

SAÚDE MENTAL DE CUIDADORES DE INDIVÍDUOS COM TRANSTORNO AUTÍSTICO

MENTAL HEALTH OF CAREGIVERS OF INDIVIDUALS WITH AUTISM
SPECTRUM DISORDER

Ciências da Saúde · 05/06/2026

REGISTRO DOI: [10.70773/revistatopicos/780548932](https://doi.org/10.70773/revistatopicos/780548932)

Wanessa Kiev Soares Ferreira Dantas¹

Thays da Silveira Soares Lopes²

Emanuel Borges Dantas³

Silvino Filho Alves de Lima⁴

José Adalberto Claudino Alves Filho⁵

Milena Nunes Alves de Sousa⁶

RESUMO

Introdução: O Transtorno do Espectro Autista (TEA) é uma condição do neurodesenvolvimento que demanda cuidados contínuos e especializados, impactando significativamente a saúde mental dos cuidadores familiares. **Objetivo:** Analisar os principais impactos do cuidado de indivíduos com TEA na saúde mental dos cuidadores, bem como identificar estratégias de apoio descritas na literatura científica. **Métodos:** Trata-se de uma Revisão Integrativa da Literatura, realizada nas bases de dados *National Library of Medicine* (PubMed) e *Scientific Electronic Library Online* (SciELO), utilizando os descritores “*Autistic Disorder*”, “*Caregivers*” e “*Mental Health*”, combinados pelo operador booleano AND. Foram incluídos estudos publicados entre 2015 e 2025, nos idiomas português e inglês, resultando em uma amostra final de 17 artigos. **Resultados:** Os achados evidenciaram elevada prevalência de estresse, ansiedade, depressão, sofrimento psicológico e dificuldades de regulação emocional entre os cuidadores, especialmente entre mães, frequentemente responsáveis pelo cuidado integral. **Discussão:** Fatores como dificuldades financeiras, isolamento social e barreiras no acesso aos serviços de saúde contribuíram para o agravamento da sobrecarga emocional. Em contrapartida, estratégias como suporte psicossocial, fortalecimento das redes de apoio, intervenções psicoeducacionais e terapias familiares demonstraram potencial para melhorar a qualidade de vida e promover maior resiliência. **Conclusão:** Conclui-se que é fundamental ampliar políticas públicas e intervenções voltadas à saúde mental dos cuidadores, reconhecendo-os como sujeitos prioritários de atenção integral.

Palavras-chave: Assistência à Saúde Mental; Medicina Baseada em Evidências; Transtorno do Espectro Autista.

ABSTRACT

Introduction: Autism Spectrum Disorder (ASD) is a neurodevelopmental condition that requires continuous and specialized care, significantly impacting the mental health of family caregivers. Objective: To analyze the main impacts of caring for individuals with ASD on caregivers' mental health, as well as to identify support strategies described in the scientific literature.

Methods: This study consists of an Integrative Literature Review conducted in the National Library of Medicine (PubMed) and Scientific Electronic Library Online (SciELO) databases, using the descriptors "Autistic Disorder", "Caregivers", and "Mental Health", combined with the Boolean operator AND. Studies published between 2015 and 2025, in Portuguese and English, were included, resulting in a final sample of 17 articles. **Results:** The findings revealed a high prevalence of stress, anxiety, depression, psychological distress, and emotional regulation difficulties among caregivers, especially mothers, who are often primarily responsible for full-time care. **Discussion:** Factors such as financial difficulties, social isolation, and barriers to accessing healthcare services contributed to the worsening of emotional burden. On the other hand, strategies such as psychosocial support, strengthening support networks, psychoeducational interventions, and family therapies demonstrated potential to improve quality of life and promote greater resilience. **Conclusion:** It is concluded that expanding public policies and interventions aimed at caregivers' mental health is essential, recognizing them as priority subjects for comprehensive healthcare attention.

Keywords: Mental Health Assistance; Evidence-Based Medicine; Autism Spectrum Disorder.

1. INTRODUÇÃO

O transtorno do espectro autista (TEA) é uma condição do neurodesenvolvimento caracterizada por prejuízos persistentes na comunicação e interação social, associados a padrões restritos e repetitivos de comportamento. Nos últimos anos, é possível observar um aumento significativo na prevalência do TEA, o que tem ampliado a demanda por cuidados contínuos e especializados, abrangendo não apenas os indivíduos diagnosticados, mas também seus familiares e cuidadores (Maenner *et al.*, 2023).

Nesse contexto, os cuidadores de pessoas com TEA, geralmente familiares diretos, assumem responsabilidades intensas e desafiadoras relacionadas ao acompanhamento terapêutico, à supervisão constante e ao manejo dos comportamentos. Essa rotina tem alto potencial de gerar elevados níveis de sobrecarga física e emocional, contribuindo para o desenvolvimento de estresse crônico e prejuízos à saúde mental. Estudos indicam que cuidadores de indivíduos com TEA apresentam níveis mais elevados de estresse quando comparados a cuidadores de pessoas com outras condições de desenvolvimento (Colomé, 2024).

