas do cotidiano. Nesse contexto, a Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) tem se consolidado como uma das abordagens mais eficazes, principalmente pela versatilidade, pelo foco estruturado e pela possibilidade de adaptação às necessidades individuais. Desde a sua formulação inicial por Aaron Beck nas décadas de 1960 e 1970, a TCC expandiu seu campo de aplicação, preservando o princípio central de que pensamentos, emoções e comportamentos se influenciam mutuamente. Essa perspectiva permite trabalhar crenças desadaptativas e padrões de comportamento rígidos, muito comuns em adultos com TEA.

Aplicada ao autismo, a TCC incorpora um conjunto de técnicas direcionadas ao manejo de dificuldades específicas. A psicoeducação auxilia o indivíduo a compreender os próprios padrões cognitivos e comportamentais, favorecendo autoconhecimento e engajamento no processo terapêutico. A reestruturação cognitiva possibilita reconhecer

e modificar pensamentos automáticos distorcidos, reduzir a autocrítica, manejar a ansiedade e construir interpretações mais equilibradas das situações sociais. O treinamento de habilidades sociais contribui para desenvolver competências de comunicação, aumentar a assertividade e melhorar a qualidade das interações interpessoais. A TCC também atua na regulação emocional, ajudando o indivíduo a identificar emoções, construir estratégias de enfrentamento, desenvolver tolerância à frustração e utilizar técnicas de mindfulness e relaxamento para evitar sobrecarga emocional.

Outro ponto relevante é o trabalho da flexibilidade cognitiva, que visa reduzir a rigidez de pensamento e facilitar a adaptação a mudanças na rotina, que é um dos aspectos mais desafiadores para adultos com TEA. O manejo da sobrecarga sensorial também ocupa espaço central, permitindo identificar gatilhos, desenvolver respostas alternativas e utilizar ferramentas de autorregulação para minimizar crises sensoriais. A organização e o planejamento, frequentemente prejudicados por dificuldades em funções executivas, também são trabalhados por meio de rotinas estruturadas, checklists, técnicas de monitoramento e estratégias de tomada de decisão.

De acordo com Sarah et al. (2022), aproximadamente 60% das intervenções são realizadas em grupos terapêuticos, o que favorece o desenvolvimento social em um ambiente estruturado. Recursos visuais, linguagem concreta e sistemas de recompensas são amplamente utilizados para facilitar a aprendizagem. Entretanto, como grande parte dos adultos com TEA apresenta comorbidades associadas como TOC, depressão, estresse pós-traumático, insônia e alimentação seletiva, torna-se indispensável que o terapeuta adote estratégias flexíveis e individualizadas, capazes de abordar simultaneamente sintomas do autismo e outras demandas emocionais e comportamentais.

Conclusão

O presente estudo evidenciou que a Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) constitui uma abordagem terapêutica de comprovada eficácia e grande relevância no tratamento de adultos diagnosticados com Transtorno do Espectro Autista (TEA). A análise detalhada da literatura demonstrou que, embora ainda exista uma escassez de pesquisas dedicadas especificamente à população adulta, os estudos disponíveis apontam resultados promissores e consistentes. A TCC tem se mostrado capaz de promover avanços significativos em diversas áreas da vida dos indivíduos, incluindo melhorias na comunicação verbal e não verbal, no desenvolvimento de habilidades sociais fundamentais para a interação cotidiana e na regulação emocional, favorecendo o manejo adaptativo de situações de estresse, ansiedade e conflitos. Além disso, destaca-se como uma intervenção eficaz no enfrentamento de comorbidades frequentemente associadas ao autismo, como ansiedade, depressão, transtornos obsessivos e dificuldades relacionadas à autorregulação, fatores que impactam diretamente na qualidade de vida e na funcionalidade.

O diagnóstico tardio do TEA, realidade comum entre muitos adultos, impõe desafios adicionais ao processo terapêutico, exigindo dos profissionais uma postura sensível, cuidadosa e adaptada às singularidades de cada caso. Nesse contexto, a TCC se apresenta como uma abordagem particularmente adequada por oferecer intervenções estruturadas, porém flexíveis, que podem ser adaptadas às demandas individuais e aos diferentes níveis de suporte. Essa característica permite estimular a autonomia, fortalecer a autoestima, ressignificar experiências de vida marcadas por incompreensão e exclusão, além de favorecer a inclusão social e o desenvolvimento de competências essenciais para uma vida mais funcional e satisfatória.

