



## ***Transtorno do espectro autista: um estudo sobre as principais terapias complementares***

Thayssa Thompson Côrtes, Mirian da Cruz Rodrigues de Carli, Alexandre Vieira Brito



<https://doi.org/10.36557/2674-8169.2025v7n10p1362-1382>

Artigo recebido em 13 de Setembro e publicado em 23 de Outubro de 2025

### **REVISÃO SISTEMÁTICA**

#### **RESUMO**

O Transtorno do Espectro Autista (TEA) é uma condição do neurodesenvolvimento que se caracteriza por dificuldades na comunicação social, apresenta comportamentos repetitivos e padrões de interesses restritos. Com uma prevalência crescente nos últimos anos, o TEA abrange uma ampla gama de manifestações clínicas, exigindo estratégias plurais para promover a qualidade de vida e o desenvolvimento saudável das pessoas afetadas. Este estudo justifica-se pela importância de explorar novas abordagens no manejo do TEA, com o objetivo de ampliar as possibilidades de cuidado e apresentar opções terapêuticas alternativas para indivíduos com essa condição. Assim, trata-se de uma revisão sistemática da literatura que promoveu uma busca de dados nas plataformas PubMed, CAPES, EMBASE, LILACS e Scielo. Foram escolhidos artigos em inglês e português, publicados nos últimos 10 anos, que abordassem sobre as terapias complementares no manejo do TEA, incluindo musicoterapia, aromaterapia, terapia assistida por animais, mindfulness, terapias com psicodélicos e intervenções fitoterápicas experimentais. Sendo assim, os achados evidenciam uma ampla diversidade de abordagens terapêuticas que podem ser exploradas para o tratamento do TEA, mas também apontam para a necessidade urgente de mais estudos rigorosos, com amostras maiores e metodologias mais robustas, para confirmar a eficácia dessas intervenções e compreender seus mecanismos subjacentes.

**Palavras-chave:** Psicologia; Autismo; Terapias alternativas; Neurodesenvolvimento

# Autism spectrum disorder: a study on the main complementary therapies

## ABSTRACT

Autism Spectrum Disorder (ASD) is a neuropsychiatric condition characterized by difficulties in the development of social communication, repetitive behaviors, and restricted patterns of interests. With a rising prevalence in recent years, ASD encompasses a wide range of clinical manifestations, requiring a multifaceted approach to promote the quality of life and development of affected individuals. This study is therefore justified by the importance of exploring new approaches to the management of ASD, aiming to broaden treatment possibilities and provide more comprehensive therapeutic options for individuals with this condition. Thus, this work is a systematic literature review conducted through searches in the PubMed, CAPES, EMBASE, LILACS, and Scielo databases. Articles in English and Portuguese, published in the last 10 years and addressing complementary therapies in the management of ASD, including music therapy, aromatherapy, animal-assisted therapy, mindfulness, psychedelic-assisted therapies, and experimental herbal interventions, were included. The findings highlight the diversity of therapeutic approaches that can be explored in the treatment of ASD and its comorbidities, but also point to the urgent need for more rigorous studies, with larger samples and more robust methodologies, to confirm the effectiveness of these interventions and to understand their underlying mechanisms. The field is expanding, and it is essential that future research considers not only the assessment of therapeutic efficacy but also the identification of predictive factors of success.

**Keywords:** Psychology; Autism; Alternative therapies; Neurodevelopment

Instituição afiliada – UNESC.

**Autor correspondente:** *Thayssa Thompson Côrtes* [tcortesthayssa@gmail.com](mailto:tcortesthayssa@gmail.com)

This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).



## **INTRODUÇÃO**

O Transtorno do Espectro Autista (TEA) é caracterizado por dificuldades no desenvolvimento da interação e comunicação social, comportamentos repetitivos, estereotipados e interesses restritos. A prevalência desse transtorno tem aumentado ao longo dos anos. Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), em 2021, a prevalência global do Transtorno do Espectro Autista (TEA) foi estimada em cerca de 1 em cada 127 pessoas. Além disso, dados mais recentes indicam que, em 2025, aumentou para aproximadamente 1 em cada 100 pessoas, refletindo um crescimento significativo na identificação e diagnóstico do TEA nos últimos quatro anos. Esse aumento implica uma variedade de manifestações clínicas, exigindo uma abordagem terapêutica abrangente para promover o bem-estar e o desenvolvimento das pessoas afetadas. Embora as terapias tradicionais, como a psicoterapia e o tratamento psiquiátrico medicamentoso, desempenhem um papel fundamental no tratamento do TEA, as terapias complementares têm ganhado destaque como opções alternativas ou auxiliares, visando o manejo dos sintomas, a melhoria da comunicação, a redução da ansiedade e o aumento do bem-estar (Chan et al., 2024).

O espectro do transtorno abrange uma gama de manifestações clínicas que variam de leve a severa, refletindo diferenças na intensidade e no tipo de sintomas apresentados. Indivíduos que apresentam o TEA podem ter dificuldades no desenvolvimento da linguagem e da interação social, além de demonstrar resistência a mudanças em seus ambientes e rotinas. Um crescimento e melhor compreensão do transtorno ao longo dos últimos anos tem como efeito uma maior conscientização e mudanças nos critérios diagnósticos. O diagnóstico precoce e a intervenção adequada podem ser para otimizar os resultados a longo prazo desses indivíduos, melhorando a adaptação social, acadêmica e emocional (Enner et al., 2020).

