

IMPACTOS E DESAFIOS NA SAÚDE MENTAL DE PAIS DE CRIANÇAS COM TRANSTORNO DO ESPECTRO AUTISTA.

SILVA, Letícia Santos Barbosa¹
ARAUJO, Victor Fabiano de Freitas¹
SILVA, Me. Marcos Pereira²

RESUMO: O presente estudo examina os impactos psicológicos e os desafios enfrentados por pais de crianças diagnosticadas com Transtorno do Espectro Autista (TEA), considerando as repercussões emocionais, sociais e familiares decorrentes do diagnóstico. Tem como objetivo compreender as reações emocionais iniciais, os efeitos da sobrecarga cotidiana, as estratégias de enfrentamento utilizadas pelos cuidadores e a relevância da rede de apoio e do acompanhamento psicológico no processo adaptativo. Metodologicamente, trata-se de uma pesquisa bibliográfica qualitativa sustentada por produções científicas recentes e verificáveis, publicadas entre 2020 e 2025. A análise evidencia que o diagnóstico pode desencadear luto, estresse, ansiedade e depressão, agravados pelas demandas intensas do cuidado e pela insuficiência de suporte social. Diante disso, destaca-se a importância do apoio profissional e das redes de apoio formais e informais como elementos essenciais para a promoção da saúde mental dos pais e melhora da qualidade de vida familiar.

Palavras chave: Autismo. Diagnóstico. Impactos. Pais.

ABSTRACT: The present study examines the psychological impacts and challenges faced by parents of children diagnosed with Autism Spectrum Disorder (ASD), considering the emotional, social and family repercussions resulting from the diagnosis. It aims to understand the initial emotional reactions, the effects of daily overload, the coping strategies used by caregivers and the relevance of the support network and psychological monitoring in the adaptive process. Methodologically, it is a qualitative bibliographic research supported by recent and verifiable scientific productions, published between 2020 and 2025. The analysis shows that the diagnosis can trigger grief, stress, anxiety and depression, aggravated by the intense demands of care and the insufficiency of social support. Therefore, the importance of professional support and formal and informal support networks is highlighted as essential elements for the promotion of parents' mental health and improvement of the quality of family life.

Keywords: Autism. Diagnosis. Impacts. Parents.

¹Graduanda em Psicologia pela Faculdade Santa Rita de Cássia (IFASC), na cidade de Itumbiara - Goiás, Brasil. E-mail: leticiasantosbarbosa00@gmail.com

¹Graduando em Psicologia pela Faculdade Santa Rita de Cássia (IFASC), na cidade de Itumbiara - Goiás, Brasil. E-mail: victorbackup93@icloud.com

²Mestre em Psicologia pela Universidade Federal de Uberlândia (UFU). Docente do curso de Bacharelado em Psicologia da Faculdade Santa Rita de Cássia (IFASC). E-mail: marcos.p_silva@icloud.com

1. INTRODUÇÃO

O Transtorno do Espectro Autista (TEA) é compreendido como um transtorno do neurodesenvolvimento que se manifesta nos primeiros anos de vida, não tem uma trajetória uniforme, e persiste por toda a vida. Essa condição interfere no desenvolvimento das habilidades sociais e comunicativas, sendo caracterizado por déficits na interação social e pela presença de comportamentos estereotipados e restritos. (Assumpção; Kuczynski, 2015 apud Lopes, 2020).

Nesse contexto, o diagnóstico do TEA se configura como uma condição complexa e desafiadora, sobretudo para as famílias responsáveis pelos cuidados das crianças diagnosticadas. Diante dessa realidade, os pais tendem a apresentar elevados níveis de estresses, sentimentos de raiva, insegurança, medo, culpa, e em alguns casos, sintomas depressivos. Além disso, as relações familiares podem sofrer desajustes significativos, uma vez que a ausência de suporte psicológico e as limitações decorrentes do convívio social contribuem para a desestabilização emocional e o enfraquecimento dos vínculos familiares. (Hilário, Azevedo e Souza, 2021)

Diante desse cenário, a pesquisa teve como foco abordar a seguinte questão central: Como o diagnóstico do TEA impacta a saúde mental desses pais e quais os principais desafios enfrentados?

Neste sentido, o presente trabalho teve como principal objetivo: analisar os impactos psicológico e os desafios enfrentados por pais de crianças com TEA, considerando as repercussões para a sua saúde mental. Entre os objetivos específicos que orientam a pesquisa, destacam-se: identificar os principais sentimentos e reações psicológica vivenciados pelos pais diante do diagnóstico; investigar os desafios cotidianos enfrentados pela família na adaptação às demandas do cuidado; analisar de que forma a rede de apoio (familiar, social, profissional) influencia o processo de enfrentamento; refletir sobre o papel do psicólogo no acolhimento e fortalecimento da saúde mental dos pais.

Embasando-se na importância desta pesquisa, formula-se a seguinte hipótese: O diagnóstico do Transtorno do Espectro Autista (TEA) impacta significativamente a saúde mental dos pais, gerando sobrecarga emocional, estresse e sofrimento psicológico,

especialmente quando não há uma rede de apoio adequada ou acompanhamento psicológico contínuo.

