www.revistaft.com.br

Revista FT | ISSN 1678-0817 | v. 30, n. 159, 2026 | DOI: 10.69849/ahxb5z33

Impactos neurocognitivos da camuflagem social em mulheres autistas

Neurocognitive impacts of masking in autistic woman

Camila Santos Hernandes[1]

Resumo

A camuflagem social no Transtorno do Espectro Autista (TEA) consiste no uso deliberado ou automatizado de estratégias para mascarar, compensar ou dissimular características autísticas em contextos sociais, sendo particularmente prevalente e custosa entre mulheres. O presente estudo constitui uma revisão bibliográfica narrativa de natureza qualitativa, cujo objetivo é analisar os impactos neurocognitivos da camuflagem social em mulheres autistas, considerando seus efeitos sobre o funcionamento cognitivo, emocional e adaptativo. A busca foi realizada nas bases PubMed, SciELO e PsycINFO, com descritores em português e inglês, priorizando estudos empíricos, revisões sistemáticas e artigos teóricos publicados nos últimos dez anos. Os resultados indicam que mulheres autistas recorrem predominantemente a estratégias de compensação, cognitivamente mais complexas do que o mascaramento generalizado observado em homens, o que contribui para perfis clínicos menos evidentes e para o diagnóstico tardio. Evidências de neuroimagem funcional demonstram que maiores níveis de camuflagem compensatória associam-se à hiperativação do córtex pré-frontal ventromedial e a padrões de hiperconectividade entre a Default Mode Network e redes de controle, caracterizando uma forma de compensação neural com custos psicológicos significativos. Embora melhores funções executivas, especialmente planejamento, monitoramento e flexibilidade cognitiva predizem maior uso de estratégias de camuflagem, seu emprego crônico resulta em sobrecarga neurocognitiva, manifestada por fadiga mental, dificuldades de concentração e burnout autista. Conclui-se que a camuflagem social representa um esforço adaptativo de alto custo, associado a maiores índices de ansiedade, depressão e ideação suicida, com implicações diretas para as práticas diagnósticas e clínicas voltadas a mulheres autistas.

Palavras-Chave: TEA; Camuflagem Social; Funções Executivas.

Abstract

Social camouflaging in Autism Spectrum Disorder (ASD) consists of the deliberate or automated use of strategies to mask, compensate for, or conceal autistic characteristics in social contexts, and is particularly prevalent and burdensome among women. This study is a qualitative narrative

[1] Praia Grande, SP. Brasil - https://orcid.org/0009-0009-1322-7849

literature review aimed at analyzing the neurocognitive impacts of social camouflaging in autistic women, considering its effects on cognitive, emotional, and adaptive functioning. The literature search was conducted in the PubMed, SciELO, and PsycINFO databases using Portuguese and English descriptors, prioritizing empirical studies, systematic reviews, and theoretical articles published within the last ten years. The findings indicate that autistic women predominantly rely on compensatory strategies, which are cognitively more complex than the generalized masking more commonly observed in autistic men. This contributes to less overt clinical presentations and delayed diagnosis. Functional neuroimaging evidence demonstrates that higher levels of compensatory camouflaging are associated with hyperactivation of the ventromedial prefrontal cortex and patterns of hyperconnectivity between the Default Mode Network (DMN) and cognitive control networks, characterizing a form of neural compensation accompanied by significant psychological costs. Although stronger executive functions—particularly planning, monitoring, and cognitive flexibility—predict greater use of camouflaging strategies, their chronic use results in neurocognitive overload, manifested by mental fatigue, impaired concentration, and autistic burnout. It is concluded that social camouflaging represents a high-cost adaptive effort associated with increased rates of anxiety, depression, and suicidal ideation, with direct implications for diagnostic practices and clinical interventions targeting autistic women.

Keywords: Autism Spectrum Disorder (ASD); Masking; Executive Functions.

1 Introdução

A camuflagem social em pessoas no espectro autista têm emergido como um construto central para compreender as discrepâncias entre manifestações clínicas, trajetórias diagnósticas e desfechos em saúde mental, sobretudo entre meninas e mulheres. Esse fenômeno refere-se ao uso deliberado ou automatizado de estratégias para mascarar, compensar ou dissimular características autísticas em contextos sociais, como imitar expressões faciais e gestos, seguir "roteiros" conversacionais e forçar contato visual, com o objetivo de parecer socialmente típica. Estudos têm sugerido que a camuflagem pode contribuir para o subdiagnóstico e o diagnóstico tardio de mulheres autistas, uma vez que seus esforços de adaptação tendem a ocultar sinais clínicos clássicos captados pelos instrumentos e critérios tradicionais. No contexto brasileiro, revisões recentes em língua portuguesa apontam que a camuflagem social constitui um dos principais fatores associados à invisibilização do autismo em mulheres e às barreiras para acesso oportuno a cuidados especializados.

A literatura internacional indica que a camuflagem é particularmente frequente e intensa em mulheres autistas, articulando-se com expectativas de gênero e normas socioculturais que demandam habilidades relacionais, empatia performática e ajustamento comportamental finos. O chamado "fenótipo feminino do autismo" inclui perfis em que interesses restritos são socialmente mais aceitáveis, habilidades verbais podem estar relativamente preservadas e há maior investimento em estratégias de compensação nas interações sociais, o que contribui para uma apresentação clínica menos evidente para profissionais não familiarizados com essas nuances. Revisões sistemáticas sobre camuflagem em mulheres destacam, ainda, sua associação a maiores níveis de ansiedade, depressão, ideação suicida e burnout autista, sugerindo que o esforço contínuo para sustentar essa "máscara social" implica um custo psicológico significativo. Esses achados reforçam a

necessidade de investigar não apenas os desfechos psicossociais, mas também os processos subjacentes que possibilitam, e ao mesmo tempo sobrecarregam, a camuflagem ao longo do desenvolvimento.