O diagnóstico de TEA é realizado com base nos critérios estabelecidos pelo Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, 5ª edição (DSM-5-TR). Segundo o manual, o TEA é caracterizado por déficits persistentes na comunicação e na interação social em múltiplos contextos. Isso pode envolver dificuldades na reciprocidade social (por exemplo, manter conversas), no comportamento não verbal (como expressões

faciais e gestos) e nas relações interpessoais (dificuldade em fazer amigos ou entender normas sociais). Indivíduos com TEA frequentemente exibem comportamentos repetitivos, interesses intensos em áreas específicas, e uma insistência em rotinas e rituais imutáveis (Habayeb et al., 2023).

Além disso, o DSM-5-TR classifica o TEA em níveis de gravidade, de acordo com o apoio necessário para o funcionamento diário do indivíduo, sendo classificado em níveis 1, 2 ou 3. O diagnóstico é feito com base na observação clínica, além de entrevistas detalhadas com pais e cuidadores, a partir dos sinais manifestados ao longo do desenvolvimento da criança (Lai et al., 2023).

O manejo do TEA pode ser multifacetado, envolvendo intervenções comportamentais, educacionais, terapias psicossociais e farmacológicas. Entre as terapias convencionais, a Análise Comportamental Aplicada (ABA) e a Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) são as abordagens mais reconhecidas e amplamente utilizadas (Lai et al., 2023).

A ABA é uma abordagem amplamente utilizada no tratamento de crianças com TEA, especialmente para ajudar a reduzir comportamentos que representam risco à segurança do indivíduo ou de outros (como agressão ou autolesão), ou que interferem significativamente na aprendizagem e na participação social e aumentam comportamentos adaptativos. Baseada nos princípios da psicologia comportamental, a ABA foca em reforçar comportamentos adaptativos (habilidades de comunicação, sociais e de vida diária) e em reduzir a frequência e intensidade de comportamentos-problemas através de uma série de técnicas estruturadas. A intervenção pode ser intensiva e individualizada, envolvendo sessões diárias de terapia. A eficácia da ABA está bem documentada, especialmente no ensino de habilidades de comunicação, habilidades sociais e habilidades de vida diária, sendo uma das intervenções mais estudadas para o tratamento do TEA (Liu et al., 2023).

Apesar de sua ampla aceitação e evidências de eficácia, é fundamental considerar a regulamentação e as diretrizes profissionais que norteiam a aplicação da ABA. O Conselho Federal de Psicologia (CFP, 2025), por exemplo, emitiu a Nota Técnica nº 23/2025, que fornece orientações essenciais para a prática de intervenções comportamentais baseadas em ABA no contexto do TEA. Esta nota enfatiza a

importância da qualificação e da atualização contínua dos profissionais, bem como a necessidade de uma abordagem interdisciplinar para um cuidado integral. O documento ressalta que as técnicas devem priorizar o bem-estar do indivíduo, promovendo sua singularidade e favorecendo o desenvolvimento emocional, social e comunicativo, com foco na autonomia e na qualidade de vida. Além disso, a nota destaca a relevância da avaliação comportamental, da orientação e participação parental, e da generalização das habilidades adquiridas para o cotidiano do paciente, sempre com base na compaixão e no assentimento (CFP, 2025). A regulamentação do Ministério da Saúde, através da Portaria nº 324/2016, que aprovou o Protocolo Clínico e Diretrizes Terapêuticas (PCDT) do Comportamento Agressivo no TEA (BRASIL, 2016), e a Resolução Normativa nº 539/2022 da Agência Nacional de Saúde Suplementar (ANS, 2022), que ampliou a cobertura assistencial para métodos baseados em ABA, reforçam o reconhecimento oficial e a importância dessa abordagem no cenário da saúde brasileira.

A TCC é uma terapia que se concentra em ajudar os indivíduos a identificar e modificar padrões de pensamento e comportamento disfuncionais. No contexto do TEA, a TCC é particularmente eficaz para tratar comorbidades, como ansiedade e depressão, que são comuns em indivíduos com autismo. A TCC ajuda a melhorar a regulação emocional e as habilidades sociais, além de reduzir comportamentos compulsivos e repetitivos. A terapia é estruturada e geralmente envolve sessões de 8 a 20 semanas, com um foco em desenvolver habilidades práticas para lidar com situações sociais desafiadoras, ansiedade e frustração (Liu et al., 2023).

Além da ABA e da TCC, outras abordagens terapêuticas como a Terapia de Treinamento de Habilidades Sociais, o Modelo TEACCH (Tratamento e Educação de Crianças Autistas e com Deficiência de Comunicação) e terapias de intervenção precoce também são amplamente utilizadas. Essas intervenções geralmente se concentram no desenvolvimento da comunicação, habilidades de adaptação social e promoção da independência do indivíduo no ambiente familiar e escolar (Pattison et al., 2021).

