



Evento: XXXIV Seminário de Iniciação Científica

O MASCARAMENTO SOCIAL NO AUTISMO FEMININO E SEUS IMPACTOS NA SAÚDE MENTAL ¹

Letícia Barriquello Gatto², Joice Graciele Nielsson³.

¹ Projeto de pesquisa desenvolvido na Unijuí; com financiamento da agência UNIJUI.

² Graduanda em Direito na Unijuí. Integrante do Programa de Desenvolvimento da Pós-Graduação da CAPES - Políticas Afirmativas e Diversidade. Bolsista do Programa Institucional de Bolsas de Iniciação Científica da Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul - PIBIC/UNIJUI. E-mail: leticia.gatto@sou.unijui.edu.br

³ Doutora em Direito Público pela UNISINOS com estágio pós doutoral em Direito pela Università degli Studi "G. d'Annunzio" - Chieti (Itália). Professora do Programa de Pós-graduação Stricto Sensu em Direito da UNIJUI. Coordenadora dos Projetos Sobre Eles e do Programa de Desenvolvimento da Pós-Graduação da CAPES - Políticas Afirmativas e Diversidade. E-mail: joice.gn@gmail.com.

INTRODUÇÃO

O Transtorno do Espectro Autista (TEA) é definido como um distúrbio do neurodesenvolvimento que apresenta prejuízos na comunicação e interação social, e, historicamente, os critérios de diagnósticos foram construídos sobre um viés masculino, o que resultou na negligência das singularidades femininas.

Enquanto o fenótipo masculino costuma exibir sintomas externalizantes, as mulheres tendem a apresentar maior adaptabilidade social por meio do mascaramento social. De acordo com Lima *et al.* (2024, [s.p.]), a camuflagem pode ser dividida em dois tipos: “Ativa – na qual a criança com TEA usa estratégias para disfarçar as dificuldades sociais, conseguindo manter amizades e levando uma vida aparentemente ‘típica’; Passiva – em que a criança imita os comportamentos dos colegas típicos”.

Nesse sentido, embora funcione como uma ferramenta de sobrevivência, essa performance contínua impede o reconhecimento clínico precoce e atua como um fator de risco para o adoecimento psíquico crônico das mulheres autistas, por isso, o Transtorno do Espectro Autista (TEA) em mulheres é frequentemente marcado por diagnósticos tardios, influenciados pelo fenômeno da camuflagem social (*masking*).

Dito isso, este resumo expandido analisa como a mimetização de comportamentos neurotípicos impacta a integridade psíquica feminina, e os resultados demonstram correlações



significativas entre o mascaramento e o desenvolvimento de quadros severos de ansiedade, depressão e burnout autista. Concluindo que o diagnóstico tardio não decorre da ausência de sinais, mas de critérios clínicos enviesados pelo modelo masculino, exige-se práticas neuroafirmativas para mitigar o sofrimento emocional crônico, alinhando-se diretamente ao Objetivo de Desenvolvimento Sustentável 10 (Redução de Desigualdades).

METODOLOGIA

Este trabalho caracteriza-se como uma revisão bibliográfica de natureza qualitativa e descritivo-reflexiva. Foram consultados artigos científicos, revisões sistemáticas e matérias técnicas com foco em autismo feminino e camuflagem social. A análise baseou-se na síntese de evidências que discutem os custos emocionais do *masking* e a necessidade de diagnósticos neuroafirmativos.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

O fenótipo feminino e as dimensões da camuflagem de mulheres autistas frequentemente pontuam mais alto em escalas de camuflagem do que homens, o que mascara suas dificuldades e atrasa o suporte adequado. De acordo com a literatura técnica, o *masking* é estruturado em três categorias principais:

- Compensação: estratégias para contornar dificuldades sociais.
- Mascaramento: esconder traços autistas.
- Assimilação: esforço para "tentar parecer neurotípico" em interações.