Dentro deste raciocínio, justifica-se a atual pesquisa, tendo em vista sua relevância científica, social e prática. Considerando que a saúde mental dos pais constitui fator determinante no modo como a família lida com o desenvolvimento da criança autista torna-se fundamental compreender os efeitos emocionais do diagnóstico sobre os pais. Estudos apontam que a sobrecarga psicológica, quando não adequadamente amparada, pode comprometer não apenas o bem-estar dos pais, mas também a qualidade das interações familiares e o engajamento em intervenções terapêuticas precoces, essenciais para o progresso da criança.

Portanto, uma pesquisa sobre os impactos e desafios que permeiam a vivência parental diante do TEA, é relevante, oportuna, e pode ter um impacto positivo na saúde mental da sociedade, bem como também ampliar a compreensão e o apoio a essas famílias.

2. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

2.1 O Transtorno do Espectro Autista

De acordo com o DSM-5-TR, o Transtorno do Espectro Autista está inserido no grupo dos Transtornos do Neurodesenvolvimento, uma vez que se manifesta nos primeiros anos da infância (APA, 2023). A condição se caracteriza por dificuldades persistentes na comunicação e na interação social em diferentes contextos, incluindo limitações na reciprocidade social, no uso de comportamentos comunicativos não verbais para interações e na capacidade de estabelecer, manter e compreender relações interpessoais. (Barros e Andrade, 2025).

Nesse sentido, Acero (2013, *apud* Caparroz e Soldara, 2022, p.37) descreve:

O autismo define-se como uma condição comportamental que dificulta que a criança consiga desenvolver normalmente noções básicas de interação social, de comportamento e até de fala. A criança apresenta certo atraso no desenvolvimento de habilidades, como falar, se socializar, entender linguagens não verbais, e entre outras, atrasos esses que se iniciam nos primeiros anos de vida. As crianças autistas se caracterizam por não atingirem o marco esperado conforme a idade, e quanto mais elas crescem, e se deparam com uma demanda maior de interação social, as dificuldades de selarem esse convívio ficam ainda mais aparentes (ACERO, 2013 *apud* Caparroz e Soldara, 2022 p.37).

Além disso, Barros e Andrade (2025) ressaltam que o diagnóstico do TEA envolve a identificação de padrões restritos e repetitivos de comportamento, interesses ou atividades. Considerando que os sintomas podem se modificar ao longo do desenvolvimento e serem mascarados por estratégias compensatórias, o diagnóstico também pode ser fundamentado em informações prévias, desde que a condição atual produza impacto significativo na vida do indivíduo.

Segundo Marques C, Marques M e Maia (2020), o diagnóstico precoce do Transtorno do Espectro Autista (TEA) possibilita a implementação de intervenções mais cedo, favorecendo o desenvolvimento das habilidades comprometidas e promovendo uma melhor adaptação tanto para o indivíduo quanto para sua família. Apesar de ser um desafio, o diagnóstico em idades cada vez mais precoces é considerado de grande relevância, uma vez que ocasiona diversas mudanças na vida familiar devido às necessidades de acompanhamento contínuo da criança.

Os autores destacam que, para os pais, a descoberta do diagnóstico pode desencadear um processo de negação, marcado pelo luto em relação ao filho idealizado e pela dificuldade de aceitar a condição. Dessa forma, é fundamental, logo após esse impacto inicial, que a família busque o acompanhamento de uma equipe multidisciplinar, garantindo orientações adequadas para o desenvolvimento da criança e favorecendo a aceitação familiar.

2.2 O impacto do diagnóstico na saúde mental dos pais

Quando os pais descobrem que terão um filho, inicia-se um processo de idealização, no qual projetam expectativas sobre como será a criança e o que ela fará no futuro. Frequentemente, esses projetos incluem desejos e sonhos próprios dos pais, que podem não corresponder à realidade da criança. Ao receber o diagnóstico de Transtorno do Espectro Autista (TEA), os pais percebem que suas expectativas precisarão ser ajustadas, o que pode gerar sentimentos de medo, tristeza, sensação de incapacidade e, em algumas situações, negação do diagnóstico, já que todo o planejamento realizado anteriormente precisa ser refeito (Silva et al., 2009, *apud* Cunha et al., 2022).

Lopes et al. (2019 *apud* Souza, Bahia e Cruz, 2024) apontam que o diagnóstico inicial pode provocar sentimentos intensos de desespero e tristeza, caracterizando uma espécie de luto, seguido por um processo de ressignificação da relação entre mãe e filho. A atuação precoce e o suporte constante são fundamentais para auxiliar as mães a superarem esse luto e a se

adaptarem à nova realidade, favorecendo um ajuste mais positivo e saudável na dinâmica familiar.

Dessa forma, o diagnóstico de TEA representa um momento emocionalmente desafiador para os pais, que podem vivenciar um processo de luto ao perceberem que as expectativas que tinham para seus filhos podem não se concretizar conforme o planejado. O cuidado de uma criança com TEA pode ser fisicamente e emocionalmente desgastante, gerando altos níveis de estresse devido às demandas diárias e às preocupações constantes. Além disso, essas responsabilidades podem levar ao isolamento social desses pais, uma vez que eles frequentemente enfrentam dificuldades para participar de atividades comuns (Sales *et al.*, 2024).