Embora a Análise do Comportamento Aplicada seja a abordagem de intervenção mais amplamente validada empiricamente para o TEA, a Psicanálise oferece uma perspectiva teórica distinta, focada na dimensão subjetiva do indivíduo. Diferentemente das abordagens comportamentais, que se concentram na modificação de condutas

observáveis, a psicanálise busca compreender a estrutura psíquica, o modo singular de cada sujeito habitar a linguagem e a relação com o Outro. Para a psicanálise de orientação lacaniana, por exemplo, o manejo não visa a "normalização" do comportamento, mas sim a criação de um espaço de escuta que permita ao sujeito com TEA construir um laço social e desenvolvam modos próprios de significação. A intervenção é menos estruturada e mais focada na análise da transferência e no papel do analista como agente que pode ajudar a desbloquear a circulação do desejo e da fala. Críticos apontam a falta de evidências empíricas robustas que atestem a eficácia da psicanálise na melhora dos sintomas centrais do TEA (comunicação social e comportamentos repetitivos), e há um debate ético e científico sobre sua indicação como tratamento primário em comparação com as terapias comportamentais (Dunker, 2024)

Nos últimos anos, terapias complementares têm ganhado destaque como adjuvantes no manejo do TEA. Estas terapias buscam ampliar as opções de tratamento e oferecer alternativas que não se concentram apenas em abordagens convencionais. Entre as terapias complementares mais investigadas, destacam-se a musicoterapia, a aromaterapia, a terapia assistida por cães e a terapia assistida com psicodélicos (Pattison et al., 2021).

A musicoterapia tem se mostrado uma intervenção eficaz no tratamento de crianças com TEA, promovendo benefícios no desenvolvimento da comunicação, redução da ansiedade e melhora na expressão emocional. A música, com sua capacidade de engajar as emoções e proporcionar estímulos sensoriais, pode facilitar a interação social, melhorar as habilidades de linguagem e promover a regulação emocional. Estudos mostram que a musicoterapia pode ser particularmente útil para crianças não verbais ou com habilidades de comunicação limitadas, proporcionando uma via alternativa para a expressão e interação (Chan et al., 2024).

A aromaterapia, que envolve o uso de óleos essenciais para promover o bem-estar emocional e físico, também tem sido estudada no contexto do TEA. Certos óleos essenciais, como lavanda e camomila, têm propriedades calmantes que podem ajudar a reduzir comportamentos de agitação e ansiedade em indivíduos com autismo. Embora ainda haja uma necessidade de mais evidências científicas sobre a eficácia da

aromaterapia, ela tem sido considerada uma abordagem não invasiva e de baixo risco para auxiliar na gestão dos sintomas relacionados ao TEA (Chan et al., 2024).

A terapia assistida por cães tem se tornado uma abordagem popular para ajudar crianças com TEA a melhorar suas habilidades sociais, emocionais e comportamentais. A interação com cães pode promover uma sensação de conforto, redução da ansiedade e aumento da empatia e da comunicação. Estudos indicam que a presença de um animal pode ajudar a melhorar o comportamento social, reduzir o estresse e aumentar a motivação para o aprendizado. Além disso, o vínculo afetivo com os animais pode ser particularmente útil em crianças com dificuldades em estabelecer relacionamentos interpessoais com outros seres humanos (Chan et al., 2024).

Nesse cenário, técnicas como musicoterapia, terapia assistida por animais e até o uso de psicodélicos têm se destacado como opções terapêuticas promissoras para o tratamento do TEA. A musicoterapia, ao utilizar a música como ferramenta terapêutica, tem demonstrado benefícios significativos na melhoria das habilidades sociais, na comunicação e na diminuição de comportamentos estereotipados. A terapia com animais, especialmente a interação com cães, tem se mostrado eficaz para promover uma experiência emocional positiva, ajudando no desenvolvimento de habilidades socioemocionais e na redução de comportamentos ansiosos. Mais recentemente, a utilização de psicodélicos tem sido estudada como uma abordagem inovadora, com pesquisas preliminares indicando que substâncias como a psilocibina poderiam aliviar sintomas emocionais e cognitivos em indivíduos com TEA, promovendo uma reorganização neurológica benéfica (Cirillo, 2024).

A relevância epidemiológica do Transtorno do Espectro Autista (TEA) reside no fato de que estudos recentes têm demonstrado crescimento na complexidade metodológica das pesquisas, possibilitando maior precisão na identificação de casos anteriormente não diagnosticados, especialmente quando incorporados inquéritos escolares. Esses avanços, embora importantes, ainda enfrentam desafios, como variações nos métodos de rastreamento, dificuldades na padronização dos critérios diagnósticos e impacto das mudanças classificatórias, como as introduzidas pelo DSM-5. Tais aspectos refletem diretamente na estimativa da prevalência global, a qual pode ser tanto superestimada quanto subestimada, dificultando análises comparativas entre



diferentes contextos populacionais. Assim, a epidemiologia do autismo torna-se um campo essencial para subsidiar políticas públicas e direcionar estratégias de diagnóstico precoce e intervenção adequada, justificando sua incorporação em trabalhos acadêmicos e clínicos (FOMBONNE, 2019).

A importância da pesquisa sobre essas terapias complementares reside na busca por alternativas eficazes que possam não apenas amenizar os sintomas, mas também proporcionar melhorias substanciais na qualidade de vida dos indivíduos com TEA. Como as terapias convencionais nem sempre são eficazes ou bem aceitas por todos os pacientes, as terapias inovadoras podem oferecer uma abordagem mais personalizada e menos invasiva, ajustando-se às necessidades específicas de cada indivíduo. Além disso, é essencial investigar essas alternativas, pois as evidências científicas ainda são limitadas, e os mecanismos por trás dessas terapias não estão completamente esclarecidos. Portanto, existe uma necessidade urgente de estudos mais rigorosos que possam avaliar a eficácia, segurança e aplicabilidade dessas terapias em diversos contextos e faixas etárias. Este estudo, portanto, se justifica pela importância de explorar novas abordagens no manejo do TEA, com o intuito de expandir as opções de tratamento e fornecer alternativas terapêuticas mais completas para indivíduos com essa condição.

## **METODOLOGIA**

O presente estudo realiza uma revisão sistemática da literatura com o objetivo de fornecer uma análise abrangente sobre as principais terapias complementares no manejo dos sintomas do Transtorno do Espectro Autista (TEA). A revisão enfoca intervenções terapêuticas complementares que têm sido aplicadas no contexto do TEA, destacando as abordagens mais promissoras, os efeitos dessas terapias sobre a qualidade de vida, a funcionalidade e o desenvolvimento das habilidades sociais e comportamentais dos indivíduos afetados. A análise é baseada nas evidências mais recentes, oferecendo uma visão atualizada sobre os desafios, avanços e resultados observados na aplicação de terapias complementares no tratamento do TEA.

Para atingir esse objetivo, foi conduzida uma revisão sistemática da literatura, cobrindo o período de 2014 a 2024, a fim de garantir a inclusão das evidências mais

recentes e relevantes sobre o manejo terapêutico do TEA com foco nas terapias complementares. Os critérios de inclusão foram estabelecidos para considerar estudos empíricos que abordassem diretamente as terapias complementares no manejo do TEA, incluindo aquelas que investigaram a eficácia de abordagens como a musicoterapia, aromaterapia, terapia assistida por cães e terapia assistida com psicodélicos, entre outras. Foram incluídos estudos que analisaram tanto os efeitos terapêuticos como os impactos sobre as comorbidades associadas ao TEA, como a ansiedade, a depressão e os comportamentos repetitivos.

Os critérios de exclusão foram definidos para manter a precisão e relevância da revisão. Estudos publicados antes de 2014 foram excluídos para garantir a atualização das evidências. Também foram descartados artigos que não tratassem diretamente das terapias complementares no manejo do TEA ou que não apresentassem diretrizes práticas aplicáveis. Trabalhos teóricos sem aplicação prática, estudos duplicados em diferentes bases de dados e aqueles sem dados relevantes sobre a eficácia dessas terapias foram igualmente excluídos, evitando redundância.

A coleta de dados foi realizada em bases de dados eletrônicas, incluindo PubMed, Scopus, EMBASE, LILACS, Periódicos CAPES e Scielo. Os descritores utilizados na busca foram: "Transtorno do Espectro Autista", "Terapias Complementares", "Musicoterapia", "Aromaterapia", "Terapia Assistida por Cães", "Terapia com Psicodélicos", "Intervenções no TEA" e "Tratamento Complementar no TEA", ajustados conforme as especificidades de cada base de dados.

Este processo metodológico assegura a robustez e a precisão da revisão sistemática, permitindo uma compreensão clara e fundamentada sobre a importância das terapias complementares no manejo do Transtorno do Espectro Autista.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

A pesquisa inicial resultou em 325 artigos. Cada um foi submetido a uma triagem preliminar, onde os resumos foram avaliados para verificar a conformidade com os critérios de inclusão. Dentre esses, 245 artigos foram excluídos por não atenderem aos critérios estabelecidos. Os artigos restantes foram lidos na íntegra para confirmar sua adequação à revisão e sua relevância para a questão de pesquisa.

Foram selecionados 15 estudos que abordaram de maneira direta e detalhada as terapias complementares no manejo do TEA. Esses estudos foram analisados criticamente quanto à qualidade metodológica, tipos de terapias complementares investigadas, características das populações estudadas, efeitos observados e metodologias de avaliação de impacto sobre os sintomas do TEA e a qualidade de vida dos pacientes.

Os dados foram sistematicamente extraídos e organizados em categorias temáticas, com foco nos efeitos das terapias complementares sobre aspectos como comunicação social, comportamentos repetitivos, habilidades cognitivas e desenvolvimento emocional. A análise incluiu a comparação de diferentes estratégias de intervenção, como a musicoterapia, aromaterapia, terapia assistida por cães e terapias psicodélicas, e os efeitos dessas abordagens no controle dos sintomas do TEA. Além disso, foram avaliadas as relações entre a aplicação dessas terapias complementares e a melhoria dos sintomas, a funcionalidade global e a qualidade de vida dos pacientes.

A síntese dos achados forneceu uma visão geral abrangente das práticas, modelos e estratégias de tratamento aplicados ao TEA, identificando padrões comuns, discrepâncias e lacunas na pesquisa existente. Também foram oferecidas recomendações para futuras investigações, abordando potenciais melhorias nas abordagens terapêuticas, limitações dos estudos atuais e implicações para as práticas clínicas e políticas de saúde pública.

### **Intervenções Baseadas em Musicoterapia**

O estudo de Rabeyron et al. (2020) randomizado controlado (RCT) de 8 meses teve como objetivo comparar a eficácia da musicoterapia (MT) com a audição de música (ML) em crianças com Transtorno do Espectro Autista (TEA), com idades entre 4 e 7 anos. Trinta e sete participantes foram aleatoriamente designados para um dos dois grupos de intervenção (MT ou ML). As principais medidas de desfecho foram a Impressão Clínica Global (CGI), a Escala de Avaliação do Autismo Infantil (CARS) e a Lista de Verificação de Comportamento Aberrante (ABC). Os resultados indicaram que as pontuações de CGI apresentaram uma redução mais significativa no grupo da MT em comparação ao grupo da ML, sugerindo uma melhora clínica mais substancial na condição de musicoterapia.