Nesse sentido, cresce o interesse em compreender os efeitos neurocognitivos da camuflagem social, incluindo o papel de funções executivas, processamento social e redes neurais envolvidas em auto-representação e regulação de comportamento. Estudos com adolescentes e adultos autistas sugerem que um melhor desempenho em funções executivas cotidianas – como planejamento, monitoramento e flexibilidade cognitiva – pode predizer maior uso de estratégias de camuflagem, especialmente as de compensação, indicando que determinados recursos cognitivos são mobilizados para sustentar esse esforço de adaptação. Por outro lado, a literatura também aponta que, à medida que essas estratégias se tornam crônicas, podem levar a estados de exaustão, dificuldades de concentração, colapsos emocionais e piora no funcionamento cotidiano, o que remete à ideia de sobrecarga neurocognitiva decorrente do uso prolongado da camuflagem. Esse paradoxo – em que capacidades cognitivas inicialmente favorecem a camuflagem, mas seu uso intenso e constante se associa a prejuízos – ainda é pouco explorado, sobretudo em amostras compostas especificamente por mulheres autistas.

Paralelamente, investigações em neuroimagem funcional e conectividade cerebral têm começado a descrever possíveis correlatos neurais da camuflagem em pessoas com traços autistas. Em mulheres autistas adultas, por exemplo, achados de fMRI indicam que maiores níveis de camuflagem se associam a um aumento na resposta de auto-representação no córtex pré-frontal ventromedial, sugerindo um engajamento intensificado de redes relacionadas ao self e à avaliação de si em contextos sociais. Estudos recentes de conectividade em larga escala apontam ainda que, entre indivíduos com maiores traços autistas, níveis elevados de camuflagem se relacionam a padrões de hiperconectividade entre a Default Mode Network e redes de controle, interpretados como formas de "compensação neural" que, embora auxiliem na adaptação social, também se associam a sintomas internalizantes como depressão e ansiedade. Tais evidências apontam para uma dinâmica complexa, em que a camuflagem se articula a rearranjos funcionais em redes cerebrais centrais para processamento social, auto-referência e regulação emocional.

Apesar desse avanço, a literatura ainda apresenta lacunas importantes. Revisões recentes sublinham que a maior parte dos estudos sobre camuflagem social não foi desenhada especificamente para examinar seus efeitos neurocognitivos em mulheres autistas, mas sim para caracterizar o constructo, descrever diferenças de gênero ou investigar associações com saúde mental de modo mais amplo. Trabalhos em neurociência social do autismo começam a integrar dados de camuflagem, porém frequentemente com amostras mistas de homens e mulheres ou com foco em traços autistas dimensionais, limitando a compreensão de como esses efeitos se configuram em mulheres com diagnóstico de Transtorno do Espectro Autista. No Brasil e em outros contextos de língua portuguesa, predominam estudos teóricos e revisões narrativas que abordam a camuflagem sob a ótica do diagnóstico tardio e das vivências subjetivas, com escassa produção empírica acerca de seu impacto cognitivo e neuropsicológico. Diante desse cenário, torna-se relevante investigar, de forma mais sistemática, os efeitos neurocognitivos da camuflagem social em mulheres autistas, contribuindo para uma compreensão mais refinada dos mecanismos pelos quais esse fenômeno

influencia o funcionamento psicológico, a apresentação clínica e os desfechos em saúde mental neste grupo.

2 Objetivos

OBJETIVO GERAL

Analisar os impactos neurocognitivos da camuflagem social em mulheres autistas, considerando seus efeitos sobre o funcionamento cognitivo, emocional e adaptativo.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Identificar as principais estratégias de camuflagem social utilizadas por mulheres autistas em contextos sociais.
- Examinar os possíveis efeitos da camuflagem social sobre funções cognitivas, como atenção, flexibilidade cognitiva e funções executivas.
- Descrever as repercussões da camuflagem social no bem-estar psicológico e no funcionamento cotidiano de mulheres autistas..

3 Metodologia

Este artigo caracteriza-se como uma revisão bibliográfica narrativa, de natureza qualitativa, voltada à análise dos impactos neurocognitivos da camuflagem social em mulheres autistas, buscando integrar achados sobre funcionamento cognitivo, emocional e adaptativo nesse grupo. Esse tipo de estudo permite reunir, organizar e discutir criticamente a produção científica já publicada sobre o tema, favorecendo a identificação de convergências, divergências e lacunas no conhecimento disponível. A busca dos estudos foi realizada em bases de dados nacionais e internacionais, com destaque para PubMed, SciELO e PsycINFO, utilizando descritores em português e inglês relacionados à autismo, gênero feminino, camuflagem social, funções executivas, neurocognição e saúde mental. De forma geral, os termos foram combinados por meio dos operadores booleanos **AND**, **OR** e, quando necessário, **NOT**, a fim de aumentar simultaneamente a sensibilidade e a especificidade da busca, recuperando produções diretamente relacionadas ao tema e excluindo estudos sem pertinência.

Nas bases em inglês, foram empregadas combinações como: (autism OR "autism spectrum disorder" OR ASD) AND ("social camouflaging" OR camouflaging OR masking OR "social camouflage") AND (women OR female OR "autistic women"); ("camouflaging autistic traits" OR "camouflaging autistic traits questionnaire" OR CAT-Q) AND (executive functions OR "executive function" OR "cognitive functioning" OR neurocognition) AND (mental health OR "internalizing symptoms" OR anxiety OR depression); (autism OR ASD) AND ("social camouflaging" OR masking) AND (gender OR sex differences OR "female phenotype") NOT ("non-clinical sample"), quando se buscou restringir a estudos com diagnóstico formal de TEA.

Nas bases em português (principalmente SciELO e periódicos indexados via BVS), foram utilizadas combinações equivalentes, ajustadas à terminologia em língua portuguesa, tais como: (autismo OR

"Transtorno do Espectro Autista") AND ("camuflagem social" OR masking OR camouflaging) AND ("mulheres autistas" OR "autismo feminino" OR "fenótipo feminino"); ("camuflagem social" OR "camuflagem no autismo") AND ("funções executivas" OR neurocognição OR "funções cognitivas") AND ("saúde mental" OR ansiedade OR depressão OR "burnout autista").

Foram incluídos artigos científicos publicados em português e inglês, priorizando estudos empíricos, revisões sistemáticas e artigos teóricos com relevância direta para a compreensão da camuflagem social no autismo feminino. Como critério temporal, foram considerados preferencialmente estudos publicados nos últimos dez anos, sem excluir trabalhos clássicos de importância conceitual para a temática; foram excluídos textos de divulgação, materiais não científicos e estudos que não abordassem de forma direta a relação entre camuflagem social e desfechos cognitivos, neurocognitivos ou psicológicos em mulheres autistas.

Após a seleção pelos critérios de inclusão e exclusão, os estudos foram lidos na íntegra e organizados em categorias temáticas, contemplando definição de camuflagem, estratégias utilizadas, repercussões cognitivas, impactos emocionais, implicações diagnósticas e contribuições da neuropsicologia. A análise foi conduzida por meio de síntese crítica da literatura, buscando articular os dados disponíveis em um modelo compreensivo dos impactos neurocognitivos da camuflagem social em mulheres autistas e das suas implicações para a prática clínica e para a pesquisa em neuropsicologia do autismo.

4 Fundamentação Teórica

4.1. Definição e Caracterização da Camuflagem Social no Autismo

A camuflagem social no Transtorno do Espectro Autista (TEA) pode ser compreendida como um conjunto de estratégias, deliberadas ou automatizadas, empregadas por pessoas autistas para mascarar, compensar ou assimilar características autísticas em contextos sociais, com o objetivo de parecer socialmente típica (Hull et al., 2021). Esse construto multidimensional envolve três componentes principais: a assimilação, que se refere ao esforço de se encaixar em padrões socialmente esperados; a compensação, que diz respeito ao uso de estratégias explícitas para contornar dificuldades sociais (como o aprendizado de roteiros conversacionais e a imitação de expressões faciais); e o mascaramento, entendido como a supressão ativa de comportamentos e expressões autísticas (Hull et al., 2021; Khudiakova et al., 2025).

Do ponto de vista operacional, a camuflagem pode se manifestar de diversas formas: manter contato visual forçado, imitar gestos e entonações de voz, suprimir comportamentos estereotipados (como movimentos repetitivos), elaborar falas e respostas com base em scripts memorizados e monitorar continuamente a própria conduta em tempo real (Hull et al., 2021). Embora tais estratégias possam facilitar a inserção social em contextos imediatos, a literatura tem demonstrado de maneira consistente que seu uso crônico e intenso está associado a custos significativos para a saúde mental e o funcionamento neurocognitivo.

Instrumentos como o Camouflaging Autistic Traits Questionnaire (CAT-Q) têm sido amplamente utilizados para mensurar a camuflagem em suas diferentes dimensões, embora revisões metodológicas recentes apontem importantes variações nas abordagens de quantificação e na consistência entre diferentes métodos de avaliação (Cancino-Barros, Villacura-Herrera, Castillo, 2025). Essa diversidade metodológica constitui um desafio para a comparabilidade entre estudos e para a elaboração de conclusões mais robustas acerca dos efeitos neurocognitivos da camuflagem.

4.2. Camuflagem Social, Gênero e o Fenótipo Feminino do Autismo

A literatura internacional indica de forma recorrente que a camuflagem social é particularmente frequente e intensa entre mulheres autistas, o que se articula com expectativas de gênero e normas socioculturais que demandam habilidades relacionais, empatia performática e ajustamento comportamental apurado (Rynkiewicz et al., 2021). Esse fenômeno está diretamente relacionado ao chamado "fenótipo feminino do autismo", caracterizado por perfis em que os interesses restritos tendem a ser socialmente mais aceitáveis, as habilidades verbais podem estar relativamente preservadas e há um maior investimento em estratégias de compensação social desde a infância (Alaghband-rad, Hajikarim-Hamedani, Motamed, 2023).

Esse padrão de apresentação contribui para que os sinais clínicos típicos do autismo sejam menos perceptíveis em mulheres, especialmente durante avaliações conduzidas por profissionais não familiarizados com as nuances do fenótipo feminino. Revisões sistemáticas confirmam que a camuflagem é um dos principais fatores associados ao subdiagnóstico e ao diagnóstico tardio de mulheres autistas, uma vez que os instrumentos e critérios diagnósticos tradicionais foram historicamente desenvolvidos com base em amostras predominantemente masculinas (Rynkiewicz et al., 2021; Miranda e Chagas, 2024).

No contexto brasileiro, esse cenário se agrava em razão da escassez de estudos empíricos e da predominância de revisões narrativas que abordam a temática sob uma perspectiva qualitativa, sem aprofundamento nos aspectos cognitivos e neuropsicológicos da camuflagem (Miranda e Chagas, 2024).

4.3. Correlatos Neurais da Camuflagem Social

Investigações em neuroimagem funcional têm avançado na caracterização dos correlatos neurais da camuflagem, revelando uma dinâmica complexa entre adaptação social e reorganização funcional de redes cerebrais. Um dos estudos mais relevantes nesse campo é o de Lai et al. (2019), que, por meio de ressonância magnética funcional (fMRI), identificou, em mulheres autistas adultas, uma associação entre maiores níveis de camuflagem e aumento na resposta de auto-representação no córtex pré-frontal ventromedial (vmPFC). Esse achado sugere que mulheres autistas com maior tendência à camuflagem engajam de forma mais intensa redes relacionadas ao self e à avaliação de si mesmas em contextos sociais, revelando um processamento atípico e potencialmente mais demandante da identidade social (Lai et al., 2019).

Guo et al. (2026) ampliou essa perspectiva ao investigar a conectividade em larga escala em adultos com traços autistas. Os achados indicam que elevados níveis de camuflagem se associam a padrões de hiperconectividade entre a Default Mode Network (DMN), rede relacionada à auto-referência,

memória episódica e cognição social, e redes de controle, como a Cingulo-Opercular. Essa hiperconectividade foi interpretada como uma forma de "compensação neural": embora auxilie na adaptação às demandas sociais, também medeia a relação entre camuflagem, depressão e ansiedade, evidenciando os custos psicológicos do esforço adaptativo.

Corroborando essa perspectiva, o estudo de Kirkovski et al. (2013), realizado por meio de fMRI com adultos com TEA, identificou diferenças específicas no processamento social em mulheres com autismo, incluindo padrões distintos de ativação em regiões do córtex temporal medial, interpretadas em parte à luz de mecanismos de masking e camuflagem. Complementarmente, o comentário de Rippon (2024) discute evidências de diferenças sexo-específicas em conectividade e ativação de redes sociais do cérebro em mulheres autistas, relacionando essas particularidades ao fenômeno da camuflagem e às suas implicações para a compreensão da neurobiologia do autismo em mulheres.

