



REVISTA ABA+

VAMOS EXPLORAR UM DOS PATRIMÔNIOS CULTURAIS BRASILEIROS

O que as festas juninas revelam sobre o Brasil?



As festas juninas, celebradas em todo o Brasil, são mais do que eventos escolares ou quermesses de bairro ou de igrejas: elas são um espelho vibrante da diversidade cultural brasileira. Repletas de danças, pratos típicos e símbolos religiosos, essas festas revelam muito sobre as origens, as influências e as expressões das diferentes regiões do país. — *pág 19*

Agradecimentos

Chegamos à edição de junho e seguimos com o compromisso de oferecer conteúdos e vivências que promovam o crescimento integral e eficaz de toda a comunidade ABA+.

Agradecemos, mais uma vez, a todos os colaboradores deste projeto. Juntos, temos criado oportunidades valiosas de diálogo, reflexão e aprofundamento sobre temas relevantes do mundo contemporâneo.

Graças ao trabalho dedicado da equipe e às contribuições inspiradoras de nossos convidados, temos vivenciado um crescimento significativo, que se reflete na qualidade e no alcance das nossas publicações.

Seguimos unidos, com propósito e entusiasmo, trilhando caminhos de aprendizado e transformação, reafirmando nosso empenho em compartilhar saberes e impulsionar o desenvolvimento de toda a comunidade.

DIREÇÃO

SANDRA PARO

COLABORAÇÃO

ALINE ALVES, MATHEUS SILVA, THAYNÁ QUINTO

COORDENADORA

CRIS ALVES

EDIÇÃO

MARIA GABRIELLY

DIAGRAMAÇÃO

ÚLLI DE OLIVEIRA | UM PONTO MARKETING

ORGANIZAÇÃO DOS EVENTOS

ANA CAROLINA

CONSELHO EDITORIAL

**SANDRA PARO, CRIS ALVES, CHRISTIANE
MAMEDE E MARIZA DOMINGUES**

SUMÁRIO



05 DA EDITORA

Uma carta da editora
aos queridos leitores.

06 BRASILIDADES

Manoel de Barros e a
Natureza que Fala em
Verso

17 É VERDADE. #SQN

Mitos e Verdades
sobre
comportamento e a
ciência ABA

19 SOCIEDADE

O Que as Festas
Juninas Revelam
Sobre o Brasil

23 DICAS DO PROFISSIONAL

Relato de uma
psicóloga autista

28 PAPO DE PROFESSOR

Sob o encanto e a
magia da palavra

31 ESCREVENDO EM FOGO BAIXO

"Me dá a receita?"

35 DICA DE LEITURA

Uma pausa para
(re)conexão: Ócio
criativo



37

ABA+ ACADEMY

Habilidades Sociais de
Comunicação Para
Crianças no TEA

38

SOFTWARE ABA+

Agenda do Software
ABA+



Editorial – Edição [06/2025]

Bem-vindos à 6ª edição da Revista ABA+!

É isso mesmo! Chegamos a mais uma publicação com o propósito de compartilhar conteúdos de qualidade sobre saúde, educação, bem-estar e cultura brasileira. Sempre com um olhar atento, sensível e qualificado para as questões importantes que permeiam a vida em sociedade. Acreditamos que este é o caminho para transformações sociais verdadeiras e consistentes.

Nesta edição, exploramos (e apreciamos) o que é ser brasileiro sob a perspectiva da arte, da cidadania e da tradição junina, refletindo sobre como esses elementos se conectam com um comportamento humano mais inclusivo e cheio de significado. Temos ainda o relato sensível de uma psicóloga autista e mais uma experiência pedagógica inspiradora.

Nossa conversa sobre poesia e meio ambiente e a nossa dica de leitura são aquelas para guardar na memória (e no coração). Nossa coluna de culinária está imperdível, ou melhor dizendo, deliciosa.

Leia, inspire-se e compartilhe conosco o que achou.

Desejamos a você uma excelente leitura.

Até a próxima edição!

Equipe ABA+ Inteligência Afetiva





ENTRE RÃS, CARACÓIS E POESIA

Manoel de Barros e a Natureza que Fala em Verso

Por Sandra Paro

No meio do mato grosso da vida, onde bichos sussurram sabedorias e o barro vira brinquedo, nasceu um poeta que preferia falar com pedras a fazer discursos. Manoel de Barros (1916–2014), o mestre das miudezas, transformou o Pantanal em poesia e nos ensinou que um caracol pode conter o mundo. Em tempos de colapso ecológico, sua obra ressurgiu delicadamente, tentando reencantar nossa relação com a Terra.

No dia 5 de junho, celebramos o Dia Mundial do Meio Ambiente — uma data simbólica, mas cada vez mais urgente diante das ameaças crescentes aos biomas brasileiros. Só em maio de 2025, 960 km² da Amazônia foram desmatados, um salto de 92% em relação ao mesmo mês de 2024, segundo a *AP News*. O Pantanal, espaço sagrado na poética de Manoel, perdeu 1,6% de sua cobertura arbórea em 2024, com mais da metade devastada pelo fogo — incêndios 40% mais intensos por causa das mudanças climáticas (*GFR, Brasil de Fato*).

Em meio a esse cenário alarmante, a poesia de Manoel é um respiro. Ela não oferece soluções técnicas, mas planta outras formas de pensar, de sentir e de se relacionar com o planeta.

“

Um caracol é a gente ser: por intermédio de amar o escorregadio e dormir nas pedras.

Em versos assim, Manoel nos lembra que há sabedoria no rastejar, dignidade no pequeno e uma poesia profunda em coisas que ninguém quer ver.

O Brasil de Dentro: Pantanal é Voz, é Alma

Manoel de Barros não canta o Brasil dos arranha-céus, mas o das vazantes, dos passarinhos desafinados, dos rios que inventam margens. Seu Pantanal não é paisagem, é personagem. Segundo Antonio Candido, ao mergulhar no regional, Manoel alcança o universal. Seu "bugre poético" resiste à modernidade predadora e nos apresenta um Brasil que pulsa fora dos mapas.

Enquanto muitos ainda veem a natureza como recurso, 38% das espécies de árvores do mundo estão ameaçadas de extinção (*Global Tree Assessment*). Perder uma árvore, para Manoel, seria como perder um verbo: um elo a menos com o mistério da existência.



Entortar as Palavras para Endireitar o Mundo

“

Ele me coisa. Ele me rã. Ele me árvore.

Entender Manoel é aceitar que a linguagem pode se rebelar. Sua poesia é o que Edgar Morin chamaria de *pensamento complexo*: um saber que não separa, mas costura. Ao entortar as palavras, Manoel nos convida a enxergar o mundo com olhos de criação — olhos que reconhecem os vínculos, as interdependências, as teias que sustentam a vida.