Nesse sentido, Soares (2025, [s.p.]) relata que essa necessidade de adequação gera uma dissociação profunda:

A manutenção prolongada da camuflagem social produziu um funcionamento aparentemente adaptado em contextos acadêmicos e profissionais, ao mesmo tempo em que intensificava sentimentos de inadequação, autocritica e esgotamento emocional.

Desse modo, o esforço cognitivo exigido para monitorar o próprio comportamento de forma ininterrupta leva a uma exaustão crônica, e estudos indicam que existe uma relação



diretamente proporcional e relevante entre a camuflagem, e a ansiedade generalizada, depressão e ansiedade social. Sob esse viés, um dos desdobramentos mais graves é o burnout autista, que difere do esgotamento ocupacional tradicional, o qual é restrito ao trabalho.

O burnout autista é uma condição severa que se diferencia do esgotamento profissional comum por afetar de maneira global a pessoa no espectro, e esse quadro é definido como "um estado de colapso mental, físico e sensorial que ocorre após longos períodos de sobrecarga" (Portal do TEA, 2025). Ademais, essa exaustão profunda decorre da adaptação forçada ao ambiente, caracterizando-se por "uma sobrecarga contínua de demandas sociais, sensoriais, cognitivas e emocionais" (Pinheiro, 2026).

Muitas vezes, essa exaustão é invisível para o entorno social, e nesse sentido Khudiakova *et al.* (2024) observam que o estigma atua como um motor para a camuflagem, criando um ciclo vicioso de sofrimento. Sob essa perspectiva, nota-se que a alexitimia, incapacidade de identificar e nomear as próprias emoções, atinge 50% dos adultos autistas, dificultando ainda mais o pedido de ajuda durante crises de sobrecarga (Dyenseo, 2026).

Neste aspecto, a manutenção desta "máscara" utilizada por décadas resulta frequentemente em uma identidade fraturada, razão pela qual muitas mulheres relatam sentir-se como fraudes ou "erros de fábrica", vivendo um luto constante pelo tempo passado sem reconhecimento de sua verdadeira natureza. Como resultado desse cenário, as taxas de ideação suicida entre mulheres autistas sem deficiência intelectual são significativamente elevadas, chegando a ser até três vezes superiores às registradas na população geral (Portal do TEA, 2025).

Em suma, esse perigo acentuado é alimentado pela exclusão social e pela falta de profissionais de saúde qualificados para identificar e acolher as necessidades reais de mulheres autistas. Diante desse cenário, a superação desse sofrimento silencioso exige uma profunda revisão ético-política das práticas diagnósticas e terapêuticas atuais (Nunes, 2025), além de ser urgentemente necessário promover a capacitação de profissionais de saúde mental e de educação para que adotem escutas sensíveis ao gênero e ao desenvolvimento, afastando vieses e desmistificando o modelo androcêntrico do espectro (Lima et al., 2024).

Desse modo, além de viabilizar diagnósticos precoces e assertivos com a capacitação adequada, torna-se imprescindível a transição para "abordagens clínicas neuroafirmativas que



promovam reconhecimento, validação e respeito às singularidades das mulheres autistas" (Soares, 2025, [s.p.]). Somente ao estruturar ambientes seguros que reduzam a necessidade do mascaramento exaustivo e ao garantir redes de apoio integradas será possível restaurar a integridade identitária dessas mulheres e assegurar-lhes o direito de existir com autenticidade, dignidade e bem-estar.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente texto buscou analisar o fenômeno do mascaramento em mulheres autistas e suas respectivas implicações psicológicas, e a partir do estudo concluiu-se que o mascaramento social no autismo feminino é uma ferramenta de proteção contra o estigma, mas seu custo é a integridade psíquica das mulheres. Assim, o diagnóstico tardio não é fruto da ausência de sinais clínicos, mas de uma falha sistêmica na percepção das singularidades femininas, que internalizam o sofrimento para atender a expectativas de gênero.

