

# Camuflagem Autista (CAT-Q)

Neurodevelopmental Screening Report

87

/ 175

Score

50%

Percentage

## Camuflagem baixa

### Result

As suas respostas sugerem baixos níveis de camuflagem autista. Parece relativamente confortável a expressar-se autenticamente em contextos sociais.

## Your Responses

Each answer contributed to your score.

#	Question	Your answer	Pts
1	Desenvolvi um guião a seguir em situações sociais <a href="#">Compensation</a>	Nem concordo nem discordo	3
2	Aprendi que comportamentos são esperados de mim em situações sociais observando os outros <a href="#">Compensation</a>	Discordo ligeiramente	2
3	Monitorizo a minha linguagem corporal ou expressões faciais para garantir que correspondem ao que é esperado <a href="#">Compensation</a>	Discordo ligeiramente	2
4	Pratiquei as minhas expressões faciais e linguagem corporal para parecer mais natural <a href="#">Compensation</a>	Nem concordo nem discordo	3
5	Tenho de planear conscientemente que tópicos abordar nas conversas <a href="#">Compensation</a>	Discordo ligeiramente	2
6	Aprendo competências sociais estudando personagens de ficção (livros, televisão, filmes)	Discordo ligeiramente	2

#	Question	Your answer	Pts
	<p>Compensation</p>		
7	<p>Apoio-me em certas frases ou tópicos de reserva quando não consigo pensar no que dizer</p> <p>Compensation</p>	Nem concordo nem discordo	3
8	<p>Em situações sociais, tento encontrar as regras para as poder seguir</p> <p>Compensation</p>	Nem concordo nem discordo	3
9	<p>Ajusto o meu comportamento consoante a situação social em que estou para me integrar</p> <p>Compensation</p>	Discordo ligeiramente	2
10	<p>Tento agir como acho que as pessoas esperam que eu aja</p> <p>Assimilation</p>	Nem concordo nem discordo	3
11	<p>Ajo de forma diferente em diferentes situações sociais para me integrar no grupo</p> <p>Assimilation</p>	Discordo ligeiramente	2
12	<p>Observo os outros para identificar as regras sociais em diferentes situações</p> <p>Assimilation</p>	Discordo ligeiramente	2
13	<p>Consigo falar profundamente sobre os meus interesses, mas sei que tenho de ter cuidado para não aborrecer os outros</p> <p>Assimilation</p>	Nem concordo nem discordo	3
14	<p>Copio o comportamento e as maneiras dos outros para me integrar</p> <p>Assimilation</p>	Discordo ligeiramente	2
15	<p>Leio livros ou vejo vídeos sobre situações sociais para aprender como me comportar</p> <p>Assimilation</p>	Nem concordo nem discordo	3
16	<p>Trabalho para garantir que as minhas opiniões e interesses sejam percebidos como normais</p> <p>Assimilation</p>	Discordo ligeiramente	2

#	Question	Your answer	Pts
1 7	Planeio o que dizer em situações sociais pensando no que a outra pessoa poderá estar a pensar <a href="#">Assimilation</a>	Nem concordo nem discordo	3
1 8	Escondo os meus hábitos invulgares para evitar ser percebido/a como estranho/a <a href="#">Masking</a>	Discordo ligeiramente	2
1 9	Certifico-me sempre de olhar as pessoas nos olhos, mesmo que me seja desconfortável <a href="#">Masking</a>	Nem concordo nem discordo	3
2 0	Obrigo-me a ter contacto físico (por exemplo, apertos de mão) mesmo que me seja desconfortável <a href="#">Masking</a>	Nem concordo nem discordo	3
2 1	Controlo os meus movimentos físicos ou sons vocais para parecer 'normal' em público <a href="#">Masking</a>	Nem concordo nem discordo	3
2 2	Finjo estar mais interessado/a nos tópicos que os outros querem discutir do que realmente estou <a href="#">Masking</a>	Discordo ligeiramente	2
2 3	Não revelo detalhes pessoais sobre mim porque não quero parecer 'diferente' <a href="#">Masking</a>	Discordo ligeiramente	2
2 4	Suprimo certos comportamentos (por exemplo, movimentos repetitivos) em público para não me destacar <a href="#">Masking</a>	Nem concordo nem discordo	3
2 5	Gasto muita energia mental a gerir a forma como apareço perante os outros em situações sociais <a href="#">Masking</a>	Nem concordo nem discordo	3

**AI Interpretation by Claude (Anthropic)**

claude-sonnet-4-20250514

Esta é uma prévia do relatório narrativo com IA que você recebe após completar o rastreio CATQ. O relatório completo é gerado pela IA Claude com base no seu padrão específico de respostas em cada item, produzindo uma interpretação personalizada que vai muito além da pontuação bruta.

Sua pontuação de exemplo está no meio da distribuição, ou seja, cerca de metade dos respondentes obtém pontuação maior e a outra metade menor. É uma boa base para interpretar os limiares clínicos: uma pontuação nessa faixa não é mínima nem clinicamente elevada, e o significado depende muito do contexto.

Num relatório real, esta seção destacaria os dois ou três itens que você endossou com mais força e explicaria sua relevância clínica. Indicaria o ponto de corte validado deste instrumento, compararia seu perfil ao grupo de referência e discutiria as razões mais frequentes para uma pontuação no seu nível.

Seguem recomendações práticas: ajustes de estilo de vida apoiados por pesquisas, quando considerar uma avaliação profissional e qual especialista consultar. O relatório também lista a referência publicada do instrumento para que você ou seu clínico verifiquem a metodologia.

Este rastreio não é um diagnóstico. É um ponto de partida estruturado para uma conversa com um profissional qualificado.

## Recommendations

A camuflagem baixa pode refletir conforto genuíno em situações sociais, ou níveis mais baixos de traços autistas. É um resultado saudável.

### Important Notice

This report is a screening tool only and does not constitute a medical or psychological diagnosis.

**This test does not replace a professional evaluation. For a reliable diagnosis, please consult a neuropsychologist, psychiatrist, or qualified healthcare professional.**