Em conjunto, essas evidências apontam para uma dinâmica em que a camuflagem se articula a rearranjos funcionais em redes cerebrais centrais para o processamento social, a auto-referência e a regulação emocional, reforçando a hipótese de que o esforço adaptativo realizado por mulheres autistas implica uma reorganização neurobiológica com consequências tanto adaptativas quanto deletérias.

4.4. Funções Executivas como Preditoras e como Custo da Camuflagem

Um aspecto central na compreensão neurocognitiva da camuflagem diz respeito ao papel das funções executivas (FE). O estudo de Hull et al. (2021) com adolescentes autistas demonstrou que menos dificuldades em funções executivas cotidianas como planejamento, monitoramento e flexibilidade cognitiva predizem maior uso de estratégias de camuflagem, especialmente as de compensação. Esses achados sugerem que determinados recursos cognitivos são ativamente mobilizados para sustentar o esforço adaptativo, posicionando as FE como uma espécie de "substrato cognitivo" que torna possível a camuflagem (Hull et al., 2021).

Essa perspectiva é aprofundada pelo estudo de Beck (2019), que, com uma amostra de mulheres com traços autistas elevados, examinou os mecanismos subjacentes à camuflagem, incluindo o papel das funções executivas, e identificou associações entre camuflagem, sofrimento psicológico e desafios no funcionamento cotidiano.

Esse paradoxo constitui um dos achados mais relevantes da literatura recente (Hull et al., 2021; Summerill, 2025). O esforço contínuo de monitoramento social, supressão comportamental e elaboração de respostas adaptativas pode resultar em sobrecarga neurocognitiva, manifestada por dificuldades de concentração, fadiga mental, rigidez cognitiva e colapsos emocionais após situações sociais intensas (Khudiakova et al., 2025).

4.5. Impactos da Camuflagem na Saúde Mental e no Funcionamento Psicossocial

As repercussões psicossociais da camuflagem têm sido extensivamente documentadas na literatura. Revisões sistemáticas e meta-análises indicam de forma consistente que o uso prolongado de estratégias de camuflagem se associa a maiores níveis de ansiedade, depressão, ideação suicida e

burnout autista (Hull et al., 2021; Cancino-Barros, Villacura Herrera e Castillo, 2025). Esse conjunto de achados reforça a hipótese de que a "máscara social" implica um custo psicológico significativo, que se acumula ao longo do tempo e pode resultar em deterioração progressiva do bem-estar.

Lei et al. (2024) acrescenta uma dimensão importante a esse quadro ao analisar as relações entre camuflagem e comportamentos de segurança em contextos de ansiedade social em adolescentes autistas e não autistas. Os resultados indicam que tanto a camuflagem quanto os comportamentos de segurança se associam à gravidade dos sintomas de ansiedade social por meio de cognições sociais negativas, aproximando o fenômeno da camuflagem de modelos cognitivos clínicos da ansiedade. Esse achado é particularmente relevante para a prática clínica, pois sugere que intervenções voltadas à reestruturação cognitiva e à redução de comportamentos de segurança podem ser pertinentes no atendimento a mulheres autistas que utilizam intensamente estratégias de camuflagem.

A revisão de Khudiakova et al. (2025) contribui para esse debate ao propor um enquadre baseado no conceito de "impression management" (gerenciamento de impressão) para compreender a camuflagem, integrando perspectivas da psicologia social e da neuropsicologia. Os autores destacam lacunas importantes nas evidências disponíveis e sublinham a necessidade de estudos que examinem com maior precisão as relações entre camuflagem, ansiedade, depressão e burnout autista, especialmente em amostras de mulheres com diagnóstico formal de TEA.

4.6. Implicações Diagnósticas e Clínicas

As evidências acumuladas sobre a camuflagem social têm implicações diretas para as práticas diagnósticas e clínicas voltadas a mulheres autistas. A revisão de Rynkiewicz et al. (2021) demonstra que a camuflagem contribui ativamente para a invisibilização do autismo em mulheres, uma vez que os esforços de adaptação tendem a ocultar os sinais clínicos clássicos captados pelos instrumentos e critérios diagnósticos tradicionais. Esse fenômeno explica, em grande parte, as trajetórias de diagnóstico tardio e os diagnósticos errôneos observados em mulheres autistas, que frequentemente recebem diagnósticos de ansiedade, depressão ou transtornos de personalidade antes de um diagnóstico de TEA ser considerado (Miranda e Chagas, 2024).

Do ponto de vista clínico, o reconhecimento da camuflagem como um fenômeno central na experiência de mulheres autistas implica a necessidade de adaptar os instrumentos de avaliação e as abordagens diagnósticas de modo a capturar não apenas os comportamentos observáveis, mas também os esforços adaptativos e seus custos associados (Hull et al., 2021). Além disso, intervenções terapêuticas que ignoram o papel da camuflagem podem reforçar inadvertidamente estratégias de masking, contribuindo para o agravamento do sofrimento psicológico a longo prazo.

A escassez de produção empírica sobre os impactos cognitivos e neuropsicológicos da camuflagem em amostras específicas de mulheres autistas, especialmente no contexto brasileiro, representa uma lacuna significativa que justifica a realização de estudos mais sistemáticos nessa área. A integração de perspectivas neuropsicológicas, clínicas e socioculturais é fundamental para o desenvolvimento de um modelo compreensivo que dê conta da complexidade do fenômeno da camuflagem e de seus efeitos sobre o funcionamento psicológico e a saúde mental de mulheres autistas.

