


# Inventário de características autistas

Este questionário exploratório descreve as características autistas no adulto e aquilo que custam no dia a dia: comunicação, códigos sociais, sensorialidade, necessidade de previsibilidade, interesses intensos, camuflagem, sobrecarga e exaustão. Ajuda a preparar a entrevista quando se pondera uma avaliação de perturbação do espetro do autismo, e a identificar as situações que precisam de adaptações numa pessoa já diagnosticada.

| | |
|---|---|
| Número de perguntas | 28 perguntas |
| Duração estimada | 7 minutos |
| Idioma | Português |
| Nome original | Autistic Characteristics Inventory |
| Público-alvo | Adultos |
| Categoria | PEA |

## Pré-visualização das 28 perguntas

No dia a dia, com que frequência isto se aplica a si?

**Só mais tarde percebo que uma frase tinha outro sentido (ironia, insinuação, crítica velada).**

Nunca | Raramente | Algumas vezes | Frequentemente | Muito frequentemente

No dia a dia, com que frequência isto se aplica a si?

**Tenho dificuldade em perceber as regras implícitas de um grupo (no trabalho, na família, entre amigos).**

Nunca | Raramente | Algumas vezes | Frequentemente | Muito frequentemente

No dia a dia, com que frequência isto se aplica a si?

**O barulho de um sítio movimentado (restaurante, loja, escritório partilhado) leva-me a ir embora ou a isolar-me.**

Nunca | Raramente | Algumas vezes | Frequentemente | Muito frequentemente

No dia a dia, com que frequência isto se aplica a si?

**Uma mudança de planos inesperada (um compromisso que muda de hora, um trajeto alterado) desestabiliza-me muito.**

Nunca | Raramente | Algumas vezes | Frequentemente | Muito frequentemente

No dia a dia, com que frequência isto se aplica a si?

**Quando mergulho num assunto que me apaixona, esqueço-me de comer, de dormir ou de fazer uma pausa.**

Nunca | Raramente | Algumas vezes | Frequentemente | Muito frequentemente


### Aplique os seus questionários online

Envie um link ao seu paciente: responde no telemóvel ou no computador, e recebe os resultados cotados por email.

Ver o questionário em mentaal.org ›


## Cotação e interpretação

**Cotação**

Cada afirmação é cotada de 0 (nunca) a 4 (muito frequentemente), consoante a sua frequência no dia a dia. Cada domínio reúne 4 afirmações distribuídas pelo questionário, o que dá uma pontuação de 0 a 16.

**Leitura do perfil**

Não há pontuação global: os domínios são ordenados do mais ao menos acentuado, cada um com aquilo que abrange e os pontos a explorar em entrevista. Os domínios leem-se em dois tempos: as características propriamente ditas (comunicação, códigos sociais, sensorialidade, rotinas, interesses) e depois aquilo que custam à pessoa (camuflagem, sobrecarga e exaustão). Uma camuflagem e uma sobrecarga acentuadas apontam para adaptações no dia a dia e tempos de recuperação, seja qual for o diagnóstico.

**Precauções**

Uma ansiedade social, uma vivência traumática, uma perturbação da atenção ou uma depressão podem produzir um perfil semelhante; o diagnóstico de perturbação do espetro do autismo assenta numa avaliação especializada que reconstitui o desenvolvimento desde a infância. O questionário não explora as ideias suicidas, que podem acompanhar um burnout autista: devem ser investigadas em entrevista, sobretudo quando o domínio «Sobrecarga e exaustão» está acentuado.

**Limitações**

Este questionário exploratório não foi objeto de validação psicométrica e não tem pontos de corte. Serve de apoio à entrevista clínica e não estabelece diagnósticos.

**Exemplo de cotação**

**Cotação**

## Sobrecarga e exaustão 13 / 16

Necessidade de recuperar depois das interações, momentos de saturação (bloqueio, perda de controlo) e exaustão que chega às tarefas do dia a dia, como no burnout autista.

**A explorar:** os sinais que anunciam a saturação, os episódios de bloqueio ou de crise e os seus desencadeadores, um período de exaustão prolongada e o que o provocou, as formas de recuperar.

## Comunicação e conversa 9 / 16

Compreensão do implícito e da ironia, esforço exigido pelas conversas sem objetivo concreto ou em grupo, mal-entendidos.

**A explorar:** as situações de comunicação mais custosas (telefone, reuniões, conversas informais), os mal-entendidos recentes, o que ajuda (comunicação escrita, pedidos explícitos).

**Para aprofundar:** SRS-2, RAADS-R.

## Sensorialidade 9 / 16

Sensibilidade aos sons, às luzes, aos cheiros e às texturas, e perceção tardia dos sinais do corpo (fome, sede, frio).

**A explorar:** os sentidos envolvidos, os lugares evitados, as adaptações já em prática (auscultadores, óculos com lentes coloridas, roupa escolhida), a perceção da dor e do cansaço.

**Para aprofundar:** GSQ.

## Interesses intensos 7 / 16

Interesses intensos e absorventes, fontes de prazer e de conhecimento aprofundado, que podem passar à frente das necessidades do corpo e das obrigações.

**A explorar:** os interesses atuais e passados, o que trazem (prazer, tranquilidade, competência), o espaço que ocupam no dia e nas relações.

## Camuflagem 7 / 16

Esforços para esconder ou compensar as próprias características perante os outros: gestos tranquilizadores contidos, contacto visual forçado, interesses calados, reações de fachada.

**A explorar:** as situações em que a pessoa mais se esconde (trabalho, família, pessoas novas), a energia que isso lhe custa, os lugares e as pessoas com quem pode ser ela própria.

**Para aprofundar:** CAT-Q.

## Rotinas e previsibilidade 6 / 16

Necessidade de previsibilidade, hábitos tranquilizadores, custo dos imprevistos e das transições de uma atividade para outra.

**A explorar:** os hábitos que tranquilizam, os imprevistos mais desestabilizadores, o que ajuda (planeamento, aviso antecipado), a parte de ansiedade associada.

## Códigos sociais e relações 3 / 16

Regras implícitas dos grupos, incerteza sobre a natureza das relações, dificuldade em manter amizades, vulnerabilidade a abusos de confiança.

**A explorar:** as relações atuais (amizades, casal, trabalho), as experiências de rejeição, de troça ou de manipulação, o que a pessoa espera das relações.

**Para aprofundar:** SRS-2.

Até ao momento, não foram estabelecidos pontos de corte clínicos ou psicométricos validados para este teste. Os resultados devem, por isso, ser considerados indicadores exploratórios, destinados a apoiar a entrevista clínica, e não conclusões diagnósticas.


## É psicólogo?

Com o Mentaal, obtenha informações relevantes para acompanhar os seus pacientes.

- Testes padronizados
- Cotação automática
- Resultados recebidos por email

Experimentar gratuitamente | Ver todos os questionários

★★★★★

"A cotação automática poupa-me imenso tempo e os meus pacientes estão muito mais dispostos a preencher os questionários."

Mariana A. - Psicóloga online