Assim, é imperativo que profissionais de saúde e educação recebam capacitação para reconhecer o masking e adotem abordagens neuroafirmativas, tendo em vista que o diagnóstico assertivo na vida adulta funciona como um marco de reorganização identitária, permitindo que a mulher estabeleça limites saudáveis e reduza a necessidade de camuflagem. Nesse sentido, promover ambientes seguros, onde ser autista não exija o uso de máscaras, é a medida preventiva mais eficaz para preservar a vida e a saúde mental dessa população.

Palavras-chave: Autismo feminino. Camuflagem social. Saúde mental. ODS 10.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

PORTAL DO TEA. **O impacto do masking na saúde mental de mulheres autistas**. jul. 2025. Disponível em: <https://portaldotea.com.br/o-impacto-do-masking-na-saude-mental-de-mulheres-autistas/>. Acesso em: 16 jul. 2026.

PORTAL DO TEA. **Suicídio entre mulheres autistas: um alerta silencioso**. jul. 2025. Disponível em: <https://portaldotea.com.br/suicidio-entre-mulheres-autistas-um-alerta-silencioso/>. Acesso em: 16 jul. 2026.



PINHEIRO, Eri. **Síndrome de Burnout vs Burnout Autista: Entenda as Diferenças, Sintomas e Impactos na Vida Profissional.** ClickAutismo, 29 jan. 2026. Disponível em: <https://clickautismo.com.br/sindrome-de-burnout-vs-burnout-autista/>. Acesso em: 1 set. 2026.

SOARES, Alessandra Moreira de Souza. Diagnóstico tardio do autismo em mulheres: invisibilidade e sofrimento emocional na vida adulta: um relato autobiográfico reflexivo. **RevistaFT**, [s. l.], v. 29, ed. 153, 18 dez. 2025. DOI: <https://doi.org/10.69849/revistaft/ch10202512180524>. Disponível em: <https://revistaft.com.br/diagnostico-tardio-do-autismo-em-mulheres-invisibilidade-e-sofrimento-emocional-na-vida-adulta-um-relato-autobiografico-reflexivo/>. Acesso em: 6 set. 2026.

SALLES, S. **Camuflar para “se encaixar” traz consequências negativas para adultos com TEA.** Jornal da USP, jun. 2025. Disponível em: <https://jornal.usp.br/diversidade/inclusao-social/camuflar-para-se-encaixar-traz-consequencias-negativas-para-adultos-com-tea/>. Acesso em: 16 jul. 2026.

DYNSEO. **Guia completo: gerenciar as emoções de um adulto autista.** Paris: DYNSEO, 2026. Disponível em: <https://www.dynseo.com/pt-pt/guia-gerenciar-as-emocoes-de-um-adulto-autista-dynseo/>. Acesso em: 1 set. 2026.

KHUDIAKOVA, V. et al. **A systematic review and meta-analysis of mental health outcomes associated with camouflaging in autistic people.** Research in Autism Spectrum Disorders, v. 118, 102492, 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.rasd.2024.102492>. Acesso em: 16 jul. 2026.

LIMA, Pâmela Ritzmann de; DIMAN, Louise Leonardi; MOURA, Laís Cristina Marques; HENNING, Brenda Jahn; SCHUEDA, Marco Antônio. Autismo: Impactos clínicos e diagnóstico tardio em mulheres - Revisão bibliográfica. **International Seven Journal of Health**, [s. l.], v. 3, n. 2, 2024. DOI: 10.56238/isevjhv3n2-009. Disponível em: <https://sevenpublicacoes.com.br>. Acesso em: 16 jul. 2026.

BARGIELA, S.; STEWARD, R.; MANDY, W. The experiences of late-diagnosed women with autism spectrum conditions: an investigation of the female autism phenotype. **Journal of Autism and Developmental Disorders**, v. 46, n. 10, p. 3281-3294, 2016. Disponível em: <https://doi.org/10.1007/s10803-016-2872-8>. Acesso em: 16 jul. 2026.