Essas interdependências estão em colapso. O chamado “*insectageddon*” — um termo cunhado por biólogos — revela que até 75% dos insetos voadores desapareceram em 30 anos na Alemanha e 83% dos besouros nos EUA em 45 anos (*The Guardian*). Perder os insetos é desmontar silenciosamente as engrenagens da vida.

A Natureza como Pessoa, Não Recurso

Para o sociólogo Enrique Leff, a crise ambiental é também uma crise simbólica. Manoel de Barros intuía isso. Ao dar voz ao sapo, ao pau podre, à formiga cega, ele afirmava: a natureza não é objeto, mas sujeito. Seu “reino das despalavras” é um chamado a escutar a Terra com o coração.

A imagem da natureza como ser senciente é reforçada por Gaston Bachelard, em *A Poética do Espaço*. Ele defende que habitamos o mundo também com a imaginação. Manoel transforma o Pantanal em casa simbólica: um território que é, ao mesmo tempo, chão, infância e identidade.



A Tarefa dos Poetas: Iluminar o Silêncio

“

As moscas iriam iluminar o silêncio das coisas anônimas. Passaram essa tarefa para os poetas.

Manoel assumiu essa missão com leveza e barro nos pés. Em um tempo em que a floresta queima e o rio some, sua poesia é uma chave. Não para salvar o mundo, mas para voltar a habitá-lo com sensibilidade.

Mesmo diante de estatísticas sombrias — queda de 73% nas populações de vertebrados entre 1970 e 2020, segundo o *Living Planet Report* da WWF — ainda há lampejos de esperança. No Pará, um projeto apoiado pela JBS e o Bezos Earth Fund pretende rastrear 26 milhões de cabeças de gado até 2027, buscando conciliar pecuária e conservação (*Reuters*).

A poesia não salvará o planeta, mas talvez nos salve do desespero — e nos devolva a escuta. Como dizia Manoel, "só uso a palavra para compor meus silêncios." E neste silêncio fértil, pode brotar a mudança.

Para Reencantar a Terra

A poesia não substitui o ativismo, mas o inspira. Manoel de Barros não falava em mudança climática, mas ensinava que conversar com uma pedra é também uma forma de salvar o mundo. Talvez seja hora de ouvir.





COMPORTAMENTO E MEIO AMBIENTE

UM CONVITE À DESAUTOMATIZAÇÃO

Em um cenário de urgência climática e perda crescente da biodiversidade, transformar o meio ambiente exige mais do que políticas públicas e tecnologia: requer mudança de comportamento. A maneira como nos relacionamos com o tempo, com o consumo e com a natureza pode ser repensada por meio de hábitos que favoreçam a consciência ecológica e o senso de pertencimento ao planeta.

Um dos caminhos possíveis para essa transformação é desautomatizar o olhar. Estamos tão imersos em rotinas produtivas e aceleradas que perdemos a capacidade de ver o mundo ao nosso redor com atenção. Nesse contexto, a leitura de poesia surge como um ato de resistência e reconexão. Poetas como Manoel de Barros, que enxergava beleza nos seres “desimportantes” e valorizava o “menor”, nos convidam a desacelerar, a observar, a sentir — e, portanto, a cuidar.

Segundo o sociólogo italiano Domenico De Masi, o “ócio criativo” é um estado em que lazer, trabalho e aprendizado se integram, permitindo a emergência de ideias inovadoras e ações mais humanas. Ao reservarmos tempo para a leitura, para a contemplação ou simplesmente para estar em contato com a natureza sem objetivos imediatistas, estamos cultivando o ócio criativo — e, com ele, um modo de vida mais sustentável.

Mudar comportamentos começa com pequenas escolhas:

- Usar menos, observar mais.
- Silenciar as telas, ouvir os pássaros.
- Comprar menos, criar mais.
- E sobretudo: ler mais poesia, para que possamos reencantar nossa relação com o mundo.

Educar o comportamento ambiental é também educar a sensibilidade. Quando aprendemos a nos emocionar com uma árvore, um sapo ou uma água parada — como fazia Manoel de Barros —, também aprendemos a proteger.

O QUE PODEMOS FAZER?



Apoiar produtos sustentáveis e rastreados, garantindo origem legal;

Investir em comunicação ecológica — como faz Manoel — para inspirar mais do que instruir.

Exigir políticas ambientais efetivas e o cumprimento da meta 30×30 (proteger 30% das áreas naturais até 2030);

Cultivar pequenos gestos: consumo consciente, redução de resíduos, plantio de espécies nativas;

5 LIÇÕES AMBIENTAIS

de Manoel de Barros

1 Valorizar o pequeno:

formigas, caracóis e rãs são protagonistas.

2 Reencantar a linguagem:

a poesia pode curar o distanciamento do mundo.

3 Respeitar o invisível:

o que não se vê sustenta a vida.

4 Descolonizar o olhar:

o Brasil profundo é fonte de sabedoria.

5 Ouvir a natureza:

ela também tem voz, mesmo sem palavras.



VERSOS QUE FALAM PELO PLANETA



"Tenho em mim um atrasos de
nascença: eu escuto as palavras pela
boca dos passarinhos."



"O homem se arrasta de árvore,
escorre de caracol."



"Prefiro as palavras que agem sobre
as coisas."

Por Manuel Barros

QUEM FOI MANOEL DE BARROS?



Manoel de Barros



Nascimento:

1916, Cuiabá (MT)

Infância:

Pantanal de Corumbá

Obras marcantes:

- Poemas concebidos sem pecado
- O livro das ignorâncias
- Gramática expositiva do chão



Estilo:

Surrealismo regional, lirismo ecológico

Reconhecimento:

Prêmios Jabuti, ABL, entre outros



CURIOSIDADES POÉTICO-AMBIENTAIS



Obra, Brasil e Meio Ambiente através da lente de Manoel de Barros

01 A infância como bioma

Manoel considerava a infância no Pantanal sua verdadeira escola. Ele via nas brincadeiras com sapos e na convivência com a natureza uma forma de educação mais rica do que a formal.

Fonte: BARROS, M. O Livro das Ignorâncias. Record, 1993.

02 A “Gramática do Chão”

Em vez de dicionários, Manoel propunha “gramáticas do chão” para conhecer a vida a partir do solo, das raízes, das pequenas coisas — uma forma simbólica de defender saberes não hegemônicos.

Fonte: BARROS, M. Gramática Expositiva do Chão. Record, 1997.

03 O Brasil fora do eixo urbano

A obra de Manoel é um convite a olhar para o Brasil do interior, das margens, das ribeiras — um país onde a biodiversidade e a cultura popular se entrelaçam.

Fonte: CANDIDO, A. A Educação pela Noite. Ática, 1987.

04 Um “poeta da biodiversidade”

Sem usar o termo técnico, Manoel sempre deu protagonismo às formas de vida ameaçadas ou ignoradas: caracóis, rãs, fungos e árvores tortas eram suas musas.

Fonte: BARROS, M. Poesia Completa. Leya, 2010.

05 A poética como cartografia afetiva

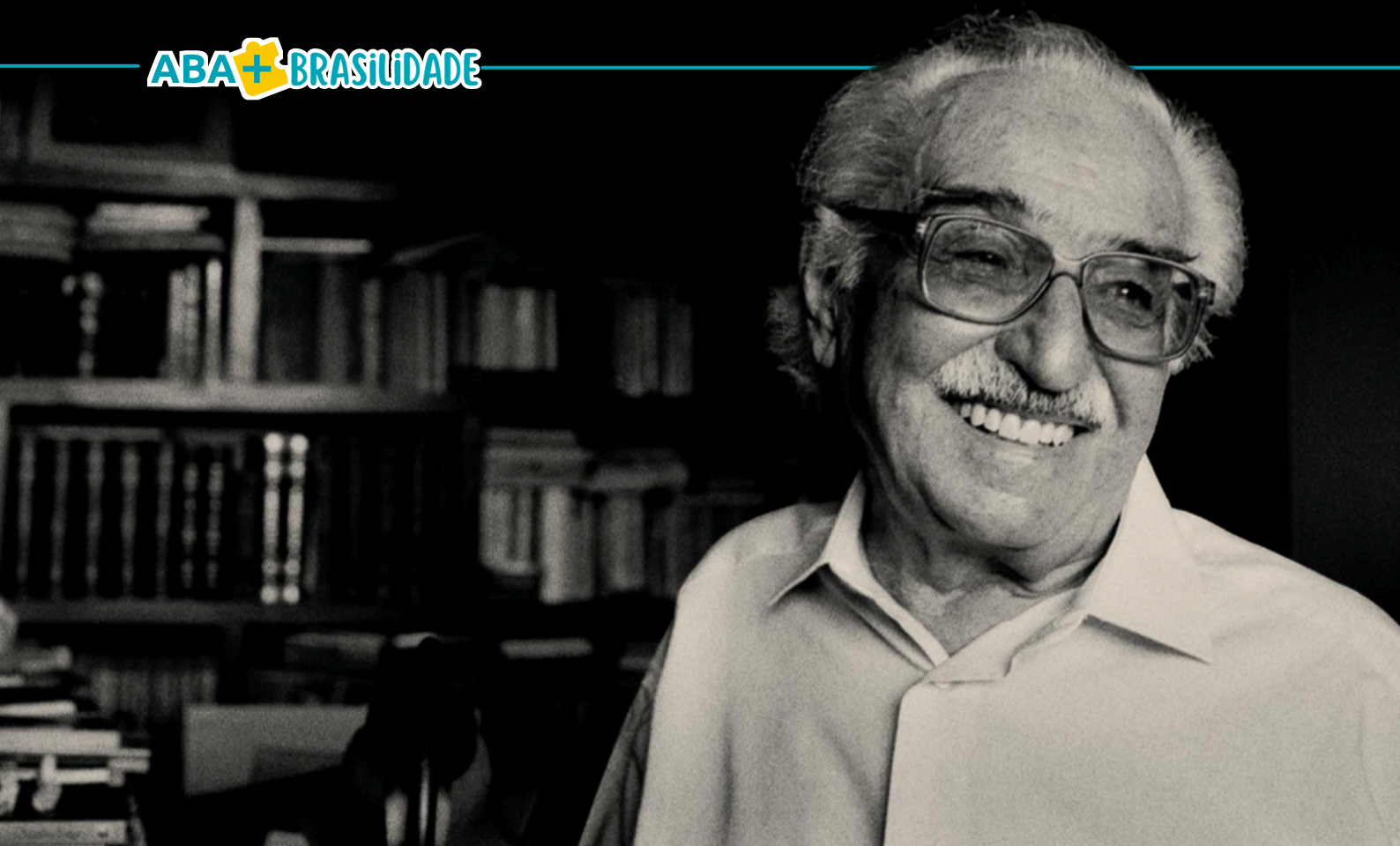
Sua poesia desenha mapas emocionais do Brasil, onde o território é construído por lembranças, imagens e sentidos. É o que Bachelard chama de “topofilia”: o amor pelos lugares vividos.

Fonte: BACHELARD, G. A Poética do Espaço. Martins Fontes, 1993.

05 Água como personagem

Os rios não são apenas paisagens em sua obra — são agentes de transformação, de linguagem, de existência. Para ele, “a água é escrita líquida do mundo”.

Fonte: BARROS, M. O Guardador de Águas. Civilização Brasileira, 1989.



Referências:

BACHELARD, G. *A Poética do Espaço*. Martins Fontes, 1993.

Barros, M. *Poesia Completa*. Leya, 2010.

Biodiversity loss in all species and every ecosystem linked to humans – report. Disponível em: <https://www.theguardian.com/environment/2025/mar/26/human-link-biodiversity-loss-species-ecosystems-climate-pollution-eawag-study-nature-aoe>

Candido, A. *A Educação pela Noite*. Ática, 1987.

De Masi, Domenico. *O Ócio Criativo*. Rio de Janeiro: Sextante, 2000.

'Half the tree of life': ecologists' horror as nature reserves are emptied of insects. Disponível em: <https://www.theguardian.com/environment/2025/jun/03/climate-species-collapse-ecology-insects-nature-reserves-aoe>

Lacey, Hugh. *Is Science Value Free? Values and Scientific Understanding*. New York: Routledge, 2005.

Leff, E. *A Apropriação Social da Natureza*. Loyola, 2015.

Leff, Enrique. *Racionalidade Ambiental: a reapropriação social da natureza*. São Paulo: Cortez, 2001.

Local de perda de cobertura arbórea no Brasil. Disponível em: <https://www.globalforestwatch.org/dashboards/country/BRA>

Maisonave, Fabiano. As UN climate talks loom, Brazil's Amazon forest loses in May an area larger than, 2025 Disponível em: <https://apnews.com/article/ba2fb67113c7d5fd5bbbbbde94b9151ca>

Morin, Edgar. *A Cabeça Bem-Feita: repensar a reforma, reformar o pensamento*. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 2001.

Morin, E. *Introdução ao Pensamento Complexo*. Sulina, 2005.

Relatório Planeta Vivo. Disponível em: <https://livingplanet.panda.org>

Skinner, B. F. *Ciência e Comportamento Humano*. São Paulo: Martins Fontes, 2003.

é v d d .

s q n



ABA QUER “NORMALIZAR” A CRIANÇA AUTISTA?

E por que isso não faz parte da
prática dessa ciência?

Por *Matheus Silva*

Existem vários equívocos sobre análise do comportamento aplicada, mas, um dos que ocorre com muita frequência (e, infelizmente, ainda muito difundidos) é a ideia de que essa ciência busca “normalizar” a criança autista — como se o objetivo da intervenção fosse moldá-la para caber em um padrão. Mas quem realmente conhece e faz ABA com responsabilidade e ética, sabe que essa visão é extremamente equivocada.

