



Lista dos primeiros passos para pais

Para quando acaba de receber um diagnóstico de autismo, ou acha que o seu filho pode ser autista. Marque cada passo quando estiver pronto. Não há pressa.

☐

Respire fundo

Um diagnóstico não muda quem o seu filho é. Dá-lhe um mapa melhor para o compreender.

☐

Anote o que observa

Comunicação, brincadeira, reações sensoriais e rotinas, em casa e na escola. Leve as notas ao médico ou pediatra.

☐

Peça um encaminhamento

Peça ao médico que encaminhe o seu filho para uma avaliação de autismo, e pergunte quanto tempo terá de esperar.

☐

Comece já a ajudar

Não precisa de esperar por um diagnóstico para adaptar a casa, pedir apoio à escola e conhecer as necessidades do seu filho.

☐

Peça o relatório escrito

Após a avaliação, peça o relatório completo e as recomendações. Guarde cópias.

☐

Reúna-se com a escola

Partilhe o relatório com o responsável pelas necessidades educativas especiais e combinem juntos um plano.

☐

Aprenda com pessoas autistas

Livros, vídeos e blogs de adultos autistas dão uma visão de dentro.

☐

Cuidado com "curas"

O autismo não tem cura. Confirme qualquer terapia com um profissional de saúde de confiança.

☐

Encontre o seu apoio

Contacte uma associação de autismo local. Veja bricksfoundation.co.uk/support.html para cada país.

☐

Cuide também de si

Fale com outros pais, aceite ajuda e descanse quando puder.

As minhas notas e perguntas: