



A MÁSCARA DA 'NORMALIDADE': COMPORTAMENTOS DE COPING E O CUSTO PSICOLÓGICO DA CAMUFLAGEM SOCIAL EM MULHERES COM TEA NÍVEL 1

ALINE BRANDÃO DO NASCIMENTO; ALINE RIBEIRO SOUSA

Introdução: O presente artigo visa explorar os aspectos ligados à camuflagem como uma estratégia de ajustamento social utilizada por mulheres com o Transtorno do Espectro Autista (TEA) Nível 1. Essas pessoas buscam imitar comportamentos que estão associados às expectativas estipuladas como neurotípicas, mascarando os sinais do autismo para se sentirem integradas. Todavia, tais comportamentos desencadeiam custos psicológicos como esgotamento mental, ansiedade e impacto na identidade, tornando-se relevante um acompanhamento terapêutico para essas mulheres. **Objetivo:** Esse artigo busca analisar os principais comportamentos ligados à camuflagem realizada por mulheres com TEA nível 1 de suporte na esfera social, entender os seus efeitos psicológicos e relatar a importância de intervenções terapêuticas personalizadas para atenuar seus impactos. **Material e Métodos:** Realizou-se uma revisão bibliográfica com artigos publicados entre 2014 e 2024, selecionados na base de dados Google Acadêmico. Foram considerados estudos que enfatizassem comportamentos de coping e o custo psicológico da camuflagem social em mulheres com TEA nível 1, destacando pesquisas quantitativas e qualitativas que descrevessem como esse processo é manifestado e suas implicações. **Resultados:** Nota-se o mascaramento e o coping como estratégias para se adequar aos ambientes e relações, utilizadas em razão do medo de falhar, decepcionar ou ser isolada. Muitas das vezes este recurso é utilizado sem percepção, e o fato de ser aceita socialmente e ter sucesso em ambiente de trabalho/acadêmico são reforçadores para esses comportamentos, gerando um desgaste psicológico para manter as aparências, uma vez que grande parte dos comportamentos são forjados. **Conclusão:** A pesquisa conclui que, a pressão pela execução do papel social feminino, na mulher com TEA nível 1, pode levar a desgastes psíquicos como burnout, ansiedade e depressão pelo medo de ser descoberta e perda da autenticidade, ou mesmo a fragmentação da identidade por já não saber quem é fora do papel que desempenha. Evidencia-se a melhor maneira para evitar esses custos psicológicos: a criação de espaços onde a camuflagem não seja necessária, com respeito pelas diferenças sensoriais e sociais de todos, incluindo a terapia voltada ao autoconhecimento e aceitação, associada a grupos de apoio para mulheres autistas, gerando identificação e troca.

Palavras-chave: **AUTISMO; MASCARAMENTO; DESGASTE**