ABA não é sobre tentar apagar quem a pessoa é. É sobre ajudá-la a desenvolver repertórios que ampliem suas possibilidades de viver com mais autonomia e qualidade de vida. Isso significa ensinar habilidades que façam sentido para aquela pessoa, dentro do seu contexto de vida, levando em consideração seus interesses, preferências, estilo de comunicação e forma de interagir com o mundo.

A crítica de “normalização” muitas vezes nasce da confusão entre ensinar uma habilidade funcional e forçar uma padronização comportamental. Por exemplo: ensinar uma criança a se comunicar (seja verbalmente, por sinais ou por CAA) não é obrigá-la a falar como a maioria, mas garantir que ela tenha meios de expressar suas vontades, sentimentos e necessidades. Ensinar habilidades sociais não é “forçar a ser sociável”, mas sim oferecer estratégias para que a pessoa possa escolher se quer interagir e como quer fazer isso.

ABA, como ciência, não tem um modelo de comportamento ideal a ser alcançado. A ABA que praticamos hoje é guiada por princípios éticos rigorosos. Nosso trabalho, como analistas, exige escuta, diálogo, construção conjunta de metas e o reconhecimento de que não estamos tentando “curar” ninguém — mas apoiar o desenvolvimento de habilidades que possibilitem maior bem-estar, comunicação eficaz, autorregulação e participação social nos termos da própria pessoa.

Portanto, da próxima vez que alguém disser que ABA quer “normalizar” a criança autista, respire fundo e lembre: ABA ética, atual e baseada em evidências, prioriza o respeito, a escolha e a autonomia. Ensinar não é apagar — é ampliar caminhos.

Criança Autista
não cabe em
um padrão

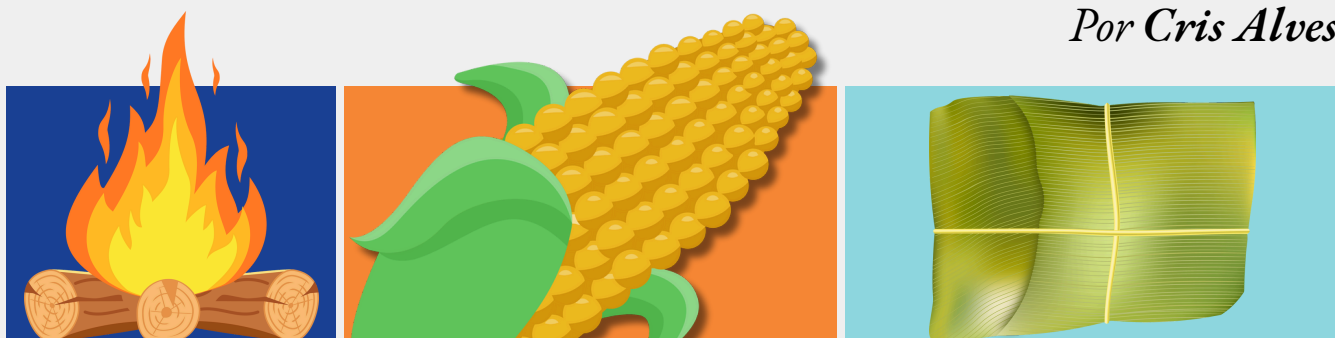
Referências:

Cooper, Timothy E. Heron e William L. Heward (2020)

MUITO ALÉM DA PAMONHA

O que as festas juninas revelam sobre o Brasil

Por Cris Alves



Junho é o mês das bandeirinhas no céu, do som da sanfona nos salões e do cheirinho de milho cozido no ar. As festas juninas, celebradas em todo o Brasil, são mais do que eventos escolares ou quermesses de bairro ou de igrejas: elas são um espelho vibrante da diversidade cultural brasileira. Repletas de danças, pratos típicos e símbolos religiosos, essas festas revelam muito sobre as origens, as influências e as expressões das diferentes regiões do país.

Se em muitas cidades a quadrilha é o destaque da festa, no Nordeste o forró aquece os salões. No Sul, o pinhão reina absoluto, enquanto no Norte o cuscuz de tapioca adoça as celebrações. Cada detalhe revela um Brasil múltiplo — onde a comida, a dança e a fé se misturam em uma experiência coletiva de identidade.

As origens da festa junina, como a conhecemos, teve início nos países católicos da Europa, no século IV. Lá, ela era chamada de "festa joanina", em homenagem a São João Batista. Com o tempo, o calendário cristão passou a incorporar também as figuras de Santo Antônio e São Pedro. Mas a raiz dessas celebrações é ainda mais antiga: festas pagãs de colheita, que celebravam a fertilidade da terra.

Símbolos como a fogueira, os balões e os trajes caipiras têm origem em tradições ancestrais. A fogueira, por exemplo, simbolizava inicialmente a fertilidade e a proteção das plantações — antes de ser reinterpretada pelo cristianismo como um símbolo de fé e proteção.

Misturas e Transformações Trazidas pelos colonizadores portugueses, as festas juninas foram se transformando ao entrar em contato com as culturas indígenas e africanas. O resultado é uma celebração sincrética, que une elementos da tradição europeia com saberes, sabores e sonoridades dos povos originários e afrodescendentes.

Esse caldeirão cultural pode ser visto nas músicas, como o forró; nas comidas típicas, como a pamonha e o mungunzá; e nas danças, como o Bumba Meu Boi. É essa mistura que dá às festas juninas uma riqueza única.



As festas juninas trazem potência cultural e educacional, além do entretenimento, elas desempenham um papel fundamental na valorização das culturas locais, especialmente nas cidades do Nordeste, ajudam a quebrar preconceitos, celebrar identidades regionais e despertar o orgulho por tradições populares.

Cidades como Campina Grande (PB) e Caruaru (PE) disputam o título de maior São João do mundo. Já Juazeiro do Norte (CE) reúne multidões em romarias religiosas, e São Luís (MA) brilha com o espetáculo do Bumba Meu Boi. Em cada uma dessas festas, há muito mais do que diversão: há resistência, história e pertencimento.



Direto para a sala de aula: uma viagem cultural pelo Brasil, as festas juninas são uma excelente oportunidade para explorar o patrimônio cultural brasileiro. Elas permitem trabalhar diferentes áreas do conhecimento — história, geografia, artes e linguagem — por meio de atividades lúdicas, pesquisas, entrevistas e criações artísticas.

Promover essas vivências em sala de aula estimula a valorização da diversidade cultural e o reconhecimento da pluralidade de vozes que formam o Brasil.

Então, bora festejar? As festas juninas são uma celebração da nossa identidade, da nossa história e da alegria de ser brasileiro. Viva São João!



PUXA O FOLE E VEM DANÇAR!

Junho é tempo de festa e cultura viva

Junho é o mês em que o Brasil pulsa ao som da sanfona, do triângulo e da zabumba. Ritmos como o forró, o baião, o xote e o xaxado nascem no Nordeste e conquistam corações por todo o país.

Luiz Gonzaga, o eterno Rei do Baião, levou essa música para todo o Brasil com sua sanfona e sua poesia. Em "Respeita Januário", ele canta:

"Respeita os oito baixos do teu pai..."

Essa canção não é apenas um gesto de afeto filial. É um manifesto da tradição e da resistência cultural.



DO CUSCUZ AO PINHÃO

Os sabores e ritmos do Brasil em festa

Cada prato típico das festas juninas carrega memórias e identidade. Conheça alguns destaques regionais:

- Cuscuz de Tapioca (Norte e Nordeste)
 - Herança da mandioca dos povos indígenas.
 - Hoje, adoçado com coco e leite condensado.
- Pinhão (Sul)
 - Semente da araucária, cozida ou assada.
 - Consumo ligado a práticas sustentáveis.
- Pamonha, Curau, Milho Cozido (Centro-Oeste, Sudeste e Nordeste)
 - O milho é planta sagrada para povos originários.
 - Cozinhar em família reforça laços afetivos.
- Canjica, Arroz-doce e Bolo de Fubá (Sudeste)
 - Receitas com influências africanas e portuguesas.
- Pé-de-moleque, Paçoca e Cocada
 - Doces de amendoim e coco com raízes afro-indígenas.

Cozinhar e partilhar é também uma forma de celebrar quem veio antes e manter vivas as tradições do povo brasileiro.





RELATO DE UMA PSICÓLOGA AUTISTA

O esforço para cuidar e ser cuidada

Por Thayná Quinto

Sempre fui diferente. Repetia aos psicólogos: “me sinto estranha”. Hoje entendo que era por não me encaixar no que parecia ser a norma. Sentia que não sabia me comportar como todo mundo – e me esforçava bastante. Na escola, observava meus colegas e tentava imitar como sentavam, conversavam, se comportavam. Acho que é minha memória mais antiga de *masking*: o esforço de camuflar comportamentos autistas para ser melhor aceita socialmente.

Apesar do turbilhão interno, ninguém notava nada de diferente em mim ou nunca disseram. Eu era uma das melhores alunas da escola, tirava dez em matemática, português, ciências... e zero em socialização. Até conseguia me comunicar, mas não criava vínculos fortes e não me sentia parte de nenhum grupo. Quem me via apresentando trabalhos ou dando palestras seriam os mesmos que depois diriam: “nossa, mas você nem parece autista”. Sabemos que o autismo é um espectro, mas há uma imagem cristalizada sobre o que é ser autista, e, se você não corresponde a ela, seu diagnóstico é questionado. Boa parte do meu sofrimento é invisível: o simples ato de dar bom-dia, de falar ao telefone ou com um atendente no supermercado era e é extremamente complicado.

Fui estudar Psicologia na faculdade. A rotina puxada, a ansiedade, os relacionamentos afetivos: tudo me afogava. Eu evitava chegar perto do horário da aula para fugir do barulho, da agitação e da luz forte. Me escondia na biblioteca, na capela ou na sala vazia. Às vezes, me perguntava se podia ser autista, mas logo pensava: “não, tô exagerando”. Mais uma vez, me sentia diferente e sem conseguir dizer o porquê. Era como se as peças de um quebra-cabeça estivessem espalhadas pela casa, cada uma em um cômodo, escondidas sob a mobília. Somente cinco anos depois eu conseguiria recolher as peças e montá-lo.



Em 2024, aos 28 anos, formada há 4, me sentia ainda mais perdida. Fazia terapia e tomava medicação há 7 anos, mas não tinha diagnóstico e os remédios pareciam não fazer efeito. A suspeita de TEA se fortalecia. Quando mencionei ao meu médico, ouvi: “você não pode ser autista, você é psicóloga, tem empatia”. Eu já sabia que essa fala era incorreta e isso me incomodava. Algumas pesquisas indicam que pessoas com TEA podem apresentar uma redução na empatia cognitiva: identificar e compreender os estados mentais de outras pessoas. A empatia afetiva, que envolve sentir junto com o outro, se mantém preservada, ou seja, se conseguimos reconhecer o sofrimento no outro, conseguimos sentir empatia tanto quanto qualquer pessoa.

Eu dormia e acordava pensando em fazer uma avaliação neuropsicológica, como se meu corpo gritasse por compreensão. Enfim, marquei a avaliação e, logo no início, enviei um PDF para a psicóloga contando a minha vida em ordem cronológica, com uma lista de tópicos importantes para considerarmos, e outra lista com as características do TEA com as quais eu me identificava. Meses depois, naquele consultório, com o laudo nas mãos, as peças daquele quebra-cabeça que eu mencionei anteriormente estavam encaixadas. Recebi o diagnóstico de TEA nível 2 de suporte pela neuropsicóloga e nível 1 pela neurologista. Certo, sou uma mulher autista de 28 anos. E agora?



Confesso que criei expectativas sobre meu diagnóstico. Havia em mim uma parte que sonhava com acolhimento, compreensão e apoio, mas isso não veio. Receber o diagnóstico na infância é diferente de recebê-lo na vida adulta. O cuidado com crianças autistas é mais estruturado, enquanto o suporte para adultos ainda é limitado, e até familiares e amigos muitas vezes não sabem como lidar. Me vi perdida, sozinha e com a sensação de que nada havia mudado. Mas havia. Algo mudou dentro de mim. O diagnóstico me fez entender minha história e lidar com minhas questões, a partir de agora, de um modo completamente novo.

Impossível não observar como meu jeito de ser e meu diagnóstico se relacionam com minha profissão. Ser uma psicóloga autista parecia contraditório para aquele médico que me atendia, mas, para mim, parece cada vez mais possível. Minha vivência me ajuda a enxergar nuances que talvez passem despercebidas por outros profissionais, e a escuta que ofereço é atravessada pela empatia e pelo cuidado de quem também já se sentiu fora do lugar.

DICAS DO PROFISSIONAL

Mas não é fácil. Ser psicóloga exige habilidades sociais que são desafiadoras para mim. Lembro de um grupo terapêutico que eu conduzi com outras duas psicólogas no meu segundo ano de atuação profissional. Uma participante ficou muito sensibilizada e a psicóloga se aproximou e a abraçou. Eu fiquei com aquela cena na cabeça por muito tempo, me culpando por não ter feito o mesmo, mas, quando eu me imaginava sendo a pessoa que abraça, eu sentia um incômodo muito forte. Toques físicos, principalmente com pessoas com as quais eu ainda não tenho um bom vínculo, me geram um intenso desconforto, e hoje entendo que está tudo bem. Eu posso acolher, e acolho, de outras formas. Mas, na época, me sentia culpada porque não conseguia abraçar.

Minhas habilidades sociais também dificultam o *networking* e o recebimento de indicações ou oportunidades. Atender na clínica já é, por si só, um trabalho solitário e minha baixa socialização intensifica isso. Mas vejo que posso construir uma rede de apoio profissional no meu ritmo e dentro dos meus limites, especialmente por meio de cursos e grupos de estudo. É um movimento possível, mesmo que seja mais lento.

Por conta da rigidez cognitiva, eu sempre preciso estar preparada para as sessões, e o imprevisto me assusta. Contraditoriamente, eu escolhi uma abordagem terapêutica que exige muita flexibilidade: a Gestalt-terapia. Tento me encontrar no meio-termo entre estar preparada (lendo os prontuários e deixando atividades por perto) e me abrir para as surpresas de cada sessão, mas é um desafio diário.



Também noto uma dificuldade em identificar algumas emoções e comunicações não verbais nas pessoas e, conseqüentemente, nos pacientes, especialmente quando são muito discretas. Eu busco lidar com isso fazendo perguntas que os ajudem a identificar e verbalizar as próprias emoções. Ao mesmo tempo, tenho facilidade em perceber detalhes que podem passar despercebidos pelas pessoas, e isso me ajuda nos atendimentos. É como se minha dificuldade em ler emoções e expressões discretas fosse compensada pela minha atenção aos detalhes.

Ser uma psicóloga autista me traz muitas potências, e uma das mais significativas é a empatia afetiva. Quando compreendo o que o paciente está sentindo e vivenciando, consigo me conectar genuinamente com sua dor. Não apenas entendê-la racionalmente, mas senti-la junto com ele. Além disso, ser curiosa, ter interesse genuíno pelas histórias que ouço e ser detalhista, como mencionei antes, contribuem para que eu ofereça um trabalho acolhedor, competente e único.

DICAS DO PROFISSIONAL

Tenho atendido somente *on-line*, exceto projetos presenciais, como o grupo terapêutico que mencionei. Noto que o presencial poderia ser uma forma de eu praticar minhas habilidades sociais e evitar o isolamento, enquanto o *on-line* acaba sendo muito mais confortável para mim. Nas videochamadas, não tenho que lidar com o desconforto de olhar no olho das pessoas, por exemplo, nem lidar com as regras sociais de cumprimentar com a mão, abraçar ou algo do tipo. Se eu tiver alguma crise durante a semana, é muito mais fácil me autorregular no conforto da minha casa do que em um consultório com luzes fortes no meio da cidade.

No trabalho e fora dele, encaro desafios e me desdobro para superá-los todos os dias. Ao cuidar de mim e entender minhas dificuldades e potências, me preparo melhor para cuidar do outro e o incentivo a ser o seu eu mais autêntico, sem vergonha e sem medo. Ser uma psicóloga autista não é ser menos psicóloga — é ser uma profissional com escuta, presença e sensibilidade singulares. Agora, com o diagnóstico, sigo com mais consciência de quem sou, e isso me torna ainda mais inteira no que faço.

Referências:

ACADEMIA DO AUTISMO. Masking no autismo: o que é? Disponível em: <https://br.academiadoautismo.com/masking-no-autismo-o-que-e/>. Acesso em: 10 jun. 2025.

RONZANI, Leticia Domingos; LIN, Jaime; COSTA, Maiara de Aguiar da; REZENDE, Victória Linden de; NETTO, Bruna Bittencourt; GONÇALVES, Cinara Ludvig. Diagnóstico do Transtorno do Espectro Autista do adulto: armadilhas e dificuldades diagnósticas. *Revista Brasileira de Neurologia e Psiquiatria*, v. 27, n. 2, p. 15–24, maio/ago. 2023.

ROZA, S. A.; GUIMARÃES, S. R. K.. Empatia Afetiva e Cognitiva no Transtorno do Espectro Autista (TEA): uma Revisão Integrativa da Literatura. *Revista Brasileira de Educação Especial*, v. 27, p. e0028, 2021.

Conheça *Thayná Quinto*

Thayná Quinto é psicóloga (CRP 06/161375) com pós-graduação em Psicopedagogia e Saúde Coletiva. Atua na Psicologia Clínica com adolescentes e adultos, realizando atendimentos em português e inglês. Tem experiência em pesquisas e práticas voltadas à prevenção do suicídio, ao cuidado da população LGBTQIAP+ e, mais recentemente, no acompanhamento de pessoas com TEA.

Publicou e apresentou suas pesquisas sobre prevenção do suicídio em diversos eventos acadêmicos, incluindo o 2º Simpósio Anual Virtual de Prevenção de Lesões da Universidade de Michigan (EUA). Também realiza rodas de conversa e palestras em escolas, e possui vivência nas áreas de Psicologia Escolar, Comunitária, Organizacional, e Emergências e Desastres.

Thayná é autora do livro de poesias "Quinto" (2019) e compartilha reflexões e conteúdos sobre saúde mental no Instagram @thaynaquinto.psi. É apaixonada por gatos, pela natureza, por aprender idiomas e por todas as formas de arte. Como costuma dizer, é artista e autista.



Entre em contato



Sob o encanto e a magia da palavra

Por Cris Alves

Há tempos sou professora. Trabalho com crianças e adolescentes, há quase três décadas e tenho me ocupado de situações que me ensinaram a apaziguar conflitos, a digerir insatisfações, a propor questionamentos e a relativizar convicções. Desde a primeira vez, entendi que a sala de aula era o meu lugar e tem sido desde então. Tem sido difícil, os obstáculos são inúmeros e, muitas vezes, impensáveis. Tenho encarado todos eles e gostado da pessoa que me tornei com eles e por causa deles.

Meu encanto é pela palavra escrita que vira texto que comunica ideias, informações e sentimentos e que sucede a observação, a leitura, a escuta e a reflexão. Assim se constrói uma relação, assim se estabelece um jogo que só acontece na sala de aula. Nesse espaço único com individualidades e particularidades que se esbarram que, quando se completam, desencadeiam mais ideias, mais reflexões, mais textos e uma valiosa capacidade de se posicionar diante da vida. Preciso falar que meu encanto também é por pessoas. Nessa fusão de pessoas que buscam palavras e de palavras que explicam pessoas, vivo meus dias e dou significado a eles.

Venho acumulando histórias envolvendo hormônios aflorados, rebeldias inconsistentes, prosas infinitas, risos indiscriminados, e mais outras tantas qualificações que ora procedem, ora limitam o nosso entendimento sobre o que de fato importa. Estão ali, indivíduos com uma existência já definida e marcada pelas alegrias e enfrentamentos que a idade permite e também por dores mais urgentes que qualquer conteúdo e que por isso precisam ser elaboradas. As situações são muitas e são reveladoras como a da adolescente taxada de desinteressada e desorganizada por uma família que a diagnosticou com base nas impressões de um equivocado modelo de educação.

