

Introdução

O Espelho que Parou de Refletir





O dia do diagnóstico é um divisor de águas. Quando o médico pronuncia as palavras que confirmam o Transtorno do Espectro Autista (TEA), o mundo parece parar por um instante. Nesse exato momento, nasce a "mãe-leoa" — aquela mulher disposta a mover montanhas, enfrentar sistemas de saúde, devorar livros sobre neurodesenvolvimento e lutar por cada direito do seu filho. Mas, nesse mesmo instante, muitas vezes ocorre um desaparecimento silencioso: o da mulher que existe por trás da mãe.

Este livro não é sobre o seu filho. **É sobre você.** É sobre a pessoa que agenda as terapias, que passa noites em claro pesquisando intervenções, que chora escondida no banho para não demonstrar fraqueza. É sobre a mulher que, aos poucos, foi deixando seus próprios sonhos, hobbies e necessidades em segundo plano, até quase esquecer do que gostava de fazer antes da maternidade atípica.

"Guerreiras também sangram, também cansam e também precisam de colo."

Nós sabemos que a sociedade cobra de você uma força inabalável. Esperam que você seja uma guerreira incansável, sempre pronta para a próxima batalha. Mas guerreiras também sangram, também cansam e também precisam de colo. A invisibilidade da mãe atípica é uma dor real, e o primeiro passo para curá-la é reconhecer que **você tem o direito de existir além do cuidado.**

Nas próximas páginas, não vamos falar sobre como estimular a fala ou como lidar com crises sensoriais. Vamos falar sobre como estimular a sua própria alegria e como lidar com o seu cansaço. Vamos construir, juntas, um caminho gentil de volta para si mesma. É hora de olhar para o espelho e se reconhecer de novo.

Uma promessa para você

Você não precisa se esvaziar para encher o copo do seu filho. Cuide de quem cuida.
Cuide de você.