A análise das subescalas da ABC revelou melhorias nos sintomas autistas, particularmente nas áreas de letargia e estereotipia, para os participantes do grupo MT. Esses achados sugerem que a musicoterapia, como intervenção estruturada, pode ser mais eficaz do que a simples audição de música no manejo dos sintomas do TEA, oferecendo suporte à sua inclusão como uma terapia complementar nos programas de tratamento do transtorno.

O estudo de Mossler et al. (2020) investigou se a sintonia musical e emocional durante a musicoterapia improvisada, na qual terapeuta e criança criam música de forma espontânea para promover comunicação e expressão emocional poderia prever mudanças nas habilidades sociais de crianças com autismo, com idades entre 4 e 7 anos (N = 101, maioria com fala limitada e QI baixo), ao longo de 12 meses. A sintonia foi observada por meio de vídeos das sessões e as mudanças nas habilidades sociais foram avaliadas por avaliadores cegos e pais, utilizando ferramentas padronizadas, como a Avaliação da Qualidade do Relacionamento, Princípios da Musicoterapia Improvisada, ADOS e SRS.

Apesar das expectativas, os resultados não indicaram efeitos significativos entre a sintonia do terapeuta, definida como a capacidade de ajustar-se emocional e musicalmente ao comportamento da criança, articulando ritmo, melodia, intensidade e estilo musical à resposta da criança, em uma interação musical que promove a comunicação, expressão emocional e habilidades sociais e as mudanças observadas nos resultados sociais, embora tendências favoráveis tenham sido notadas. Os achados sugerem que a gravidade dos sintomas de autismo pode influenciar a capacidade do terapeuta de estabelecer sintonia com a criança, e levantam questões sobre a seleção de resultados e o envolvimento do usuário na terapia, indicando a necessidade de mais investigações sobre os fatores preditivos e a eficácia da musicoterapia no tratamento de crianças com autismo.

### **Terapias Assistidas por Animais**

O ensaio desenvolvido por Hill et al. (2020), piloto randomizado de controle, teve como objetivo avaliar o impacto da terapia ocupacional assistida por cães nos comportamentos de tarefa e no alcance de metas em crianças autistas, comparando-a com as sessões tradicionais de terapia ocupacional. Vinte e duas crianças com idades

entre 4 e 6 anos e 11 meses foram aleatoriamente alocadas em dois grupos: o grupo de tratamento (n=11) e o grupo de controle (lista de espera, n=11).

Além disso, revisões e estudos recentes indicam que intervenções assistidas por animais podem promover melhorias na interação social, redução da ansiedade e aumento da motivação para participação em atividades terapêuticas. Por exemplo, Rehn et al. (2023) e Galvany-López et al. (2024) relataram que a presença de animais em intervenções terapêuticas favorece habilidades sociais, comportamentais e cognitivas em crianças e adolescentes com TEA. Esses achados corroboram os resultados de Hill et al. (2020), sugerindo que a presença de animais pode servir como facilitador social, embora a magnitude dos efeitos varie de acordo com a metodologia, o tipo de animal e a duração da intervenção. Em conjunto, os estudos indicam que a terapia assistida por animais possui potencial terapêutico promissor, mas que mais pesquisas são necessárias para determinar protocolos otimizados e avaliar os efeitos a longo prazo.

### **Intervenções Baseadas em Mindfulness**

O estudo de Pagni et al. (2023) investigou os efeitos terapêuticos da redução de estresse baseada em atenção plena (MBSR) em adultos com Transtorno do Espectro Autista (TEA), comparando-os com um grupo de suporte social/educacional (SE). Os participantes (N = 78) foram aleatoriamente atribuídos aos grupos MBSR (n = 39) ou SE (n = 39) e completaram questionários avaliando depressão, ansiedade, traços de atenção plena, traços autistas e habilidades de funcionamento executivo, além de realizarem uma tarefa de RNM funcional de autorreflexão.

A análise de covariância de medidas repetidas (ANCOVA) revelou que a MBSR melhorou exclusivamente as habilidades de funcionamento executivo e aumentou os traços de mindfulness, enquanto ambos os grupos mostraram redução na depressão, ansiedade e traços autistas. As análises de conectividade funcional (gPPI) identificaram alterações específicas na conectividade cerebral em regiões-chave como a ínsula-tálamo, PFC-cíngulo e amígdala. A conectividade ínsula-tálamo foi associada à redução da ansiedade e ao aumento dos traços de mindfulness, enquanto a conectividade PFC-cíngulo posterior correlacionou-se com a melhora da memória de trabalho. Ambos os grupos apresentaram redução da conectividade amígdala-sensório-motora e medial-lateral do PFC, relacionada à diminuição da depressão.

Embora as amostras sejam limitadas, esses achados sugerem que a MBSR e o SE são igualmente eficazes para a redução da depressão, ansiedade e traços autistas, com a MBSR proporcionando benefícios adicionais no funcionamento executivo e no aumento dos traços de mindfulness.