Aula acontecendo, leitura de um conto, uns mais atentos, outros nem tanto, eu falando de histórias e como elas nos ajudam a explorar as emoções, a imaginação e a nossa capacidade de percepção e que devem ser organizadas dentro de determinadas características. Alguém fala da história. Um pai, um filho, um gesto impensado que reverberou para sempre. A adolescente se levanta, fala baixinho, com pausas e soluços de quem também é vítima, de quem vive o que o personagem viveu. O drama do garoto, ajudou-a reconhecer o próprio drama. Fim da aula, mas não fim da história. Foi acolhida e a família orientada. O diagnóstico veio. A aluna desinteressada, a filha desorganizada, é disléxica, um transtorno do neurodesenvolvimento que afeta habilidades básicas de leitura e linguagem. Recentemente, tive notícias dela. Está bem, me disseram.



Pensar que uma situação de sala de aula, ecoou na vida de uma jovem é, para mim, muito significativo, isso porque confirma a ideia de que escola não serve apenas para transmitir saberes intelectuais. Confirma também o poder da literatura, uma importante ferramenta do existir. Por isso, sempre que for possível, ofereça e viva essa experiência.



Em tempo, o conto em questão é “Um cinturão” de Graciliano Ramos, publicado em 1945 no livro de memórias “Infância” que narra a experiência de uma criança que sofre uma injustiça por parte do pai. Leia e acompanhe cada acontecimento, aprecie cada vocábulo, perceba a relação de medo, de violência e autoritarismo entre o narrador e o pai. Atente-se para as marcas psicológicas deixadas pela violência na infância e como elas refletem na vida adulta. Por fim, seja transportado para aquele mundo e sinta-se mais capacitado para entender o seu.

Por aqui, sigo aprendendo.

“

A literatura confirma e nega, propõe e denuncia, apoia e combate, fornecendo a possibilidade de vivermos dialeticamente os problemas.

Antonio Candido
O direito à literatura



Conheça *Cris Alves*

Sou Maria Cristina ou simplesmente Cris.

Filha, esposa, mãe e tia, compartilho a vida com eles que me inspiram e me ajudam a construir, todos os dias, o que sou: alguém que acredita na potência das relações e na aprendizagem constante com o outro.

Sou de muitas amigas e alguns amigos e prezo mantê-los por perto. Com eles, desenvolvi minha forma de estar no mundo, aprendendo sobre convivência, respeito e humanidade.

Sou dos livros e da sala de aula, territórios onde me formei como educadora, e consequentemente, como cidadã. Sempre atuei com adolescentes, por quem nutro um encantamento especial. O comportamento humano me fascina: gosto de observar, compreender, refletir e escrever sobre os gestos e atitudes que revelam histórias e subjetividades. Acredito no poder da palavra que alcança longe e transforma.

Sou da equipe ABA+, um espaço onde aprendi sobre inclusão e o verdadeiro significado de superar desafios com afeto e propósito. Valorizo o ensino inclusivo e defendo que todos devem ter oportunidades reais de aprender, se desenvolver e pertencer.

Movida pela paixão de ensinar, de compreender o ser humano e de conviver em coletividade, acredito que o trabalho que exercemos revela o que somos. E que, juntos, podemos construir caminhos mais justos, respeitosos e transformadores — na educação e na vida.

“ME DÁ A
RECEITA?”



Por *Aline Alves*

Pedir a receita de um prato é mais do que querer saber os ingredientes ou o modo de preparo. É pedir um pedacinho da identidade de quem cozinha, é compartilhar um pouco do que somos.

A cultura alimentar brasileira é uma das mais ricas do mundo, reflexo de um povo mestiço, diverso, criativo e cheio de histórias. A comida fala muito sobre nossa brasilidade: ela conta de onde viemos, quem somos e o que valorizamos.

Curiosamente, a expressão “me dá a receita” já não se limita mais à cozinha. Ela virou metáfora: é como pedir um conselho, um segredo, um caminho.

Você conseguiu montar seu próprio negócio? Me dá a receita!

Esse bolo ficou incrível. Me dá a receita!

Seu relacionamento é tão leve... Qual é a receita?

Essa expressão carrega um traço essencial da nossa cultura: o desejo de aprender com o outro, de se inspirar e de se reinventar. Registrar uma receita, por sua vez, é mais do que anotar um passo a passo, é preservar afetos, tradições e memórias.

O VALOR DE REGISTRAR RECEITAS

Como nos lembra Luís da Câmara Cascudo (2004), a culinária é uma forma de transmitir cultura. Quando alguém pede uma receita, também está pedindo um modo de fazer, uma memória viva, um pedacinho da história de quem criou aquele prato. Porque a comida nunca vem sozinha, ela vem com gestos, sotaques e lembranças.

Registrar receitas é manter viva a memória afetiva e cultural de um povo. É deixar uma trilha que outras pessoas podem seguir e reinventar.

COMO A CULINÁRIA
AJUDA A CONTAR
QUEM SOMOS



PRESERVAR A CULTURA ALIMENTAR

Cada prato típico traz consigo marcas de migração, encontros e resistência. Um simples cuscuz ou pão de queijo na lancheira da criança já pode dizer muito sobre as raízes daquela família.

Quando um avô ou avó ensina uma receita, está passando muito mais que ingredientes, está transmitindo afeto, valores e pertencimento.

IDENTIDADE REGIONAL E USO DE INGREDIENTES LOCAIS

A culinária revela a alma de cada lugar. Uma moqueca muda de sabor conforme o sotaque muda. Como diz Belasco (2008), cozinhar com produtos da região é uma forma de “comer o lugar”.

Além disso, valorizar ingredientes locais ajuda a manter vivas economias pequenas, respeitar o meio ambiente e fortalecer os saberes tradicionais: de povos indígenas, quilombolas, comunidades rurais. Conhecer o que se come é também entender a história e a luta daquele povo.

FEIJOADA É TÍPICO PRA TODO MUNDO?

Quando pensamos em um prato “típico brasileiro”, muita gente logo lembra da feijoada. Mas ela nem sempre é o prato mais comido em todos os estados, seguramente no Espírito Santo, a moqueca capixaba seja mais típica ou mais consumida no dia a dia, por exemplo. Ainda assim, o prato é cheio de significado.

Câmara Cascudo explica que a feijoada nasceu nas senzalas, onde os escravizados criaram, com o que tinham, algo saboroso e nutritivo. Com partes descartadas do porco, feijão-preto e temperos da terra, prepararam um prato coletivo, símbolo de reinvenção e resistência.

A feijoada não é só comida: é memória, é luta, é afeto. Ela vive nas rodas de samba, nos almoços de domingo e em tantas celebrações da vida cotidiana.

COMER TAMBÉM É UM ATO POLÍTICO (E AFETIVO)

Cozinhar com ingredientes brasileiros, compartilhar receitas e manter viva a tradição de “pedir a receita” é uma forma de afirmar quem somos. De mostrar que nossa brasilidade não é genérica. Ela tem sotaque, cheiro, tempero e território.

E quando essa receita é feita com carinho e compartilhada com outros, como uma boa feijoada feita para muita gente, ela se transforma.

