

A SAÚDE MENTAL DAS MÃES DE CRIANÇAS ATÍPICAS

MARINI, Ana Carolina¹
OLIVEIRA, Isabela Gomes de¹
MACHADO, Thiago Pereira²

¹ Graduandas do Curso de Psicologia da Faculdade Multivix Cachoeiro de Itapemirim-ES – marinianacarolina2@gmail.com; belaisapessoal@gmail.com

² Professor orientador: Doutor e Mestre em Psicologia Institucional PPGPSI/UFES. Docente da Faculdade Multivix Cachoeiro de Itapemirim-ES – thiagopmachadopsi@gmail.com

1 INTRODUÇÃO

A saúde mental tem ganhado cada vez mais espaço entre as conversas cotidianas e, acima de tudo, nas pesquisas e estudos mais recentes. Ao restringir a temática para a realidade da saúde mental dos cuidadores, percebe-se que uma série de fatores como stress emocional, múltiplas demandas, responsabilidades no dia a dia, medos e preocupações, pressão familiar etc., se somatizam e, conseqüentemente, geram prejuízos mentais e psicológicos (André *et al.*, 2013). Dentro desse cenário é possível encontrar e correlacionar pontos em comum com as dificuldades que as mães de indivíduos neuroatípicos enfrentam.

Ao olhar para a realidade psicológica das pessoas responsáveis pelos cuidados das crianças neurodivergentes (TEA, TDAH etc.) é nítido perceber a sobrecarga gerada e isso já é evidenciado no campo de pesquisas sobre a área. Estudos comprovam que os pais de crianças com TEA apresentam altos níveis de stress, depressão e ansiedade comparados aos pais de crianças típicas (Alibekova *et al.*, 2022) e diante desses dados, é possível imaginar a dificuldade vivida pelas mães, visto que além, do cuidado com a com os afazeres domésticos e da vida profissional, os desafios da maternidade de crianças neuroatípicas compõem um cenário ainda mais desafiador e árduo para essas mulheres.

Ao longo da presente revisão bibliográfica, será possível observar que a sanidade mental das pessoas responsáveis pelas crianças com autismo é afetada em diversas áreas, desde sua dimensão íntima e pessoal, passando pela profissional e chegando até a afetiva e de relacionamentos interpessoais. Por isso, faz-se

necessário não só desvendar esse novo cenário de enfrentamento, bem como viabilizar ferramentas e meios de suporte as cuidadoras.

2 MATERIAL E MÉTODOS

Para construir o presente trabalho, diversas fontes foram consultadas. Dentre elas se destacaram as bases de dados “SciELO” e o “Google Acadêmico”. Ao realizar as buscas, foram usados descritores como “neurodesenvolvimento”, “neurodesenvolvimento atípico”, “neurodivergente”, “mães”, “cuidadores”, “autismo” e “cuidados”. A ideia, a princípio, era correlacionar a falta de amparo às mães de filhos neurodivergentes com a maior incidência de transtornos mentais associados a essa sobrecarga. Foram encontrados, durante a pesquisa, diversos indícios que comprovaram essa tese, em variadas fontes. Apesar da literatura acerca da temática não ser tão ampla o quanto se era esperado, ainda assim foi possível consolidar uma base teórica sólida e consistente sobre o assunto apresentado.

3 DESENVOLVIMENTO

O Transtorno do Espectro Autista (TEA), é um transtorno do neurodesenvolvimento (American Psychiatric Association, 2022). De acordo com Alves, Gameiro e Biazi (2022):

Marcado por déficits significativos na comunicação e interação social e por um repertório de comportamentos e interesses repetitivo e limitado, ele implica em inúmeros e significativos prejuízos no funcionamento do indivíduo (Alves, Gameiro e Biazi, 2022, pág. 413).

Ao ser diagnosticado na infância, a família precisará passar por uma série de adaptações e mudanças que serão responsáveis, como veremos, por consequências, acima de tudo, na saúde mental das mães.