A sobrecarga emocional dos pais é um fator recorrente na literatura científica. De acordo com Fernandes *et al.* (2020), mães de crianças com TEA apresentam maiores níveis mais elevados de estresse e sintomas depressivos em comparação as mães de crianças neurotípicas, evidenciando a necessidade de acompanhamento psicológico e suporte especializado para minimizar esses efeitos adversos dessa sobrecarga.

2.3 Os desafios cotidianos e repercussões emocionais dos pais

A notícia do diagnóstico de Transtorno do Espectro Autista (TEA) à família configura-se como um evento potencialmente disruptivo, caracterizado por uma ampla gama de reações emocionais, tais como choque, tristeza, apreensão e insegurança frente às projeções futuras. Segundo Sales *et al.* (2024), a forma como cada responsável processa esse momento apresenta considerável variabilidade, o que pode gerar divergências nos modos de enfrentamento e, por consequência, ocasionar conflitos na relação conjugal. Além disso, as necessidades emocionais e financeiras inerentes ao cuidado de uma criança com TEA tendem a intensificar a sobrecarga parental, contribuindo para o desgaste do vínculo entre os pais.

Caparroz e Soldera (2022) destacam que, por se tratar de uma situação inesperada, o cuidado de uma criança com TEA exige intensa dedicação, provocando alterações significativas na vida dos pais. Segundo esses autores, esse novo contexto implica rever planos, expectativas e formas de organização familiar. Assim, o ambiente emocional e a rotina sofrem mudanças, uma vez que a família precisa adaptar suas atividades cotidianas a novas necessidades.

No que diz respeito à rotina, Cunha *et al.* (2022) explicam que crianças autistas tendem a apresentar dificuldades diante de mudanças inesperadas, o que pode intensificar os

sentimentos de estresse e afetar comportamentos. Por esse motivo, os autores observam que os pais frequentemente buscam manter um padrão diário estruturado, considerando que antecipar e prevenir comportamentos desafiadores costuma ser menos desgastante do que lidar com eles posteriormente.

Além dos cuidados cotidianos, Cunha *et al.* (2022) afirmam que diversos estudos apontam que o suporte profissional no período pós-diagnóstico é fundamental, especialmente para as mães. A literatura mostra que transtornos do desenvolvimento, como o TEA, podem gerar altos níveis de estresse nos cuidadores, favorecendo o surgimento de sintomas depressivos e afetando o bem-estar materno e infantil.

Nesse sentido, as mães enfrentam grande sobrecarga devido às múltiplas responsabilidades, ao acúmulo de tarefas e à falta de tempo para o autocuidado. A ausência de apoio especializado pode aumentar tensões físicas e emocionais, intensificando sentimento de culpa e elevando o risco de estresse, depressão e ansiedade. (Semensato, Schmidt e Bosa, 2010, *apud* Caparroz e Soldera, 2022).

Além disso, (Fávero e Santos, 2005 *apud* Silva 2020) destacam que “As famílias geralmente precisam se adaptar a uma nova rotina, e com isso há sobrecarga de tarefas, exigências, ocasionando em possíveis situações geradoras de estresse.”

2.4 A importância da rede de apoio, políticas públicas e o papel do psicólogo para os pais de crianças com TEA

O diagnóstico do Transtorno do Espectro Autista (TEA) impõe desafios significativos às famílias, tornando essencial a existência de redes de apoio e políticas públicas eficazes. Dias *et al.* (2020) destacam que o suporte social e governamental desempenha papel crucial na redução do impacto emocional, financeiro e estrutural enfrentado pelos cuidadores, além de favorecer a inclusão e o desenvolvimento da criança com TEA.

As redes de apoio, tanto formais quanto informais, têm papel fundamental na adaptação das famílias ao diagnóstico. Grupos de pais, associações especializadas e organizações não governamentais oferecem suporte emocional e informações relevantes sobre tratamentos e direitos legais, contribuindo para o enfrentamento das demandas diárias (Pereira *et al.*, 2019 *apud* Luz, 2025).

Correia e Cavalcante (2023) indicam que a participação em grupos de apoio reduz a sobrecarga emocional e possibilita a ressignificação do diagnóstico, promovendo maior preparo dos cuidadores para lidar com os desafios cotidianos.

Além disso, Cunha *et al.*, (2022), aponta que o apoio da família extensa também é determinante para a redução da sobrecarga da família nuclear, uma vez que possibilita o compartilhamento de responsabilidades e reforça a solidariedade entre os membros. Nesse sentido, o suporte social de parentes é apontado como um fator relevante de auxílio às famílias de crianças com TEA.

Dessa forma, o psicólogo é considerado um profissional essencial para aliviar preocupações e orientar a família quanto às formas de agir e estimular a criança de acordo com suas necessidades. Além disso, diante das mudanças enfrentadas pelas famílias, esse profissional atua como facilitador nas reorganizações e adaptações da rotina familiar, oferecendo suporte especialmente às mães, que frequentemente dedicam-se integralmente aos cuidados da criança (Suzuki *et al.*, 2020).