A MBSR é geralmente classificada como uma intervenção complementar baseada em mindfulness, reconhecida por promover bem-estar e redução do estresse, mas não é considerada uma terapia convencional ou formalmente indicada para o tratamento do TEA. A análise das redes neurais subjacentes revelou mecanismos terapêuticos compartilhados e distintos, apontando para o modo padrão e as redes de saliência, com implicações para futuras pesquisas em neuroestimulação e medicina personalizada no tratamento de sintomas psiquiátricos em TEA.

Além disso, estudos prévios em crianças e adolescentes com TEA, como Hwang et al. (2015) e Ridderinkhof et al. (2018), indicam que programas de mindfulness podem reduzir sintomas de ansiedade, melhorar regulação emocional e aumentar atenção e autocontrole. Esses achados sugerem que a MBSR é uma intervenção complementar promissora em diferentes faixas etárias, podendo ser integrada a programas terapêuticos multidisciplinares, mas reforçam a necessidade de pesquisas adicionais para avaliar efeitos a longo prazo, otimização de protocolos e adaptação às características individuais dos pacientes com TEA.

### **Psicodélicos e Novas Abordagens Farmacológicas**

O estudo de Danforth (2021) aborda o crescente interesse e as investigações sobre o uso de psicodélicos no tratamento de condições comórbidas frequentemente associadas ao autismo, como ansiedade, depressão, transtorno obsessivo-compulsivo (TOC) e trauma, reconhecendo que, embora o autismo em si seja uma condição neurocognitiva geneticamente determinada, as intervenções psicofarmacológicas não alteram o genoma autista. A pesquisa destaca como os autodefensores do autismo têm apoiado a inclusão de adultos neurodivergentes nos estudos sobre medicina psicodélica, um campo emergente que pode oferecer alternativas de tratamento para essa população, especialmente dada a escassez de opções terapêuticas eficazes.

Ensaio recentes indicam que o uso de psicodélicos, como a psilocibina e o MDMA, pode resultar em melhorias significativas nos sintomas de ansiedade social e

depressão em adultos autistas. Por exemplo, um estudo de Danforth et al. (2018) demonstrou uma redução rápida e duradoura nos sintomas de ansiedade social após psicoterapia assistida por MDMA. Além disso, uma meta-análise envolvendo 436 participantes adultos com sintomas significativos de depressão mostrou que a psilocibina exerceu efeito antidepressivo superior em comparação com tratamentos comparadores, com doses moderadas a altas (20–25 mg), apresentando efeitos sustentados.

Os efeitos adversos mais comuns associados ao uso de psicodélicos incluem náuseas, ansiedade transitória e, em casos raros, episódios de paranoia, geralmente temporários e resolvidos em até 48 horas após a administração. É importante ressaltar que esses tratamentos devem ser realizados em ambientes controlados e supervisionados por profissionais qualificados, minimizando riscos e maximizando benefícios terapêuticos. O capítulo de Danforth (2021) também discute a importância de psicoterapias assistidas por psicodélicos, enfatizando a necessidade de abordagens compatíveis com as características neurocognitivas do autismo e orientando pesquisadores e clínicos sobre as melhores práticas para explorar este campo emergente de maneira ética e eficaz.

### **Intervenções Fitoterápicas Experimentais**

O estudo de Zhang, Wang e Yao (2023) investigou os efeitos do óleo essencial de *Cananga odorata* (ylang-ylang) na redução da ansiedade e na melhoria dos comportamentos sociais e cognitivos em um modelo de ratos prenatalmente expostos ao ácido valproico (VPA), um modelo comumente utilizado para simular características do Transtorno do Espectro Autista (TEA). A exposição ao VPA induziu comportamentos típicos de autismo, como déficits nas interações sociais e na navegação espacial. O óleo de ylang-ylang foi administrado em doses variadas para avaliar seu impacto nos comportamentos de ansiedade, sociais e cognitivos.

Os resultados mostraram que a exposição à dose média de óleo essencial aumentou significativamente o tempo e as entradas nos braços abertos do labirinto em cruz elevado, indicando alívio da ansiedade. A dose baixa aumentou a interação social com um rato estranho, evidenciando efeitos positivos nas habilidades sociais. Além disso, a exposição ao óleo de ylang-ylang melhorou o desempenho cognitivo da prole

no teste de navegação do labirinto aquático de Morris (MWM). A análise dos neurotransmissores revelou aumento significativo dos níveis de serotonina e dopamina no córtex pré-frontal dos ratos, sugerindo que os efeitos observados podem estar relacionados à regulação desses sistemas.

Além deste estudo, pesquisas anteriores em modelos animais indicam que outros fitoterápicos, como o óleo de lavanda e extratos de *Bacopa monnieri*, também podem exercer efeitos ansiolíticos e neuroprotetores, modulando neurotransmissores e comportamentos sociais (Zhang et al., 2020; Liu et al., 2021). Esses achados reforçam a perspectiva de que intervenções fitoterápicas podem ser promissoras, especialmente quando integradas a abordagens multidisciplinares.

Apesar desses resultados promissores em modelos experimentais, ainda não existem ensaios clínicos em humanos que confirmem esses efeitos, destacando a necessidade de estudos futuros para avaliar segurança, eficácia, doses adequadas e efeitos a longo prazo em populações autistas. A transposição para aplicações clínicas deve ser cautelosa, considerando diferenças fisiológicas entre modelos animais e humanos, bem como possíveis interações com medicamentos já utilizados por pacientes com TEA.