Num tempo de tanta pressa e esquecimento, lembrar o valor de uma receita, literal ou simbólica, é também um gesto de resistência cultural e de cuidado com o coletivo.

Referências

Guia completo e disponível em: <http://portalsaude.saude.gov.br/images/pdf/2014/novembro/05/Guia-Alimentar-para-a-pop-brasiliera-Miolo-PDF-Internet.pdf>

CASCUDO, Câmara. História da Alimentação no Brasil (Volume I e II), São Paulo, Cia. Ed. Nacional, 1983.

ORTÊNCIO, Bariani. Cozinha Goiana: Conceito – Histórico - Receituário. 7ª ed. ampliada, 396 p. Goiânia: Kelps, 2011.

LEVI-STRAUSS, Claude. O triângulo culinário. In: SIMONIS, Yvan. Introdução ao estruturalismo: Claude Lévi-Strauss ou “a paixão do incesto”. Lisboa: Moraes, 1979.

INDICAÇÃO DE LEITURA

UMA PAUSA PARA (RE)CONEXÃO

As férias ou o recesso escolar são um momento especial para dar uma pausa e repensar vários aspectos da vida. Esse descanso é essencial para recarregar as energias do corpo e da mente, ajudando a encarar o ano que vem com mais disposição e leveza. A ciência mostra que nosso cérebro realmente precisa desse tempo longe das cobranças e das rotinas do dia a dia. Afinal, vivemos em um ritmo tão acelerado que o corpo fica em alerta constante, e quando não paramos para descansar, esse estado não desliga, prejudicando nosso foco, criatividade e até nosso bem-estar.

Por isso, durante as férias, tente mesmo se desligar das obrigações da escola ou do trabalho. Mesmo não sendo fácil, insista nessa desconexão. Você vai ver como faz toda a diferença quando voltar para a rotina mais leve e mais tranquilo.



ÓCIO CRIATIVO: O SEGREDO PARA VOLTAR RENOVADO

Você já ouviu falar em “ócio criativo”? É um conceito desenvolvido pelo sociólogo italiano Domenico De Masi, que ajuda a entender como a vida mudou na sociedade atual e por que é tão importante equilibrar trabalho, estudo e lazer. No livro “O Ócio Criativo”, De Masi vai além da ideia tradicional de tempo livre e fala sobre temas como globalização, mudanças no mercado de trabalho, o papel das mulheres, e como as antigas ideologias estão dando lugar a novos jeitos de pensar e viver.

DICA DE LEITURA

Ele critica o modelo social que valoriza demais o trabalho, o mercado e a competição, e propõe uma nova forma de encarar a vida, em que trabalho, estudo e lazer acontecem juntos, e o tempo livre é valorizado de verdade. Além disso, fala sobre a importância de distribuir o conhecimento e o poder de maneira mais justa.

Para De Masi, ócio criativo não é simplesmente “não fazer nada”. É dedicar tempo a atividades que misturam produção, aprendizado e diversão. Essa mistura ajuda a despertar a criatividade, a inovação e o bem-estar, fazendo as pessoas se sentirem mais felizes e realizadas. O livro também lembra que precisamos valorizar as necessidades mais profundas da vida, como a introspecção, o convívio, a amizade, o amor e as brincadeiras, tanto quanto valorizamos a produção econômica.

Mais do que uma crítica ao excesso de trabalho e à vida mecânica, “O Ócio Criativo” mostra que o tempo livre é fundamental para nosso crescimento pessoal e social. É uma leitura para quem quer repensar a relação com o trabalho, buscar mais equilíbrio na vida e fortalecer a criatividade em tudo que faz.

Reforçando, o que De Masi propõe, diverge da abordagem de muitos mentores do mercado de trabalho atual, que enfatizam a busca incessante por resultados e a maximização do tempo produtivo. Esse comportamento, focado exclusivamente no trabalho, pode negligenciar outras áreas importantes da vida. Você pode fazer diferente. Acredite!



HABILIDADES SOCIAIS DE COMUNICAÇÃO PARA CRIANÇAS NO TEA

Desenvolver a comunicação é essencial para a interação social, mas pode ser um grande desafio para crianças no TEA. Este *eBook* apresenta estratégias práticas e visuais para ajudá-las a compreender o impacto de suas palavras e a adotar uma comunicação mais gentil e eficaz. Com atividades direcionadas, auxilia na construção de conexões positivas e no desenvolvimento de habilidades sociais essenciais para o dia a dia.



Desejo adquirir!



Dante e Fanny
em

Entre na dança





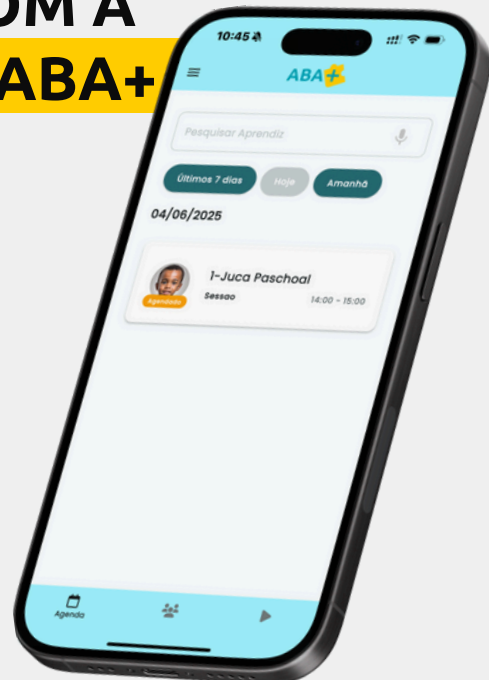
AGENDA

Com a Agenda do *Software* ABA+, a gestão de atendimentos se torna muito mais prática e eficiente. **Tenha uma visão clara de todos os compromissos da clínica e agende profissionais e pacientes com rapidez.**

DOMINE SUA ROTINA COM A AGENDA DO SOFTWARE ABA+

Controle total dos horários e evite choques de agenda com um sistema que detecta conflitos automaticamente. Atualize os *status* dos atendimentos com facilidade — de “Finalizados com sucesso” a “Faltas”.

Gerencie o uso das salas da clínica e saiba quem atende onde, quando e como. E mais: acompanhe as faltas dos pacientes com relatórios completos que otimizam o atendimento.



Quero uma demonstração gratuita do Software



REVISTA ABA+

Obrigada por chegar até aqui com a gente!

Encerramos mais uma edição da Revista ABA+ com o coração cheio de gratidão. Foi um prazer imenso dividir essas histórias, aprendizados e reflexões com você.

Esperamos que cada página tenha tocado você de alguma forma — seja despertando ideias, sentimentos ou novos olhares. Nos vemos na próxima edição! E aproveita para seguir a gente nas redes sociais. A conversa continua por lá.

Com carinho,
Equipe ABA+



 @abamaisinfo

 www.abamais.com