Além disso, o acompanhamento com psicólogos ou terapeutas oferece um espaço seguro para que as mães possam expressar suas emoções, processar sentimentos de medo, frustração e cansaço, e desenvolver estratégias de gestão do estresse. Para muitas mulheres, a terapia constitui um suporte essencial, auxiliando na manutenção da saúde mental e no enfrentamento dos altos e baixos emocionais vivenciados ao longo do cuidado da criança com TEA (Guimarães & Tachibana, 2021 *apud* Souza, Bahia & Cruz, 2024)

3. METODOLOGIA

A presente obra deu-se por meio da pesquisa bibliográfica de cunho qualitativo descritivo, objetivando a revisão de documentos cujo conteúdo estivesse voltado para a temática, agregando informações que contemplassem desde um arcabouço introdutório até um apurado de informações atualizadas, respeitando a veracidade dos conteúdos e optando por documentos verificáveis. Em complemento, foram utilizados trabalhos publicados online, priorizando materiais que respeitassem os preceitos da ciência e sua seriedade, abandonando documentos que atribuíssem um conceito de inverdades.

De forma como segue com o intuito de esclarecer o entendimento acerca do conceito de metodologia, Alves, Oliveira e Sousa (2021 p. 03) classificam que:

A pesquisa bibliográfica é o levantamento ou revisão de obras publicadas sobre a teoria que irá direcionar o trabalho científico o que necessita uma dedicação, estudo e análise pelo pesquisador que irá executar o trabalho científico e tem como objetivo reunir e analisar textos publicados, para apoiar o trabalho científico. (Alves, Oliveira e Sousa, 2021, p.03)

O escrito, inerente a sua confecção, fundamentou-se meio de uma pesquisa minuciosa, onde foram encontradas aproximadamente 4.400 (quatro mil e quatrocentas) obras que elucidam os impactos do diagnóstico do Transtorno do Espectro Autista na saúde mental dos pais. Por conseguinte, selecionou-se 22 (vinte e dois) trabalhos que melhor se adequavam à temática, respeitando um recorte temporal dos anos de 2020-2025 (dois mil e vinte - dois mil e vinte e cinco), enfatizando um aprofundamento em informações mais recentes, embora não abandone o resgate às narrativas clássicas.

Para desenvolver esta pesquisa, foram utilizados artigos publicados em sites confiáveis, bibliotecas digitais, livros, periódicos online e livros. Para tanto, foram utilizados artigos científicos sobre o tema em questão, incluindo estudos experimentais e revisões de literatura, provenientes das bases de dados Scielo e Google Acadêmico.

Por este viés, foram atribuídos por dados de maior relevância a leitura, coleta e fichamento dos arquivos pesquisados. Sendo assim, posterior a análise das obras selecionadas, possibilitou-se um comparativo dos objetivos gerais e específicos, que focaliza conceitos pertinentes ao estudo, tanto quanto o debate acerca da temática e suas premissas, salientando dificuldades inerentes ao trabalho e sua pertinência mediante o contexto social.

4. RESULTADOS E DISCUSSÃO

4.1 Reações emocionais ao diagnóstico

O diagnóstico de Transtorno do Espectro Autista (TEA) representa para muitos pais uma ruptura profunda entre o filho idealizado e o filho real. Entretanto, entende-se que quando o bebê nasce é acolhido em um berço simbólico, e ao observar este bebê nos primeiros momentos ou posteriormente, constata algo divergente de forma expressiva daquilo que esperavam, inicia-se um processo de reconstrução de tudo aquilo que foi idealizado e que a partir desse momento, torna-se necessário reconhecer a realidade, enxergar o filho, como ele é, com seus aspectos próprios e não aqueles tão bem idealizados. Mediante essa constatação,

quando surge algum tipo de deficiência, esse processo costuma ser ainda mais profundo para os pais, levando ao que a literatura científica descreve como um período de luto e a elaboração emocional diante da perda do “filho ideal” que imaginaram. (Lima, Melo e Pessoa, 2022)

Ao confrontarem a realidade de um filho que não corresponde àquele que haviam imaginado, planejado e idealizado, os pais são atravessados por uma combinação complexa de emoções. O processo de vivenciar o “luto por um filho vivo” desencadeia sentimentos profundos de angústia, tristeza, ansiedade, frustração, medo e sofrimento. A partir disso, muitos iniciam uma busca intensa por alternativas e intervenções, como se acreditassem que um esforço incansável pudesse, em algum momento, produzir uma transformação súbita, permitindo que esse filho se tornasse aquilo que entendem como uma criança “normal”. (Silva, 2024)

Além disso, é inegável que diagnóstico de TEA provoca um forte impacto nos pais, pois a figura do filho idealizado se confronta com a realidade. Nesse confronto, eles vivenciam um processo semelhante ao luto pelo filho perfeito que imaginaram. A visão do herdeiro com um futuro promissor é interrompida, desfeita, e isso desperta sentimentos de autocomiseração, de pena por si mesmos e pelo próprio filho. Assim, todos se veem forçados a redirecionar o caminho, reorganizar a rotina, rever planos e sonhos. O que permanece são lembranças e imagens do que poderia ter sido acompanhada de emoções dolorosas que corroem o íntimo. (Souza, Azevedo e Hilário, 2021)

Frente a esse cenário Silva *et al.* (2020), enfatizam que o impacto do diagnóstico nos pais pela perda desse filho idealizado é carregado de sentimentos controversos, onde, por exemplo, muitas mães relatam dificuldades iniciais em assumir o cuidado cotidiano da criança, movidas por sentimentos de angústia, culpa, frustração e até negação diante da nova realidade imposta pelo autismo. Essa negação, frequentemente observada nos primeiros momentos após o diagnóstico, leva algumas famílias a buscarem sucessivas opiniões médicas na expectativa de obter uma resposta diferente daquela que receberam. Tal quadro emocional pode ser ainda mais intenso, considerando que mães de crianças com TEA tendem a apresentar níveis elevados de ansiedade e sintomas depressivos frente ao diagnóstico.