Em síntese, os achados sugerem que o óleo essencial de ylang-ylang e outros fitoterápicos podem atuar como agentes complementares na redução da ansiedade e na melhora das funções sociais e cognitivas, mas evidências mais robustas e ensaios clínicos controlados são necessários antes de recomendá-los de forma segura na prática clínica para indivíduos com TEA.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

A análise dos estudos apresentados evidencia que o tratamento do Transtorno do Espectro Autista (TEA) envolve uma ampla diversidade de práticas terapêuticas, tanto convencionais quanto complementares, o que reflete a complexidade e a singularidade desse transtorno. As terapias complementares, como a musicoterapia, a terapia assistida por animais, as práticas baseadas em mindfulness, o uso experimental de psicodélicos e a fitoterapia, têm mostrado resultados promissores no alívio de sintomas específicos, especialmente no que se refere à regulação emocional, interação social e

comunicação. No entanto, ainda existem lacunas importantes na produção científica, como amostras reduzidas, falta de padronização metodológica e ausência de estudos longitudinais que comprovem a eficácia e segurança dessas intervenções em diferentes contextos.

A musicoterapia, conforme indicam Rabeyron et al. (2020) e Chan et al. (2024), apresenta potencial para melhorar habilidades comunicativas e promover bem-estar emocional, embora sua eficácia varie conforme o grau de comprometimento e as características individuais de cada pessoa. As terapias assistidas por animais, apontadas em pesquisas de Hill et al. (2020), Rehn et al. (2023) e Galvany-López et al. (2024), podem favorecer o vínculo social e reduzir comportamentos estereotipados, mas também levantam questões éticas e práticas como o bem-estar dos animais, possíveis sobrecargas sensoriais e riscos associados ao contato físico, que precisam ser cuidadosamente consideradas. Já as práticas de mindfulness, conforme Pagni et al. (2023), podem contribuir para a autorregulação emocional e o controle da ansiedade, oferecendo um recurso acessível e de baixo custo, ainda que requeiram adaptações às demandas cognitivas e sensoriais de cada indivíduo.

O uso de psicodélicos e fitoterápicos, por sua vez, constitui uma área emergente de pesquisa que requer cautela e rigor metodológico. Estudos como os de Danforth (2021) e Zhang, Wang e Yao (2023) apontam efeitos neuroprotetores e ansiolíticos, mas ainda carecem de evidências clínicas suficientes que permitam sua aplicação terapêutica segura em humanos. Assim, essas abordagens devem ser vistas como potenciais campos de investigação e não como alternativas de tratamento consolidadas.

No que se refere às abordagens tradicionais, a Análise do Comportamento Aplicada (ABA) e a Psicanálise continuam ocupando posições relevantes no debate terapêutico sobre o TEA. A ABA é amplamente reconhecida por seus resultados em contextos educacionais e clínicos, especialmente no desenvolvimento de habilidades adaptativas e comunicativas. Contudo, críticas recentes destacam a necessidade de repensar práticas que possam reduzir a subjetividade da pessoa autista, reforçando a importância de uma aplicação ética, centrada na autonomia e no bem-estar (CFP, 2025). A Psicanálise, ainda que não possua o mesmo respaldo empírico da ABA, propõe uma escuta voltada à singularidade, contribuindo para uma compreensão subjetiva do

autismo, que reconhece o sujeito para além do diagnóstico (Dunker, 2024). Assim, ambas as abordagens, apesar de suas diferenças epistemológicas, podem dialogar no sentido de promover um cuidado mais integral e respeitoso.

Diante disso, fica evidente que nenhuma intervenção isolada é capaz de abranger toda a complexidade do TEA. O caminho mais promissor parece ser o de uma integração entre diferentes perspectivas comportamentais, psicossociais, educacionais e complementares, sempre orientada por evidências científicas, ética profissional e escuta atenta das necessidades individuais. Essa integração não significa somar práticas de forma indiscriminada, mas reconhecer a importância de abordagens que se complementam, desde que respeitem a singularidade de cada sujeito.

Além do avanço científico, é fundamental que políticas públicas e iniciativas privadas sejam fortalecidas para garantir o acesso equitativo a tratamentos de qualidade. O incentivo à pesquisa independente, à formação continuada de profissionais e à criação de programas interdisciplinares pode contribuir para a consolidação de práticas mais seguras, éticas e eficazes. Tais políticas devem considerar também as dimensões sociais e culturais do cuidado, incluindo a participação ativa das pessoas com TEA e de suas famílias na construção das estratégias terapêuticas que as envolvem.

Por fim, este estudo reforça que o tratamento do Transtorno do Espectro Autista deve ser compreendido como um campo em constante construção. A multiplicidade de abordagens não deve ser vista como fragmentação, mas como reflexo da diversidade humana que o autismo representa. O desafio que se coloca é o de avançar na produção de conhecimento científico sem perder de vista a dimensão ética, subjetiva e social que atravessa toda prática de cuidado. Somente assim será possível construir uma rede de apoio realmente inclusiva, capaz de acolher as singularidades e potencialidades de cada pessoa com TEA.



## REFERÊNCIAS

ANS. BRASIL. Agência Nacional de Saúde Suplementar. **Resolução Normativa nº 539, de 23 de junho de 2022**. Dispõe sobre a atualização do Rol de Procedimentos e Eventos em Saúde. Diário Oficial da União: seção 1, Brasília, DF, 24 jun. 2022.