A sobrecarga associada ao cuidado contínuo está diretamente relacionada ao aumento da prevalência de sintomas de ansiedade, depressão e esgotamento emocional entre esses indivíduos. Além disso, fatores como dificuldades no acesso a serviços de saúde, limitações no suporte social e desafios no manejo comportamental contribuem para o agravamento do sofrimento psíquico. A literatura evidencia que o estresse parental no contexto do TEA está associado tanto às características da criança quanto às condições psicossociais do cuidador (Soares, 2023).

Desse modo, é importante considerar que o impacto do cuidado no contexto do TEA pode ser influenciado por fatores sociodemográficos e culturais, como nível socioeconômico, escolaridade, gênero e acesso a serviços especializados. Evidências apontam que mães, frequentemente as principais cuidadoras, apresentam níveis mais elevados de sobrecarga emocional quando comparadas a outros membros da família, o que pode estar relacionado à distribuição desigual das responsabilidades de cuidado. Além disso, a escassez de serviços de apoio, especialmente em regiões com menor cobertura assistencial, contribui para o agravamento do estresse e para a redução da qualidade de vida desses indivíduos. Nesse sentido, compreender as múltiplas dimensões que atravessam a experiência do cuidado torna-se fundamental para a elaboração de intervenções mais e sensíveis às necessidades dessa população (Silva, 2024).

Apesar da relevância do tema, a saúde mental dos cuidadores ainda é frequentemente negligenciada nas políticas públicas e nas práticas de atenção à saúde. Intervenções voltadas ao apoio psicossocial, ao fortalecimento de redes de suporte e à capacitação dos cuidadores têm sido apontadas como estratégias importantes para a redução do impacto negativo do cuidado prolongado. Nesse sentido, programas de suporte familiar e intervenções baseadas em evidências têm demonstrado potencial para melhorar o bem-estar psicológico e a qualidade de vida desses indivíduos (Santos; Leite, 2025)

Diante disso, o presente estudo tem como objetivo analisar a saúde mental de cuidadores de pessoas com transtorno do espectro autista, por meio de uma revisão integrativa da literatura, buscando identificar os principais fatores associados ao sofrimento psíquico,

bem como as estratégias de apoio descritas nos estudos. A relevância desta investigação reside na necessidade de subsidiar a formulação de políticas e práticas de cuidado mais abrangentes, que contemplem não apenas o indivíduo com TEA, mas também aqueles responsáveis por seu cuidado cotidiano.

2. MÉTODO

A presente Revisão Integrativa da Literatura (RIL) foi conduzida com o intuito de analisar os impactos do cuidado de indivíduos com Transtorno Autístico na saúde mental de seus cuidadores. O método adotado baseou-se nas diretrizes propostas por De Sousa, Bezerra e Egypto (2023) que orientam a realização de um processo sistemático e transparente para revisões integrativas, permitindo a produção abrangente do conhecimento científico disponível e a identificação de lacunas na literatura sobre o tema.

O primeiro passo metodológico consistiu na formulação da pergunta de pesquisa, definida como: “Quais os impactos do cuidado de indivíduos com Transtorno Autístico na saúde mental de seus cuidadores?”. Essa pergunta foi elaborada considerando a preocupação sobre a importância do tema diante das demandas emocionais, psicológicas e coletivas enfrentadas por cuidadores, especialmente no contexto do cuidado contínuo e prolongado.

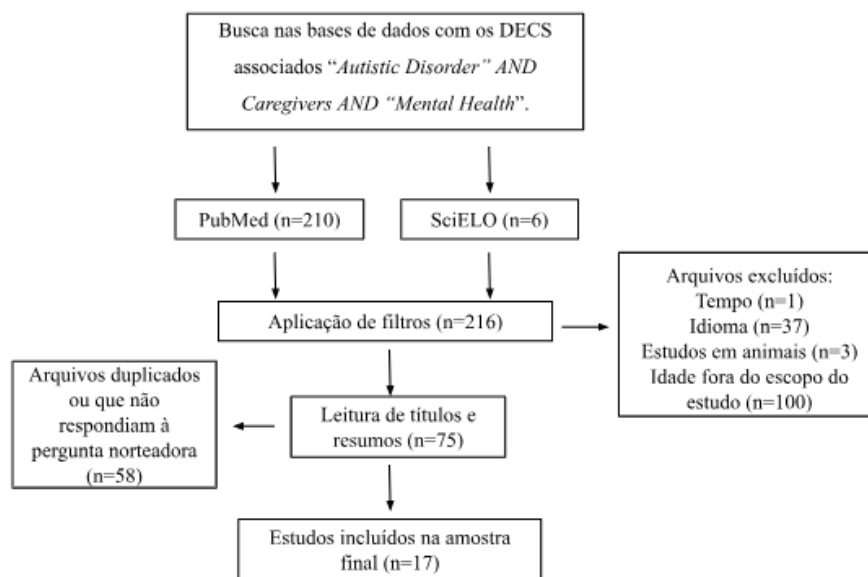
Em seguida, foram estabelecidos os critérios de inclusão e exclusão para garantir a qualidade e a pertinência dos estudos selecionados. Como critérios de inclusão, foram considerados estudos publicados entre 2015 a 2025, disponíveis em texto completo gratuito, nos idiomas português e inglês, realizados com seres humanos, envolvendo adultos com idade igual ou superior a 19 anos, e que

respondessem diretamente à pergunta norteadora da pesquisa. Como critérios de exclusão, foram desconsiderados estudos que não apresentavam acesso ao texto completo, documentos que não fossem artigos originais ou de revisão, como editoriais, cartas ao editor, resumos de congressos e estudos duplicados.