Pensar na saúde mental das mães de crianças autistas requer voltar o olhar para os desafios enfrentados desde o início do processo da maternidade, visto que todos os pais idealizam, sonham e criam expectativas com a chegada e todo o crescimento da criança, portanto, desde o momento em que a mãe e o pai começam a notar que o filho apresenta dificuldades no seu desenvolvimento, surge o sentimento de preocupação e, conseqüentemente, de investigação dos motivos dessa dificuldade. Ao relatar o início dos desafios enfrentados, a mãe de uma criança diagnosticada diz que: “A minha dor de mãe atípica veio junto com o processo de

avaliação e diagnóstico, sentimentos de solidão, a sensação de perda, uma dor imensurável que não foi olhada, ouvida, tampouco cuidada.” (Matias; Eugenio, 2025), fato que evidencia as lutas internas e o descaso com a saúde mental das mães atípicas. A mesma mãe ainda relata sobre como é o pós-diagnóstico:

Com a chegada do diagnóstico a vida da família pode se tornar uma montanha-russa de sentimentos, inseguranças e lutas. Uma das maiores complicações que enfrentamos é a incompreensão da sociedade sobre o autismo. A sociedade muitas das vezes julga, olha de forma equivocada ou simplesmente ignora as necessidades que uma criança com necessidades especiais demanda (Alves, Gameiro e Biazi, 2022, pág. 4).

Dentro dessa nova configuração da vida familiar, se faz necessário elucidar que a criança irá necessitar do apoio familiar, seja nas dificuldades da adaptação social, seja no cuidado paciente e amoroso da família para que ela consiga passar pelas etapas terapêuticas necessárias. Diante disso, é esperado e comprovado por pesquisas que toda essa dinâmica do transtorno, somado aos desafios diários e da rotina familiar causam impactos sobre os familiares, visto que os cuidados e a atenção exigida pela situação são extremos e cansativos (Smeha; Cezar, 2011). Nesse contexto, o envolvimento da mãe é ainda maior e isso foi relatado, através de uma pesquisa realizada pelo Centro Universitário Franciscano, da PUC do Rio Grande do Sul, demonstrou em seus resultados, após quatro mães atípicas serem entrevistadas dizendo que:

Nos relatos das mães, foi possível identificar que os cuidados com a criança autista são prioridade em sua rotina diária. Elas dedicam integralmente seu dia ao filho, por isso elas não podem trabalhar fora ou exercer outra atividade. Cabe salientar que nenhuma das mães entrevistadas está trabalhando no momento. A rotina de cuidados, segundo elas, é árdua, difícil e cansativa (Smeha; Cezar, 2011, pág. 46).

Além disso, em alguns casos, ainda soma-se que, após o diagnóstico, muitos pais ou abandonam a família ou passam a maior parte do tempo no trabalho, deixando que as responsabilidades que também cabem a eles, todas nos ombros das mães que além de todo cansaço e estresse, ainda tem que lidar com a solidão e o abandono que “as deixam com o sentimento de inabilidade e medo do desconhecido, dessa nova incógnita que é o autismo e as incertezas a respeito do futuro da criança” (Matias; Eugenio, 2025, pág.5).

Esse novo cenário da vida familiar, quando o pai não abandona a família, também traz consequências para a relação afetiva do casal que é modificada devido ao tempo e atenção dedicada a criança (Smeha; Cezar, 2011). Naturalmente, essas

Anais da X Mostra Científica da Faculdade Multivix Cachoeiro de Itapemirim, v.10, n.1, nov. 2025.



modificações também serão causadoras de estresse e prejuízos à saúde mental das mães.

Outro aspecto a ser levado em consideração é o sentimento de culpa que muitas mães carregam. Devido a rotina de tratamento intensa e as demandas da rotina do lar, elas deixam de lado o cuidado de si, renunciando ao salão de beleza, da academia etc., devido as demandas mais urgentes e ao se permitirem viver momentos de autocuidado e lazer, o sentimento de culpa surge transformando o descanso em algo pesado (Ponte; Araujo, 2022). Esse cenário evidencia que a qualidade de vida das mães, principais cuidadoras das crianças atípicas, sofrem “prejuízo relevante nos construtos físico e mental” (Alves; Gameiro; Biazi, 2022). Por isso, sintomas de ansiedade, depressão e estresse são frequentemente observados e conseqüentemente acendem um alerta aos profissionais de saúde mental, a sociedade e aos familiares, porque as mães atípicas também precisam de auxílio, cuidado e empatia.

Por fim, Avci et al. (2002, apud Alves; Gameira; Biazi, 2022), aponta que as crises psicológicas mais recorrentes nessa parcela da população são a ansiedade e a depressão. Isso se dá tanto devido as próprias necessidades e particularidades da criança, que precisa de mais suporte dos cuidadores, quanto das pessoas que as cercam devido à falta de entendimento acerca das limitações e dificuldades que os neurodivergentes possam apresentar. Esse público, que deveria prestar auxílio e ter empatia, acaba por dificultar ainda mais o processo de inclusão e aquisição de habilidades sociais e emocionais dos autistas, por exemplo (Silva; Andrade; Bragança, 2024).