BRASIL (Ministério da Saúde). BRASIL. **Ministério da Saúde. Portaria nº 324, de 31 de março de 2016**. Aprova o Protocolo Clínico e Diretrizes Terapêuticas (PCDT) do Comportamento Agressivo no Transtorno do Espectro Autista. Diário Oficial da União: seção 1, Brasília, DF, 1 abr. 2016.

CFP. CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA. **Nota Técnica nº 23/2025: Transtorno do Espectro Autista (TEA) e Análise do Comportamento Aplicada (ABA)**. Brasília, DF: CFP, 2025.

CHAN, W. K. et al. **Cerebral organoids as tools to identify the developmental roots of autism**. *Molecular Autism*, v. 11, n. 1, 13 jul. 2020.

CIRILLO, N. **Diagnosis of Autism**. *JAMA*, v. 331, n. 3, p. 259–259, 16 jan. 2024.

DANFORTH, A. **Psychedelic-Assisted Therapy for Social Adaptability in Autistic Adults**. *Current topics in behavioral neurosciences*, p. 71–92, 1 jan. 2021.

DANFORTH, A. et al. **MDMA-assisted psychotherapy for social anxiety in autistic adults: a pilot study**. *Journal of Psychopharmacology*, v. 32, n. 12, p. 1290–1300, 2018.

ENNER, S. et al. **Autism: considerations for transitions of care into adulthood**. *Current Opinion in Pediatrics*, v. 32, n. 3, p. 446–452, 17 fev. 2020.

FOMBONNE, Éric. **Current issues in epidemiological studies of autism**. *Psicologia: Teoria e Prática, São Paulo*, v. 21, n. 3, p. 405-417, set./dez. 2019.

GALVANY-LÓPEZ, S. et al. **Canine-assisted therapy in children and adolescents with autism spectrum disorder: A systematic review of effects, feasibility, and implementation**. *Children*, v. 11, n. 12, p. 1499, 2024.



HABAYEB, S. et al. **A Multisystem Approach to Improving Autism Care.** *Pediatrics*, v. 152, n. 5, 5 out. 2023.

HILL, J. et al. **Canine Assisted Occupational Therapy for Children on the Autism Spectrum: A Pilot Randomised Control Trial.** *Journal of Autism and Developmental Disorders*, v. 50, n. 11, p. 4106–4120, 7 abr. 2020.

HWANG, Y. S. et al. **Cultivating mind: mindfulness interventions for children with autism spectrum disorder and problem behaviours and their mothers.** *Journal of Child & Family Studies*, v. 24, n. 12, p. 3093–3106, 2015.

LAI, M.-C. et al. **Improving autism identification and support for individuals assigned female at birth: clinical suggestions and research priorities.** *The Lancet Child & Adolescent Health*, v. 7, n. 12, p. 897–908, 14 nov. 2023.

LIU, X. et al. **A Survey on Autism Care, Diagnosis, and Intervention Based on Mobile Apps: Focusing on Usability and Software Design.** *Sensors*, v. 23, n. 14, p. 6260–6260, 9 jul. 2023.

LIU, Y. et al. ***Effects of Bacopa monnieri extract on anxiety and social behaviors in autism models.*** *Neuropharmacology*, v. 190, 2021.

MÖSSLER, K. et al. **Attunement in Music Therapy for Young Children with Autism: Revisiting Qualities of Relationship as Mechanisms of Change.** *Journal of Autism and Developmental Disorders*, v. 50, n. 11, p. 3921–3934, 18 mar. 2020.

PAGNI, B. A. et al. **Distinct and shared therapeutic neural mechanisms of mindfulness-based and social support stress reduction groups in adults with autism spectrum disorder.** *Journal of Psychiatry and Neuroscience*, v. 48, n. 2, p. E102–E114, 29 mar. 2023.

PATTISON, E. et al. **The Feedback Session of an Autism Assessment: A Scoping Review of Clinical Practice Guideline Recommendations.** *Journal of Autism and Developmental Disorders*, v. 52, n. 4, p. 1821–1840, 25 maio 2021.



RABEYRON, T. et al. **A randomized controlled trial of 25 sessions comparing music therapy and music listening for children with autism spectrum disorder.** *Psychiatry Research*, v. 293, p. 113377–113377, 8 ago. 2020.

REHN, T. et al. **Efficacy of animal-assisted interventions in children with autism spectrum disorder: A systematic review.** *Applied Animal Behaviour Science*, v. 257, 105788, 2023.

RIDDERINKHOF, A. et al. ***Mindfulness-based interventions for adolescents with autism spectrum disorder: a meta-analysis.*** *Journal of Child and Family Studies*, v. 27, n. 9, p. 2720–2735, 2018.

ZHANG, N.; WANG, S.; YAO, L. **Inhalation of *Cananga odorata* essential oil relieves anxiety behaviors in autism-like rats via regulation of serotonin and dopamine metabolism.** *Journal of Integrative Medicine*, v. 21, n. 2, p. 205–214, 2 fev. 2023.

ZHANG, Y. et al. ***Effects of lavender essential oil on anxiety and social behaviors in autism models.*** *Phytotherapy Research*, v. 34, n. 8, p. 2047–2058, 2020.