Assim, compreende-se que a maneira como a família recebe o diagnóstico exerce influência decisiva sobre o percurso de desenvolvimento da criança. A postura do profissional

responsável pela comunicação da condição, evidenciando não apenas as restrições, mas também as capacidades e possibilidades do indivíduo repercute diretamente no modo como os familiares irão investir afetiva e instrumentalmente na criança. Embora a manifestação do TEA varie em intensidade e apresente desafios específicos em cada etapa da vida, observa-se que, de modo geral, as dificuldades relacionadas à comunicação tendem a acompanhar o sujeito até a vida adulta (Minatel e Matsukura, 2014 *apud* Cavalcante 2023). Dessa forma, destaca-se a relevância de um acolhimento sensível e informativo, capaz de favorecer tanto a reorganização familiar quanto a promoção do desenvolvimento da pessoa com TEA.

4.2 Desafios cotidianos e sobrecarga parental

Silva (2022) aponta que, a partir do momento em que os pais recebem o diagnóstico da criança, inicia-se uma etapa pela busca de assistência e tratamento apropriado para seu filho. Nesse processo, grande parte do tempo e da energia dos responsáveis passam a ser direcionadas às demandas das crianças. Contudo, é comum que, ao priorizar exclusivamente o cuidado do filho, sobretudo a mãe acabe negligenciando suas próprias necessidades e deixando de acessar os recursos de apoio essenciais para sustentar essa trajetória. Tanto a criança quanto a família necessitam desse suporte, de modo que o bem-estar materno se torne uma condição fundamental para que ela possa exercer o cuidado de forma consistente e favorecer um desenvolvimento mais saudável e contínuo para o filho.

Conforme destaca Ferreira (2023), o nível de suporte que essa criança precisa dificulta ainda mais essa fase de adaptação, o que justificando o alto nível de estresse em famílias atípicas. Esse estresse parental não pode ser considerado secundário, uma vez que sintomas de ansiedade e depressão tendem a emergir diante das múltiplas exigências emocionais e físicas impostas pelo cuidado contínuo, intensificadas pelas particularidades e limitações associadas ao transtorno. Apesar disso, o autor ressalta que o acesso à informação e a orientação adequada podem reduzir significativamente tais sintomas, ao proporcionar maior segurança aos pais no enfrentamento da nova realidade.

Dessa forma, as famílias de crianças com diagnóstico de TEA enfrentam transformações profundas em diversos aspectos de sua vida cotidiana, afetando a convivência social, as expectativas quanto ao futuro, a organização dos projetos familiares, a trajetória profissional, a

estabilidade financeira e o equilíbrio emocional. Nesse contexto, observa-se que a responsabilidade pelos cuidados diários recai, com frequência, de maneira mais intensa sobre a mãe. Além de atender às demandas específicas do filho autista, ela precisa conciliar sua atenção com as necessidades de outros filhos, do parceiro e das atividades domésticas, o que pode comprometer seu desempenho nessas esferas e gerar tensões significativas na dinâmica familiar. Tais sobrecargas acabam repercutindo diretamente em seu bem-estar emocional, aumentando a vulnerabilidade a estados de estresse e esgotamento (Pinto *et al.*, 2016 *apud* Rodrigues e Leontino 2023).

4.3 Estratégias de enfrentamento e adaptação

Anjos e Moraes (2021) evidenciam que, em estudos comparativos entre famílias de crianças com diversas questões do desenvolvimento, observa-se a predominância de uma visão negativa do diagnóstico do TEA, associada a sentimentos e reações de rejeição, tristeza, preconceito, dependência e superproteção. As Famílias que têm uma visão otimista conseguem valorizar as competências de seus filhos, reconhecendo como padrões frequentes os traços que favorecem seu desenvolvimento.

Rodrigues e Leontino (2025, p. 5) complementam que “Diante dessa realidade, os sentimentos tornam-se justificáveis frente ao medo do desconhecido, do isolamento social e da rejeição que pode vir da sociedade, visto que o estigma e a discriminação dados a uma criança com deficiência provocam efeitos desagradáveis.”

Dessa forma, Gadelha *et al.*, (2025) afirma que um dos fatores que contribuem de forma positiva para o bem-estar emocional dos responsáveis pela criança é o suporte familiar, profissional e social; no entanto, muitos pais percebem os desafios que uma criança com TEA enfrenta para se inserir socialmente.