Entretanto, apesar dos benefícios identificados, é fundamental reconhecer as limitações da TCC e os desafios envolvidos em sua implementação no tratamento de adultos com TEA. Uma das principais limitações refere-se à necessidade de adaptação constante das técnicas, uma vez que grande parte dos protocolos tradicionais foi desenvolvida para outras populações e não contempla, integralmente, as especificidades cognitivas, sensoriais e comportamentais do autismo. Além disso, muitos adultos apresentam dificuldades de insight, pensamento concreto ou rigidez cognitiva, fatores que podem dificultar o processo de reestruturação cognitiva, exigindo estratégias alternativas ou maior tempo de intervenção. Outro desafio relevante diz respeito às barreiras de acesso ao tratamento, a escassez de profissionais especializados, os custos elevados da psicoterapia e a limitada oferta de serviços públicos dificultam a continuidade do acompanhamento terapêutico, especialmente para adultos que recebem diagnóstico tardiamente.

Também se observa que a TCC, apesar de eficaz, não atua isoladamente sobre todos os aspectos da vida da pessoa autista. Ainda há demandas que extrapolam o campo da psicoterapia, como dificuldades ocupacionais, problemas de comunicação funcional, questões sensoriais e necessidades relacionadas à inclusão comunitária e laboral. Isso evidencia a importância de uma abordagem interdisciplinar que envolva outros profissionais, como psiquiatras, terapeutas ocupacionais, fonoaudiólogos e equipes de apoio social. Outro ponto de atenção refere-se à limitada quantidade de estudos longitudinais, o que restringe a compreensão sobre os efeitos da TCC em longo prazo nessa população.

Dessa forma, conclui-se que, embora a TCC apresente potencial significativo e resultados clínicos relevantes no tratamento de adultos com TEA, sua implementação requer adaptações, formação profissional qualificada e condições adequadas de acesso. Ressalta-se, portanto, a necessidade de pesquisas futuras que aprofundem a eficácia da abordagem em diferentes perfis do espectro e que ampliem o desenvolvimento de protocolos específicos para adultos. Investigações que contemplem análises longitudinais, bem como estudos que dialoguem com práticas interdisciplinares e contextos socioculturais diversos, são fundamentais para fortalecer o campo e promover um cuidado mais humanizado, eficiente e alinhado às reais necessidades da população autista adulta.

Referências

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. DSM-5-TR – Diagnostic and Statistical

Manual of Mental Disorders. 5. ed., 2022. Disponível em:

<https://www.mredscircleoftrust.com/storage/app/media/DSM%205%20TR.pdf>. Acesso em: 09 set. 2025.

BECK, Judith S. Terapia cognitivo-comportamental: teoria e prática. 3. ed. Porto Alegre: Artmed, 2022.

BRITO, H. K. M.; MENDES, N. B.; LIMA, G. T.; et al. O impacto da terapia cognitivo-comportamental no transtorno do espectro autista. *Brazilian Journal of Health Review*, v. 4, n. 2, 2021. Disponível em: DOI:10.34119/bjhrv4n2-323. Acesso em: 09 set. 2025.

CELESTINO, Rosilene Aparecida Gomes; HASHIMOTO, Eduardo; SANTOS, Matheus Moreira dos. Contribuições da Terapia Cognitivo-Comportamental para o tratamento do autismo. Apucarana: Faculdade de Apucarana (FAP), 2021. Disponível em: <https://www.fap.com.br/anais/congresso-multidisciplinar-2021/comunicacao-oral/151.pdf>. Acesso em: 09 set. 2025.

CONSOLINI, M.; LOPES, E. J.; LOPES, R. F. F.; et al. Terapia cognitivo-comportamental no espectro autista de alto funcionamento: revisão integrativa. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas*, v. 15, n. 1, 2015. DOI: 10.5935/1808-5687.20190007. Disponível em: https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1808-56872019000100007. Acesso em: 08 set. 2025.

FABRETTI, J. O.; MENDONÇA, A. B.; OLIVEIRA, M. A. S.; et al. Transtorno do Espectro Autista: população adulta. *Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences*, v. 6, n. 2, 2024. Disponível em: <https://bjih.emnuvens.com.br/bjih/article/view/1394>. Acesso em: 08 set. 2025.

FAUSTINO, A. J. S.; LEAL, S. S. I.; SILVA, É. V. R.; et al. As abordagens terapêuticas psicológicas na qualidade de vida dos autistas: revisão de literatura. *Research, Society and Development*, v. 10, n. 8, 2021. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/353172749_As_abordagens_terapeuticas_psicologicas_na_qualidade_de_vida_dos_autistas_Revisao_de_literatura. Acesso em: 08 set. 2025.

IBH CLÍNICA. TCC para adultos com autismo: estratégias eficazes. Blog IBH Clínica, 24 fev. 2025. Disponível em: <https://www.ibhclinica.com.br/blog/tcc-para-adultos-com-autismo-estrategias-eficazes/28>. Acesso em: 09 set. 2025.

LIMA, R. P. de. A intervenção psicológica no atendimento da pessoa com transtorno do espectro autista. 2025. Disponível em:

<https://educacaopublica.cecierj.edu.br/artigos/22/43/a-intervencao-psicologica-no-atendimento-da-pessoa-com-transtorno-do-espectro-autista>. Acesso em: 07 set. 2025.

LOBATO, M. D. F.; MARTINS, M. G. T.; et al. Autismo: descoberta tardia, importância da terapia cognitivo-comportamental na intervenção psicoterapêutica. Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento, ano 5, ed. 12, vol. 2, 2020. Disponível em: <https://www.nucleodoconhecimento.com.br/psicologia/descoberta-tardia>. Acesso em: 07 set. 2025.

MANTLER, S. M.; ARIE, T. Intervenção no impacto da descoberta do diagnóstico de autismo em adultos na abordagem técnica cognitiva comportamental. Revista FT, 2024. DOI: 10.69849/revistaft/ni10202410121702.

MISQUITA, A. G.; SILVA, C. N. F.; SOUZA, D. R. O.; et al. Terapia cognitivo-comportamental: uma intervenção de grande valia no universo autista. 2024. Disponível em: DOI:10.56238/isevjhv3n2-034. Acesso em: 07 set. 2025.

MONTIEL, J. M.; BARTHOLOMEU, D.; CECATO, J. F.; et al. Considerações sobre o desenvolvimento de comportamentos sociais em pessoas com autismo sob a perspectiva da psicologia cognitiva comportamental: uma revisão de literatura. Perspectivas Médicas, v. 24, n. 2, 2013. Disponível em: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=243228134004>. Acesso em: 06 set. 2025.

OLIVEIRA, D. M.; CAVASSANI NETO, R. O.; SOUZA, D. C. P.; et al. Abordagens avançadas no tratamento do Transtorno do Espectro Autista. Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences, v. 6, n. 9, 2024. Disponível em: <https://bjih.emnuvens.com.br/bjih/article/view/3345>. Acesso em: 06 set. 2025.

PAIVA, Gabriel Silveira de; VIEIRA, Ana Clara Araújo Rocha; JANUÁRIO, Guilherme Brangioni; SIQUEIRA, Pedro Henrique Gouvea; LOPES, Victor Leão. Transtorno do Espectro Autista em adultos: diagnóstico e manejo clínico. Brazilian Journal of Health Review, v. 8, n. 2, 2025. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/78300>. Acesso em: 06 set. 2025.

PIZA, J. G. C.; MORAIS, T. S.; SILVA, R. H. A.; et al. Psicoterapia e autismo: uma revisão bibliográfica da atuação das abordagens psicoterapêuticas na clínica. Centro Universitário

Maurício de Nassau (UNINASSAU), Palmas, Tocantins, Brasil, 2025. Disponível em:
<https://revista.cognitioniss.org>. Acesso em: 06 set. 2025.

SOUZA, M. S.; PERES, N. P.; AMARAL, E. A. do; et al. O transtorno espectro autista no contexto da terapia cognitiva comportamental. Centro Universitário Assis Gurgacz, 2025. Disponível em:
<https://www.fag.edu.br/novo/pg/congressoeducacao/arquivos/2022/O%20TRANSTORNO%20ESPECTRO%20AUTISTA%20NO%20CONTEXTO%20DA%20TERAPIA%20COGNITIVA%20COMPORTAMENTAL.pdf>. Acesso em: 06 set. 2025.