Percebe-se que as informações levantadas através da presente revisão trazem a importância do papel materno na vida das crianças atípicas, mas, que por outro lado, a dedicação ao longo do processo terapêutico e de desenvolvimento e educacional é desafiante e muitas vezes extenuante, trazendo conseqüências como estresse, ansiedade, depressão, sentimento de culpa etc., e esse panorama denuncia que a saúde mental dessas mulheres, em muitos casos, é negligenciada e até mesmo colocada de lado, devido as demandas e necessidades que a criança possui por portar TEA.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Essa é uma realidade que deve instigar e motivar familiares, profissionais e a própria sociedade no cuidado e empatia com as mães de crianças autistas, visto que elas, assim como as crianças, passam por muitos desafios. Tal estudo se propôs a levantar dados e cruzar informações para elucidar a pertinência da problemática apresentada a fim de que medidas possam ser tomadas para favorecer a manutenção da qualidade de vida dessas mulheres.

REFERÊNCIAS

ALIBEKOVA, Raushan; CHAN, Chee Kai; CRAPE, Byron; KADYRZHANULY, Kainar; GUSMANOV, Arnur; AN, Sofiya; BULEKBAYEVA, Sholpan; AKHMETZHANOVA, Zulfiya; AINABEKOVA, Assel; YERUBAYEV, Zhanibek; YESSIMKULOVA, Fariza; BEKISHEVA, Aislu; OSPANNOVA, Zarina; RAKHIMOVA, Makhabbat. Estresse, ansiedade e depressão em pais de crianças com transtorno do espectro autista no Cazaquistão: prevalência e fatores associados. **Global Mental Health**, Cambridge, v. 9, p. 472-482, 2022. DOI: 10.1017/gmh.2022.51. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC9806964/>. Acesso em: 8 out. 2025.

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION (APA). **Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5**. 5. ed. [Tradução: Maria Inês Corrêa Nascimento et al.]. Revisão técnica: Aristides Volpato Cordioli. Porto Alegre: Artmed, 2014.

ANDRÉ, Suzana Maria Fernandes Serrano; CUNHA NUNES, Maria Madalena Jesus; MARTINS, Maria Manuela Ferreira Pereira da Silva; RODRIGUES, Vítor Manuel Costa Pereira. Saúde mental em cuidadores informais de idosos dependentes pós-acidente vascular cerebral. **Revista de Enfermagem Referência**, v. 3, n. 11, p. 85-94, dez. 2013. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/3882/388239970014.pdf>. Acesso em: 8 out. 2025.

PONTE, Amélia Belisa Moutinho da; ARAÚJO, Lucivaldo da Silva. Vivências de mães no cuidado de crianças com transtorno do espectro autista. **Revista do NUFEN**, Belém, v. 14, n. 2, p. 89-108, maio/ago. 2022. Disponível em: https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2175-25912022000200010. Acesso em: 8 out. 2025.

SANTOS, Ana Paula; OLIVEIRA, Juliana Cristina; LIMA, Carla; PEREIRA, Fernanda. Saúde mental materna e cuidados com crianças com transtorno do espectro autista. **Psicologia em Pesquisa**, São Paulo, v. 16, n. 3, p. 50-62, 2022. Disponível em: https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-84862022000300011. Acesso em: 8 out. 2025.

SILVA, Isabela Rodrigues da; ANDRADE, Matheus Adriano de Castro; BRAGANÇA, Raielly Raissa Oliveira. **Saúde Mental e Qualidade de Vida do Cuidador da Pessoa Autista**. 2024. Artigo (Graduação em Psicologia) - Centro Universitário

Betim da rede Ânima Educação, Betim, 2024. Disponível em:
<https://repositorio.animaeducacao.com.br/handle/ANIMA/47885>. Acesso em: 8 out. 2025.

SMEHA, Luciane Najar; CEZAR, Pâmela Kurtz. A vivência da maternidade de mães de crianças com autismo. **Psicologia em Estudo**, Maringá, v. 16, n. 1, p. 43-50, jan./mar. 2011. Disponível em:
<https://www.scielo.br/j/pe/a/QypM8WrpBcGX9LnwfvqgWpK/?format=html&lang=pt>. Acesso em: 8 out. 2025.