Além disso, é fundamental oferecer um acolhimento adequado aos pais cujo filho(a) recebeu o diagnóstico de TEA. Esse suporte pode facilitar o processo de enfrentamento do diagnóstico e contribuir para que os cuidadores avancem mais rapidamente pelas fases do luto, que seguem uma sequência relativamente previsível. Entretanto, o apoio apenas da família não é suficiente quando a criança apresenta múltiplas limitações decorrentes do autismo. Torna-se

necessário, portanto, um acompanhamento técnico abrangente, envolvendo não apenas profissionais da saúde, mas também especialistas da área da educação. (Suzuki *et al.*, 2020)

O estudo de Sanini *et al.* (2010 apud Souza, Bahia e Cruz, 2024) evidencia a importância das atividades de lazer para mães de crianças autistas, destacando que práticas como leitura e assistir televisão funcionam como estratégias para aliviar o estresse provocado pela sobrecarga familiar. Além disso, ressalta-se a necessidade de ampliar oportunidades de recreação e criar espaços nos quais essas cuidadoras possam ser ouvidas, trocar experiências, compartilhar dificuldades e reduzir suas angústias e incertezas.

Nesse cenário, a capacidade de aceitar que nem todos os dias serão perfeitos e que nem tudo sairá conforme o planejado torna-se essencial para enfrentar os desafios. Muitas mães adotam a postura de “um dia de cada vez”, valorizando pequenos progressos e conquistas, o que ajuda a diminuir o estresse e a frustração, promovendo uma visão mais positiva da jornada de cuidado (Dos Anjos; De Moraes, 2021).

Embora existam pesquisas que abordem as dificuldades vivenciadas pelas famílias, ainda há uma escassez de estudos mais aprofundados sobre as estratégias de enfrentamento utilizadas pelos pais e sobre os fatores capazes de reduzir o impacto emocional nos primeiros momentos após o diagnóstico. Além disso, a literatura apresenta limitações no que se refere aos efeitos a longo prazo na saúde mental desses cuidadores, especialmente no que diz respeito ao surgimento de transtornos como depressão, ansiedade e burnout parental (Gadelha *et al.*, 2025).

4.4 Influência da rede de apoio e do acompanhamento psicológico

Duarte (2019 apud Cavalcante 2023) destaca que o apoio psicológico aos pais após o diagnóstico de TEA é essencial, uma vez que eles são diretamente responsáveis pelo desenvolvimento da criança. O acompanhamento com profissionais de saúde mental ajuda a família a lidar com o momento de crise, impactando positivamente a relação com o filho. A promoção da saúde emocional dos cuidadores contribui para reduzir a desorganização emocional causada pelo diagnóstico, favorecendo a compreensão do transtorno, a busca por tratamentos eficazes, a maior capacidade de atender às necessidades da criança e a possibilidade de acolhê-la de maneira afetiva.

Concordando com a importância do acompanhamento emocional dos pais, Machado et al. (2018 *apud* Cavalcante 2023) ressaltam que o manejo da família deve contemplar tanto os aspectos positivos, como o fortalecimento da união entre os membros diante das novas dificuldades cotidianas, quanto os desafios, como a dedicação intensa à criança. Além disso, destacam a necessidade de trabalhar a “re-idealização” do filho, construindo uma relação com a criança real em vez da imagem idealizada. Esse processo envolve investir emocionalmente na criança, fortalecendo vínculos autênticos e promovendo um desenvolvimento mais saudável tanto para os pais quanto para a criança.

Marques C, Marques M, e Maia (2020, p. 17) tecem algumas considerações relevantes a esse respeito e defendem que:

O acompanhamento dos profissionais é fundamental, assim podem trabalhar com a família onde oferecem espaços de apoio, compreensão, aceitação e um ambiente propício à individualidade. Ressaltando a importância do papel de uma família de proporcionar um ambiente seguro, onde seus filhos possam aprender a ser humanos, amá-los, formar a sua personalidade, desenvolver a sua autoimagem e relacionar-se com a sociedade. A família auxilia as crianças aos cuidados físicos e ensina-lhes a interpretação que faz da realidade social que vivenciam no cotidiano (MARQUES C.; MARQUES M.; MAIA, 2020, p. 17).

As redes de apoio desempenham papel essencial na vida das mães, influenciando de forma positiva sua qualidade de vida durante a maternidade. Receber suporte de pessoas próximas e de instituições qualificadas ajuda a reduzir a sobrecarga associada aos cuidados de uma criança com TEA. Nesse contexto, as relações familiares surgem como a principal fonte de auxílio, oferecendo condições para que a mãe enfrente e se mantenha resiliente diante das demandas diárias de cuidado (Smeha; Cezar, 2011 *apud* Baldo et al., 2024).

Souza *et al.* (2021) destacam a relevância das redes de apoio durante e após o diagnóstico do filho, uma vez que as mães necessitam de pessoas que possam acompanhá-las e auxiliá-las ao longo dessa jornada. Além disso, essas redes contribuem para que os cuidadores compreendam que o diagnóstico não diminui as potencialidades da criança, ampliando sua visão sobre as oportunidades e possibilidades de desenvolvimento que podem ser proporcionadas.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente estudo permitiu uma análise aprofundada acerca dos impactos psicológicos e dos desafios enfrentados por pais de crianças diagnosticadas com Transtorno do Espectro Autista (TEA), evidenciando que o diagnóstico representa um marco significativo na estrutura emocional e na dinâmica cotidiana das famílias. Constatou-se que o momento pós-diagnóstico é atravessado por sentimentos intensos, tais como tristeza, medo, culpa, angústia e frustração, frequentemente associados ao processo de luto pelo filho idealizado. Esse conjunto de reações interfere diretamente na saúde mental dos cuidadores, tornando-os mais vulneráveis a quadros de estresse, ansiedade e sintomas depressivos.

