



# AutisticUni

AUTISMO NA UNIVERSIDADE

## GUIA DE ADAPTAÇÕES EM SALA DE AULA PARA AUTISTAS

Todas as pessoas autistas têm necessidades diferentes. Este pequeno guia visual apenas pretende demonstrar alguns exemplos de possíveis adaptações razoáveis em sala de aula para pessoas autistas, mas existem muitas outras adaptações possíveis e necessárias. Converse com os estudantes autistas para compreender as suas necessidades e como adaptar a sua sala de aula.

Consulte mais detalhes sobre o projeto Autistic Uni em [como apoiar estudantes autistas no Ensino Superior.](#), desenvolvido pela Associação Portuguesa Voz do Autista e cofinanciado pelo INR. I.P.



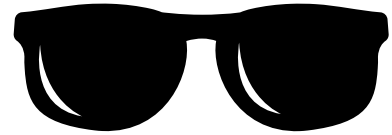
Veja mais informações em [como apoiar estudantes autistas no Ensino Superior.](#)



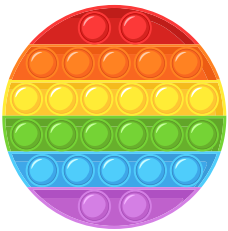
## GUIA DE ADAPTAÇÕES EM SALA DE AULA PARA AUTISTAS



Utilizar auscultadores com cancelamento de ruído, protetores de ouvidos ou Loops.



Utilizar óculos de sol ou com cor.



Mordedores e equipamento de estereotipia (fidget ou stim). Poder fazer estereotipia em sala de aula.



Sala silenciosa com pouca iluminação, pouco ruído e ausência de cheiros fortes.



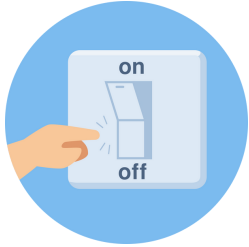
Fazer testes numa sala em separado e com mais tempo.



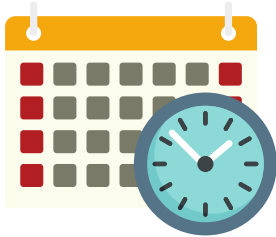
Poder escolher e manter o mesmo lugar na sala de aula.



## GUIA DE ADAPTAÇÕES EM SALA DE AULA PARA AUTISTAS



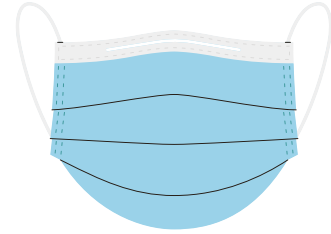
Estudar possibilidades de diminuir sons, luzes e estímulos desnecessários nas salas de aulas, inclusive temperaturas desconfortáveis.



Listas e calendários com as datas de entrega de trabalhos, exames e outros.



Instruções claras e linguagem direta e literal nos exames, testes e material de aulas.



Possibilidade de utilizar máscara caso tenha condições de saúde coocorrentes ou para proteger de cheiros.



Poder gravar as aulas ou o docente providenciar transcrições ou material escrito com o que foi falado nas aulas.



Possibilidade de assistir a aulas online.



## GUIA DE ADAPTAÇÕES EM SALA DE AULA PARA AUTISTAS



Formas alternativas de participação nas aulas, para além de oralmente.



Programas de mentoria, tutoria ou horas de apoio pelo docente.



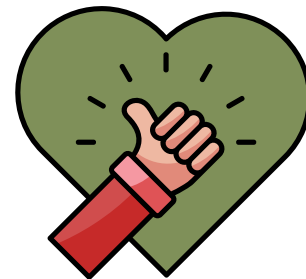
Tolerância zero a bullying e discriminação.



Possibilidade de escolher o grupo para realizar trabalhos de grupo ou poder realizar o trabalho individualmente.



Equipamentos de comunicação alternativa e aumentativa.



Presumir competência e perguntar sobre o que o estudante necessita.



## GUIA DE ADAPTAÇÕES EM SALA DE AULA PARA AUTISTAS



Em caso de sobrecarga, deve:

- Garantir segurança sensorial e física ao remover sons, luzes, e outros estímulos que estejam a causar sobreestimulação e direcionar a pessoa para um local calmo.
- Providencie co-regulação ou manter-se calmo e evite mostrar impaciência ou outras emoções nas expressões faciais.
- Utilize frases diretas e curtas e não espere comunicação, visto algumas pessoas autistas terem dificuldade em comunicar em sobrecarga.
- Fazer estereotípias ou utilizar estratégias que ajudam no dia-a-dia, e evitar mudanças ou expectativas enquanto a pessoa estiver em sobrecarga. A pessoa pode ter que ir para casa para recuperar.
- Dê tempo para a pessoa processar a informação e seja compreensivo.
- Quando a pessoa estiver recuperada, desenvolva um plano de como gerir a sobrecarga da próxima vez.