5 Resultados e Discussão

Artigos Selecionados pelos Critérios de Inclusão

Nome do Artigo	Autores	Objetivo do Estudo	Revista	Ano de Publicação	DOI
Camouflaging in autism: A systematic review	Hull, L.; Levy, L.; Lai, M. C.; Petrides, K. V.; Baron-Cohen, S.; Allison, C.; Smith, P.; Mandy, W.	Sintetizar evidências sobre definições, métodos de mensuração e associações da camuflagem com gênero, sintomas internalizantes e habilidades cognitivas em pessoas autistas	Clinical Psychology Review	2021	10.1016/j.cpr.2021.102080
Neural self-representation in autistic women and association with "compensatory camouflaging"	Lai, M. C.; Lombardo, M. V.; Chakrabarti, B.; Ruigrok, A. N. V.; Bullmore, E. T.; Suckling, J.; Auyeung, B.; Bailey, A. J.; Happé, F.; Baron-Cohen, S.	Investigar, por meio de fMRI, a associação entre camuflagem compensatória e ativação neural relacionada à auto-representação em mulheres e homens autistas e não autistas	Autism	2019	10.1177/1362361318807159

Cognitive Predictors of Self-Reported Camouflaging in Autistic Adolescents	Hull, L.; Petrides, K. V.; Mandy, W.	Examinar o papel preditivo das funções executivas cotidianas — planejamento, monitoramento e flexibilidade cognitiva — sobre o uso autorrelatado de estratégias de camuflagem em adolescentes autistas	Autism Research	2021	10.1002/aur.2407
The consequences of social camouflaging in autistic adults: A systematic review	Bernardin, C. J.; Mason, E.; Lewis, T.; Kanne, S.	Revisar sistematicamente as consequências psicológicas, sociais e cognitivas da camuflagem social em adultos autistas, com destaque para custos de saúde mental e funcionamento cotidiano	Research in Autism Spectrum Disorders (Elsevier)	2021	10.1016/j.rasd.2021.101872
Social Camouflaging in Females with Autism Spectrum Disorder: A Systematic Review	Tubío-Fungueiriño, M; Cruz, S; Sampaio, A; Carracedo, A; Fernández-Prieto, M.	Sintetizar evidências sobre camuflagem social em mulheres com TEA, abordando estratégias utilizadas, diferenças de gênero, impacto na vida diária e implicações diagnósticas	Journal of Autism and Developmental Disorders	2021	10.1007/s10803-020-04773-2

Autoria: Camila Santos Hernandes

- **Estratégias de Camuflagem Social Utilizadas por Mulheres Autistas**

A análise dos estudos selecionados evidencia que a camuflagem social em mulheres autistas constitui um fenômeno multidimensional, operacionalizado por meio de estratégias que variam em grau de deliberação, complexidade cognitiva e custo psicológico.

Hull *et al*. (2021a), em sua revisão sistemática ampla, organizaram esse conjunto de estratégias em três dimensões interdependentes: a assimilação, que envolve o esforço de se adequar a normas sociais esperadas por meio da observação e imitação de pares; a compensação, que compreende o uso ativo de recursos aprendidos para contornar dificuldades sociais, como o desenvolvimento de roteiros conversacionais memorizados, o monitoramento contínuo da própria expressão facial e a modulação deliberada do contato visual; e o mascaramento, entendido como a supressão ativa de comportamentos e expressões autísticas percebidos como socialmente inadequados, tais como movimentos repetitivos e vocalizações atípicas.

Rynkiewicz e Łucka (2021), em revisão sistemática focada exclusivamente em mulheres com TEA, aprofundam essa caracterização ao demonstrar que o repertório de estratégias utilizado por mulheres autistas apresenta especificidades que o distinguem qualitativamente do padrão observado em homens. As autoras identificam que mulheres autistas tendem a investir de forma mais intensa e precoce em estratégias de compensação social, desenvolvendo ao longo do desenvolvimento habilidades miméticas sofisticadas que incluem a imitação de entonações de voz, de gestos e de expressões emocionais de pares socialmente referenciados. Esse processo, frequentemente iniciado na infância e aprimorado ao longo da adolescência, é descrito como uma resposta adaptativa às expectativas de gênero que demandam maior fluidez relacional e empatia expressiva de meninas e mulheres, em comparação ao que é socialmente tolerado em meninos e homens.

Lai *et al*. (2019), ao investigarem especificamente a camuflagem compensatória em mulheres autistas adultas, contribuem para essa discussão ao demonstrar que é precisamente essa dimensão — e não o mascaramento generalizado — que se associa a padrões neurais distintos no córtex pré-frontal ventromedial (vmPFC), sugerindo que as estratégias compensatórias envolvem processos de auto-representação e avaliação social de si mesma que são neurologicamente mais demandantes. Esse achado oferece uma perspectiva neurobiológica relevante sobre por que a compensação, mais do que outras formas de camuflagem, parece ser tanto mais prevalente quanto mais custosa em mulheres autistas.

Hull *et al*. (2021b), por sua vez, ao examinarem os preditores cognitivos da camuflagem em adolescentes autistas, acrescentam uma dimensão funcional importante: as estratégias de compensação, ao contrário das de mascaramento, demandam recursos executivos superiores, sendo preditas de forma significativa por melhor desempenho em funções executivas cotidianas. Isso implica que as estratégias mais típicas do perfil feminino do autismo — as compensatórias — são justamente aquelas que mais exigem do sistema cognitivo, o que contribui para compreender tanto sua eficácia adaptativa no curto prazo quanto seu potencial de sobrecarga a longo prazo.

Em conjunto, os estudos revisados indicam que mulheres autistas não apenas utilizam mais estratégias de camuflagem do que homens autistas, mas utilizam estratégias qualitativamente distintas, cognitivamente mais complexas e socialmente mais eficazes em termos de camuflagem dos sinais clínicos o que, paradoxalmente, as torna mais invisíveis aos instrumentos diagnósticos tradicionais e mais vulneráveis aos efeitos cumulativos do esforço adaptativo prolongado.

- **Efeitos da Camuflagem sobre Funções Cognitivas, Atenção e Flexibilidade Cognitiva**

A relação entre camuflagem social e funcionamento cognitivo configura um dos eixos mais complexos e teoricamente relevantes da literatura revisada, caracterizando-se por uma dinâmica bidirecional em que capacidades cognitivas facilitam a camuflagem ao mesmo tempo em que são progressivamente comprometidas por seu uso crônico.

Hull *et al*. (2021b) oferecem a evidência mais direta sobre esse nexo ao demonstrar, em um estudo com adolescentes autistas, que menores dificuldades em funções executivas cotidianas — operacionalizadas por dimensões como planejamento, monitoramento do comportamento e flexibilidade cognitiva — predizem de forma significativa e independente o maior uso de estratégias de compensação. Esses resultados posicionam as funções executivas como um substrato cognitivo que torna a camuflagem possível: indivíduos com maior repertório executivo disponível conseguem recrutar recursos de monitoramento social em tempo real, ajustar comportamentos conforme as demandas contextuais e manter scripts conversacionais de forma simultânea à interação social. A flexibilidade cognitiva, em particular, emerge como um preditor de destaque, dado que a camuflagem exige constante adaptação a diferentes contextos, interlocutores e normas implícitas de interação, demandando capacidade de alternância entre esquemas comportamentais aprendidos.

Lai *et al*. (2019) aprofundam essa compreensão ao nível neurobiológico. Por meio de paradigma de fMRI focado na auto-representação, os autores demonstram que mulheres autistas adultas com maiores índices de camuflagem compensatória apresentam resposta amplificada no córtex pré-frontal ventromedial (vmPFC) durante tarefas de processamento referente ao self em contextos sociais. O vmPFC é uma região central não apenas para a auto-representação, mas também para a regulação emocional, a tomada de decisão baseada em valores e a avaliação das consequências sociais do próprio comportamento — processos que constituem, em conjunto, a base neural das funções executivas de ordem superior. A hiperativação dessa região em mulheres autistas que mais camuflam sugere um recrutamento intensificado e potencialmente ineficiente dessas redes, compatível com a hipótese de sobrecarga neurocognitiva decorrente do esforço adaptativo contínuo. Adicionalmente, os autores observam que esse padrão é específico ao sexo feminino: em homens autistas e em não autistas de ambos os sexos, a associação entre camuflagem e ativação do vmPFC não se apresenta da mesma forma, indicando que o mecanismo neural subjacente à camuflagem em mulheres autistas envolve redes funcionais distintas.

Hull *et al*. (2021a), em sua revisão sistemática, contextualizam esses achados em um quadro mais amplo ao identificar que, na literatura sobre camuflagem, melhores habilidades cognitivas — incluindo cognição social, linguagem e memória de trabalho — aparecem de forma consistente como correlatos positivos da camuflagem, especialmente em suas dimensões compensatórias. Contudo, os mesmos autores alertam para o paradoxo que emerge quando se considera o tempo: os recursos

cognitivos que inicialmente sustentam a camuflagem tendem a ser gradualmente erodidos por seu uso prolongado. Surgem, então, estados de esgotamento que se manifestam por dificuldades de concentração, redução da flexibilidade cognitiva disponível, rigidez no pensamento e colapsos emocionais frequentemente descritos na literatura qualitativa como *autistic burnout*.

Bernardin et al. (2021) documentam empiricamente esse processo de degradação cognitiva ao revisarem as consequências da camuflagem em adultos autistas. Os autores identificam relatos consistentes de que, após situações sociais que exigiram intensa camuflagem, indivíduos autistas experienciam redução significativa na capacidade atencional, dificuldade para retomar atividades que demandem foco sustentado e necessidade de períodos prolongados de recuperação — fenômeno que os participantes dos estudos qualitativos frequentemente denominam *social hangover* ou "recuperação pós-social". Esse conjunto de achados é interpretado pelos autores como evidência de que a camuflagem opera como uma demanda cognitiva de alta ordem que consome recursos de atenção, controle inibitório e memória de trabalho de forma intensa e acumulativa, resultando em déficits funcionais temporários mas recorrentes que comprometem o desempenho em diversas esferas da vida cotidiana.

A análise integrada dessas evidências aponta, portanto, para um ciclo neurocognitivo que pode ser descrito da seguinte forma: mulheres autistas com maior repertório executivo recorrem com mais frequência e sofisticação a estratégias de camuflagem; esse uso recorrente, embora adaptativo no curto prazo, impõe demandas progressivas sobre os mesmos sistemas cognitivos que o sustentam; ao longo do tempo, a sobrecarga sobre funções executivas, atenção e flexibilidade cognitiva resulta em esgotamento neurocognitivo que retroalimenta dificuldades adaptativas — constituindo um ciclo em que a capacidade de camuflar se mantém às custas do funcionamento cognitivo global.

- **Repercussões da Camuflagem no Bem-Estar Psicológico e no Funcionamento Cotidiano**

Os estudos analisados convergem de forma expressiva ao documentar que o uso prolongado e intenso de estratégias de camuflagem social exerce impacto substancial e multidimensional sobre o bem-estar psicológico de mulheres autistas, produzindo consequências que abrangem desde sintomas internalizantes específicos até a deterioração ampla do funcionamento cotidiano.

Bernardin et al. (2021), em sua revisão sistemática das consequências da camuflagem em adultos autistas, identificam um conjunto robusto de desfechos negativos associados ao uso crônico da máscara social. Os autores documentam que a camuflagem se associa de forma significativa a maiores níveis de ansiedade generalizada e ansiedade social, depressão clínica, ideação suicida, burnout autista e sentimentos persistentes de desumanização e perda de identidade. A revisão revela, ainda, que muitos participantes dos estudos qualitativos incluídos descrevem a camuflagem não como uma escolha livre, mas como uma compulsão adaptativa imposta por um ambiente social que não reconhece nem acomoda as diferenças autísticas — percepção que, por si mesma, contribui para o sofrimento psicológico ao gerar experiências de inauntenticidade, alienação do próprio self e exaustão existencial. No plano do funcionamento cotidiano, os autores registram que a camuflagem se associa a dificuldades na manutenção de relacionamentos interpessoais significativos, isolamento

social progressivo, comprometimento do desempenho acadêmico e profissional e redução da qualidade de vida geral.

Fungueirño *et al.* (2021) aprofundam essa análise ao situar os desfechos negativos da camuflagem no contexto específico das mulheres autistas. As autoras demonstram que, para esse grupo, as consequências do *masking* são agravadas pela intersecção entre as demandas do autismo e as expectativas socioculturais de gênero: mulheres são socialmente pressionadas a serem relacionalmente competentes, emocionalmente expressivas e interpessoalmente fluidas — demandas que coincidem precisamente com as áreas de maior dificuldade no TEA e que, portanto, exigem um investimento ainda maior em estratégias de compensação. Esse duplo esforço adaptativo — autístico e de gênero — resulta em trajetórias de sofrimento psicológico particularmente intensas, marcadas por diagnósticos tardios de ansiedade e depressão que frequentemente precedem por anos o reconhecimento do autismo. As autoras destacam que o diagnóstico tardio, por sua vez, priva essas mulheres de recursos de suporte adequados durante períodos críticos do desenvolvimento, agravando os desfechos em saúde mental.

Hull *et al*. (2021a) corroboram e ampliam essas conclusões ao sintetizarem, em sua revisão sistemática, as associações entre camuflagem e sintomas internalizantes em amostras mistas e femininas. Os autores identificam que a relação entre camuflagem e ansiedade e depressão é mediada, em parte, pela experiência de inauntenticidade e pela discrepância entre o self autístico real e a persona socialmente construída que a camuflagem sustenta. Essa discrepância crônica entre identidade interna e performance social produz um estado de tensão psicológica persistente que os autores descrevem como cognitivamente e emocionalmente esgotante, e que se manifesta no cotidiano por meio de dificuldades na tomada de decisão, na regulação emocional e na manutenção de rotinas funcionais.

Lai *et al*. (2019) contribuem para a compreensão desse quadro ao oferecerem uma perspectiva neurobiológica sobre as repercussões emocionais da camuflagem. Os achados de hiperativação do vmPFC em mulheres autistas que mais camuflam sugerem que o esforço de auto-representação e avaliação social contínuo não apenas esgota recursos cognitivos, mas também sobrecarrega circuitos envolvidos na regulação emocional e no processamento de recompensa social. Esse dado aponta para uma base neural para a vulnerabilidade emocional observada clinicamente em mulheres autistas com alto uso de camuflagem: a hiperativação persistente de redes afetivas e de auto-avaliação pode contribuir diretamente para o desenvolvimento e a manutenção de sintomas ansiosos e depressivos, configurando um substrato neurobiológico para os desfechos psicológicos negativos amplamente documentados nos estudos comportamentais.

Hull *et al*. (2021b) acrescentam uma dimensão desenvolvimental a esse cenário ao demonstrarem que o padrão de utilização intensa de estratégias de compensação por adolescentes autistas com bom repertório executivo pode ser interpretado, a longo prazo, como um fator de risco para o bem-estar psicológico. A adolescência, período em que as demandas sociais se intensificam e a pressão por conformidade é elevada, configura-se como um momento especialmente crítico para o estabelecimento de padrões crônicos de camuflagem que, iniciados nessa fase, tendem a persistir e a se consolidar na vida adulta com custos progressivamente maiores para o funcionamento psicológico.

Os achados revisados apontam, em síntese, para um quadro em que o bem-estar psicológico de mulheres autistas é sistematicamente comprometido pelo esforço de camuflagem, tanto por meio de mecanismos psicológicos diretos — como a inauntenticidade, o isolamento e a sobrecarga emocional — quanto por meio de vias neurobiológicas que vinculam a hiperativação de redes de auto-representação a sintomas internalizantes. No plano do funcionamento cotidiano, as consequências são igualmente expressivas, manifestando-se em dificuldades relacionais, acadêmicas, profissionais e na qualidade de vida, e sendo agravadas, no contexto feminino, pela ausência de reconhecimento diagnóstico oportuno e pela escassez de recursos de suporte adequados às especificidades do autismo em mulheres.

6 Conclusão

A presente revisão bibliográfica narrativa teve como propósito analisar os impactos neurocognitivos da camuflagem social em mulheres autistas, investigando suas repercussões sobre o funcionamento cognitivo, emocional e adaptativo. A partir da leitura crítica e integrada dos cinco estudos selecionados, foi possível construir uma compreensão articulada dos mecanismos pelos quais a camuflagem se estabelece, se sustenta e, ao longo do tempo, produz efeitos deletérios sobre a saúde mental e o funcionamento cotidiano desse grupo.

No que diz respeito às estratégias de camuflagem utilizadas por mulheres autistas, os estudos revisados demonstram que esse grupo recorre predominantemente a estratégias de compensação, em contraste com o mascaramento mais generalizado observado em homens autistas. Essa especificidade é compreendida à luz das expectativas socioculturais de gênero, que demandam de meninas e mulheres maior fluência relacional e empatia expressiva, impondo um esforço adaptativo duplamente exigente: ao mesmo tempo autístico e de gênero. O investimento precoce e progressivo nessas estratégias produz perfis clínicos menos evidentes, contribuindo para o subdiagnóstico e o diagnóstico tardio de mulheres autistas, fenômeno amplamente documentado na literatura nacional e internacional.

Em relação aos efeitos sobre o funcionamento cognitivo, os achados revisados apontam para uma dinâmica paradoxal e clinicamente relevante. Por um lado, melhores recursos em funções executivas — especialmente planejamento, monitoramento e flexibilidade cognitiva — predizem maior uso de estratégias de compensação, evidenciando que determinadas capacidades neurocognitivas são condição de possibilidade para a camuflagem. Por outro lado, o uso crônico dessas estratégias impõe demandas contínuas sobre os mesmos sistemas cognitivos que as sustentam, resultando, ao longo do tempo, em sobrecarga neurocognitiva manifestada por dificuldades de concentração, redução da flexibilidade cognitiva disponível, colapsos emocionais e estados de exaustão conhecidos como *burnout* autista. Os correlatos neurais identificados por meio de fMRI em mulheres autistas, particularmente a hiperativação do córtex pré-frontal ventromedial associada à camuflagem compensatória, reforçam que esse esforço adaptativo não é cognitivamente neutro, mas implica o recrutamento intensificado de redes cerebrais envolvidas na auto-representação, na regulação emocional e no processamento social, com impactos que se estendem para além dos contextos sociais imediatos.

Quanto às repercussões sobre o bem-estar psicológico e o funcionamento cotidiano, os estudos convergem ao demonstrar que a camuflagem crônica se associa a maiores índices de ansiedade, depressão, ideação suicida e perda progressiva de senso de identidade, além de comprometimento nas esferas relacional, acadêmica e profissional. Esses desfechos são agravados, no contexto feminino, pela ausência de reconhecimento diagnóstico oportuno, que priva mulheres autistas de suporte adequado durante períodos críticos do desenvolvimento. A experiência de inauntenticidade gerada pela manutenção prolongada de uma persona socialmente adaptada emerge como um mediador psicológico central dos desfechos negativos observados, articulando os níveis comportamental, cognitivo e neurobiológico em um quadro de sofrimento multidimensional.

Diante do exposto, torna-se evidente que a camuflagem social não pode ser interpretada, do ponto de vista clínico e científico, como mera adaptação bem-sucedida ou como indicador de funcionamento preservado. Trata-se, ao contrário, de um esforço adaptativo de alto custo que, embora produza ganhos sociais imediatos, compromete progressiva e significativamente o funcionamento neurocognitivo, o bem-estar psicológico e a qualidade de vida de mulheres autistas. Essa reinterpretação tem implicações diretas para a prática clínica: profissionais que atuam na avaliação e no acompanhamento de mulheres autistas precisam estar familiarizados com o fenômeno da camuflagem e com suas manifestações específicas no fenótipo feminino do autismo, a fim de não confundir o esforço adaptativo com ausência de comprometimento.

Do ponto de vista científico, os estudos revisados apontam para a necessidade de ampliar a produção empírica sobre os efeitos neurocognitivos da camuflagem em amostras compostas especificamente por mulheres com diagnóstico formal de TEA, superando a predominância de amostras mistas e de estudos baseados em traços autistas dimensionais. No contexto brasileiro, essa lacuna é ainda mais acentuada, dado o predomínio de produções teóricas e narrativas sobre o tema, com escassa investigação empírica de caráter neuropsicológico. O avanço nessa agenda de pesquisa é fundamental não apenas para o refinamento do conhecimento científico, mas também para a elaboração de políticas de saúde, instrumentos diagnósticos e intervenções terapêuticas que reconheçam e respondam às especificidades do autismo feminino contribuindo, em última instância, para trajetórias de vida mais saudáveis, autênticas e dignas para mulheres autistas.

Referências

ALAGHBAND-RAD, J; HAJIKARIM-HAMEDANI, A; MOTAMED, M. **Camouflage and masking behavior in adult autism.** Frontiers in Psychiatry, v. 14, 2023. DOI: 10.3389/fpsyt.2023.1108110. Disponível em: https://www.frontiersin.org/journals/psychiatry/articles/10.3389/fpsyt.2023.1108110/full

BECK, J. S. **Camouflaging in women with autistic traits: measures, mechanisms, and mental health implications**. Brigham Young University, Provo, 2019. Disponível em: https://scholarsarchive.byu.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=9589&context=etd

CANCINO-BARROS, I; VILLACURA-HERRERA, C; CASTILLO, R. D. **Meta-analytic review of quantification methods for camouflaging in autism.** Nature Mental Health, v. 3, p. 201–215, 2025.

DOI: 10.1038/s44220-025-00371-z. Disponível em: https://www.nature.com/articles/s41598-025-06137-z

DE MENDONÇA. J. C; LOUVEM, R. M; DE MENDONÇA, T. C; PETRONETTO, B. D; VALVERDE, J. L. **A camuflagem observada no Transtorno do Espectro Autista.** Editora Pasteur. 2024. Disponível em: https://editorapasteur.com.br/publicacoes/capitulo/?codigo=3933

GUO, H. *et al*. **Large-scale neural network compensation associated with camouflaging in trait autism and its potential mental health costs.** Molecular Autism, v. 17, n. 1, 2026. DOI: 10.1186/s13229-026-00601-x. Disponível em: https://link.springer.com/article/10.1186/s13229-026-00710-7

HULL, L. *et al*. **Camouflaging in autism: a systematic review.** Clinical Psychology Review, v. 89, p. 102080, 2021. DOI: 10.1016/j.cpr.2021.102080. Disponível em: https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34563942/

HULL, L.; PETRIDES, K. V; MANDY, W. **Cognitive predictors of self-reported camouflaging in autistic adolescents.** Autism Research, v. 14, n. 3, p. 523–532, 2021. DOI: 10.1002/aur.2407. Disponível em:https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33047869/

KHUDIAKOVA, M. *et al*. **What we know and do not know about camouflaging, impression management, and mental health and wellbeing in autistic people.** Autism Research, v. 18, n. 2, p. 273–280, 2025. DOI: 10.1002/aur.3274. Disponível em: https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/39719862/

KIRKOVSKI, M. et al. **Social processing in autism spectrum disorder: an fMRI investigation.** In: AUSTRALASIAN CONFERENCE ON NEUROSCIENCE, 2013, [s.l.]. Resumo de conferência. ACNS, 2013. Disponível em: https://www.frontiersin.org/10.3389/conf.fnhum.2013.212.00178/event_abstract

LAI, M. C. et al. **Neural self-representation in autistic women and association with "compensatory camouflaging".** Autism, v. 23, n. 5, p. 1210–1223, 2019. DOI: 10.1177/1362361318807159. Disponível em: https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30354191/

LEI, J *et al*. **Understanding the relationship between social camouflaging in autism and safety behaviours in social anxiety in autistic and non-autistic adolescents.** Journal of Child Psychology and Psychiatry, v. 65, n. 4, p. 452–462, 2024. DOI: 10.1111/jcpp.13873. Disponível em: https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37632264/

MIRANDA, O. P.; CHAGAS, M. P. F. **Camuflagem social e diagnóstico tardio de autismo em mulheres.** Revista Neurociências, v. 32, p. 1–14, 2024. DOI: 10.34024/rnc.2024.v32. Disponível em: https://periodicos.unifesp.br/index.php/neurociencias/article/view/16553

TÚBIO-FUNGUEIRIÑO, M. *et al*. **Social camouflaging in females with autism spectrum disorder: a systematic review.** Journal of Autism and Developmental Disorders, v. 51, n. 7, p. 2190–2199, 2021. DOI: 10.1007/s10803-020-04773-2. Disponível em: https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32926304/