Além disso, observou-se que os desafios cotidianos decorrentes das demandas específicas do cuidado de uma criança com TEA repercutem na rotina familiar, ocasionando sobrecarga emocional, desgaste físico e readequação dos projetos de vida. A literatura indica que tais dificuldades tendem a se intensificar quando os cuidadores não dispõem de apoio suficiente, seja em âmbito familiar, social, institucional ou psicológico. Paralelamente, verificou-se que a responsabilidade pelos cuidados diários recai, majoritariamente, sobre as mães, o que amplia a vulnerabilidade emocional desse grupo.

Por outro lado, os achados evidenciam que a presença de uma rede de apoio sólida, exerce influência determinante no processo de adaptação e enfrentamento das famílias. O suporte oferecido por esses grupos auxilia na redução da sobrecarga, promove maior segurança emocional e favorece a construção de uma visão mais realista e acolhedora da criança. Destaca-se também a relevância do acompanhamento psicológico, que proporciona um espaço seguro para a expressão de sentimentos, elaboração do luto e desenvolvimento de estratégias de regulação emocional, possibilitando que os cuidadores enfrentem as adversidades de forma mais saudável.

Conclui-se, portanto, que compreender os impactos do diagnóstico de TEA sobre os pais é essencial não apenas para o fortalecimento das relações familiares, mas também para o desenvolvimento global da criança. Em síntese, cuidar da saúde mental dos pais significa, consequentemente, promover melhores condições de desenvolvimento para a criança com TEA e contribuir para uma sociedade mais inclusiva e sensível às necessidades dessas famílias.

REFERÊNCIAS

AMARAL, Thais C. B. et al. Análise emocional e comportamental de pais de crianças com TEA após o diagnóstico dos seus filhos. Disponível em: <http://cathedral.ojs.galoa.com.br/index.php/cathedral/article/view/780/230>. Acesso em: 02 nov. 2025.

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. *Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais: DSM-5-TR*. 5. ed. rev. Porto Alegre: Artmed, 2023.

BALDO, Marcelo Perim et al. Saúde mental na família de crianças com Transtorno do Espectro Autista. Disponível em: <https://downloads.editoracientifica.com.br/articles/240616833.pdf>. Acesso em: 22 ago. 2025.

BARROS, Sarah Gonçalves; ANDRADE, Vinicius Novais C. Critérios de diagnóstico do Transtorno do Espectro Autista por meio do DSM-5-TR e CID-11. *Revista Unifan: Psicologias em Movimento*, v. 5, n. 1, jan./jul. 2025. Disponível em: <https://www.revistas.unifan.edu.br/index.php/RevistaISEPsicologias/article/view/1282>. Acesso em: 10 set. 2025.

CAPARROZ; SOLDERA. Transtorno do Espectro Autista: impactos do diagnóstico e suas repercussões no contexto das relações familiares. *Open Minds International Journal*, v. 3, n. 1, p. 33–44, 2022. Disponível em: <https://www.openmindsjournal.com/index.php/openminds/article/view/142/117>. Acesso em: 27 set. 2025.

CAVALCANTE, Lilian de Moraes. Vivenciando o luto do filho idealizado e enfrentando a luta: o impacto do diagnóstico na família de crianças com autismo e a relevância do entendimento e das intervenções precoces. Disponível em: <https://repositorio.faculdefama.edu.br/xmlui/handle/123456789/249>. Acesso em: 03 set. 2025.

DIAS, C. L.; COSTA, E. M.; BARBOSA-MEDEIROS, M. R. Qualidade de vida de pais de crianças com transtorno do espectro do autismo. *Comunicando: Ciência da Saúde*, v. 32, n. 2, p. 99–106, 2021. Disponível em: <https://revistaccs.espdf.fepecs.edu.br/index.php/comunicacaoemcienciasdasaude/article/view/666/490>. Acesso em: 20 out. 2025.

DOS ANJOS, B. B.; DE MORAIS, N. A. As experiências de famílias com filhos autistas: uma revisão integrativa da literatura. *Ciências Psicológicas*, v. 15, n. 1, 2021. Disponível em: http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?pid=S1688-42212021000101203&script=sci_arttext. Acesso em: 10 out. 2025.

FERREIRA, M.; DO, S. Estresse parental em familiares de crianças diagnosticadas com transtorno do espectro autista (TEA). 2023. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Psicologia) – Centro Universitário Christus, Fortaleza, 2023. Disponível em: <https://repositorio.unichristus.edu.br/jspui/handle/123456789/1569>. Acesso em: 30 ago. 2025.

GADELHA, Geraldo Gilberto R. S. et al. Transtorno do Espectro Autista (TEA): repercussões do diagnóstico na saúde mental dos pais. Disponível em: <https://bjih.emnuvens.com.br/bjih/article/download/5615/5533>. Acesso em: 30 set. 2025.

HILÁRIO, Adriana Souza; AZEVEDO, Isana Hipólito; SOUZA, Julio Cesar Pinto. Autismo nas relações parentais: os impactos psicossociais vivenciados por pais de crianças diagnosticadas com TEA. *Brazilian Journal of Health Review*, v. 4, n. 6, p. 24819–24831, nov./dez. 2021. Disponível em: https://dlwqtxts1xzle7.cloudfront.net/80837638/pdf-libre.pdf?1644873469=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DAutismo_nas_relacoes_parentais_os_impact.pdf&Expires=1760181144&Signature=TH7sTVpGzlfw3fOrXcgG6FD1DM6kE-PK2hfYqdAfISMUSrMyl7e46vl~ixu3dDPjMIjxMJdzu75MmnzqaE5kOBzofUYqiaDyZI2ggZmrOjNL685xWXel3Uk8n88hc7f6-xWj6VcHYljdfapKC4BQnaszv2PfmEyDcgVPDCj6ErjNsYGGZ9-qYL4~DpXO5aaOi5MgRqwLGT5b34iSOBq0C7TZAi~ZJ9jABXq-mbmli6mg6SC0m1fvGh5DB12DIRqmqzVcSbR4-qPZQbCbOZZxdVrmHTTmDHO3hGB-

[18w0--DRGQCjnukfO3CtCRCUjJ1ETJQvoCNbnFyYHjAG4oxijQ__&Key-Pair-Id=APKAJLOHF5GGSLRBV4ZA](https://www.researchgate.net/publication/364045598/figure/fig/1/figure-fig1/18w0--DRGQCjnukfO3CtCRCUjJ1ETJQvoCNbnFyYHjAG4oxijQ__&Key-Pair-Id=APKAJLOHF5GGSLRBV4ZA). Acesso em: 19 set. 2025.

KLINGER, Ellen Fernanda et al. Dinâmica familiar e redes de apoio no Transtorno do Espectro Autista. Disponível em: <https://www.researchgate.net/>... Acesso em: 15 set. 2025.

LEONTINO, Eduarda; RODRIGUES, Fernanda Settecerze. O impacto nas relações familiares após o diagnóstico de TEA: uma revisão da literatura. Disponível em: <https://periodicos.ufsc.br/index.php/cbsm/article/download/98045/59824>. Acesso em: 10 set. 2025.

LIMA, Jhonatan et al. Luto pelo filho idealizado: pais de crianças com TEA. Disponível em: <https://reer.emnuvens.com.br/reer/article/download/612/279/0>. Acesso em: 20 set. 2025.

LOPES, Viviane Alves F. S. O estresse de pais e cuidadores de crianças com Transtorno do Espectro Autista: uma revisão da literatura nacional. Disponível em: <https://repositorio.ufmg.br/bitstream/1843/35639/1/>... Acesso em: 29 ago. 2025.

LUZ, Maria S. R. O crescimento e o impacto do diagnóstico da criança com Transtorno do Espectro Autista na família. *Ivy Enber Scientific Journal*, v. 5, n. 1, p. 130-153, 2025. Disponível em: <https://enberuniversity.com/revista/index.php/ies/article/view/432/198>. Acesso em: 02 nov. 2025.

MARQUES, C. S.; MARQUES, M. L.; MAIA, L. F. S. dos. Transtorno do espectro autista: informações precisas para uma vida saudável. *Revista Atenas Higeia*, v. 2, n. 2, p. 15-21, 2021. Disponível em: <http://www.atenas.edu.br/revista/index.php/higeia/article/view/43>. Acesso em: 04 set. 2025.

SILVA, C. M. et al. Vivência materna diante do cuidado à criança autista. *Revisa*, v. 9, n. 2, p. 231-240. Disponível em: <https://rdcsa.emnuvens.com.br/revista/article/view/592/918>. Acesso em: 15 out. 2025.

SILVA, É. M.; SILVA, V. C. R. A importância do suporte psicossocial às mães de crianças com Transtorno do Espectro Autista (TEA). 2022. 31 f. Trabalho de Conclusão de Curso

(Pedagogia) – Universidade Federal de Pernambuco, Recife, 2022. Disponível em: <https://repositorio.ufpe.br/handle/123456789/48667>. Acesso em: 25 out. 2025.

SILVA, Sabrine J. et al. Pais de crianças com Transtorno do Espectro Autista: estratégias de coping e sobrecarga emocional frente aos comportamentos difíceis do autismo. Disponível em: <https://repositorio.ivec.br/...> Acesso em: 25 out. 2025.

SOUSA, Angélica S.; OLIVEIRA, Guilherme S.; ALVES, Laís H. A pesquisa bibliográfica: princípios e fundamentos. *Cadernos da Fucamp*, v. 20, n. 43, 2021. Disponível em: <https://revistas.fucamp.edu.br/index.php/cadernos/article/view/2336>. Acesso em: 05 nov. 2025.

SOUZA, Júlio César O.; BAHIA, Silvana Dutra; CRUZ, Ana Cláudia B. O. A vida das mães de crianças com Transtorno do Espectro Autista: os desafios vivenciados em nossa sociedade. *Cuadernos de Educación y Desarrollo*, v. 16, n. 11, p. 1-20, 2024. Disponível em: <https://ojs.cuadernoseducacion.com/ojs/index.php/ced/article/download/6230/4422>. Acesso em: 10 set. 2025.