A busca na literatura foi realizada de forma sistemática em bases de dados científicos *National Library of Medicine* (PUBMED) e *Scientific Electronic Library Online* (SciELO), utilizando os Descritores em Ciências da Saúde (DeCS), com os termos em inglês “*Autistic Disorder*”, *Caregivers*, “*Mental Health*”, combinados por meio do operador booleano *AND*, sendo a estratégia de busca adotada: <<“*Autistic Disorder*” *AND* *Caregivers* *AND* “*Mental Health*”>>. No total, foram encontrados 216 estudos.

A aplicação inicial dos filtros remeteu a 75 estudos. Após a etapa de busca, realizou-se o processo de triagem e seleção dos estudos em etapas sequenciais: (1) remoção de artigos duplicados; (2) análise dos títulos e resumos para verificar a adequação aos critérios de inclusão; e (3) leitura completa dos artigos selecionados. Ao final desse processo, foram incluídos os que atenderam aos critérios de inclusão em todas as etapas, sendo selecionado 17 estudos, que serão utilizados para análise final. O processo de seleção dos estudos foi organizado de forma sistemática, sendo registrados por meio de um fluxograma, conforme recomendado pelas diretrizes *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta Analyses* (PRISMA), garantindo transparência e reprodutibilidade à pesquisa (Figura 1).

Figura 1: Fluxograma de seleção dos estudos



Fonte: Dados de pesquisa, 20 26.

As características dos estudos selecionados foram representadas e organizadas de maneira sistemática por meio da elaboração de 2 quadros, garantindo a captura e a organização consistente das informações essenciais, contemplando: Identificação do estudo (título, ano, autores, periódico de publicação, idioma, país e tipo de estudo); Principais categorias.

Para finalizar o processo, foram realizadas as etapas de avaliação e debate sobre os dados obtidos e exposição pública ou resumo da revisão.

3. RESULTADOS

No quadro 1, observou-se que dos 17 artigos selecionados para compor a caracterização geral, houve predominância dos estudos transversais (n=6), com 35,2%, seguido dos estudos descritivos (n=4) e ensaios clínicos randomizados (n=3), com 23,5% e 17,6%, respectivamente. Em relação ao idioma, 82,3% (n=14) estavam em inglês. Quanto à origem dos estudos, o país com maior representabilidade foi o Reino Unido, com 29,4% (n=5), seguido pelo

Brasil, com 17,6% (n=3) dos estudos. O *Autism* 23,5% (n=4) foi o periódico mais recorrente.

Quadro 1: Caracterização geral dos artigos selecionados para compor a RIL.

Autores (Ano)	Título	Idioma e País	Periódico	Tipo de Estudo
Barbosa e Fernandes (2009)	Qualidade de vida dos cuidadores de crianças com transtorno do espectro autístico	Português, Brasil	Rev Soc Bras Fonoaudiol	Estudo transversal
Beck <i>et al.</i> (2022)	Stakeholder informed development of the Emotion Awareness and Skills Enhancement team-based program (EASE-Teams)	Inglês, Reino Unido	Autism	Relato de caso
Benjamin <i>et al.</i> (2025)	Caregiver concerns for autistic children differ between publicly funded educational and mental health settings: Findings from a community implementation-effectiveness trial	Inglês, Estados Unidos	Autism	Estudo transversal

Ghanouni <i>et al.</i> (2024)	How to build resiliency in autistic individuals: an implication to advance mental health	Inglês, Canadá	BMC Psychology	Estudo descritivo
Herrema <i>et al.</i> (2017)	Mental Wellbeing of Family Members of Autistic Adults	Inglês, Reino Unido	Journal of Autism and Developmental Disorders	Estudo transversal
Leadbitter <i>et al.</i> (2025)	Clinical effectiveness of an online psychoeducational and psychotherapeutic programme for caregivers of children newly diagnosed as autistic: a parallel, assessor-masked, randomised controlled trial in the UK (REACH-ASD)	Inglês, Reino Unido	The Lancet Psychiatry	Ensaio clínico randomizado controlado
Lima <i>et al.</i> (2020)	Narrativas de familiares de autistas de Capsi da região metropolitana do Rio de Janeiro: participação, protagonismo e	Português, Brasil	Saúde Debate	Estudo descritivo

	barreiras ao cuidado			
Magalhães <i>et al.</i> (2021)	Vivências de familiares de crianças diagnosticadas com Transtorno do Espectro Autista	Português, Brasil	Revista Gaúcha de Enfermagem	Estudo descritivo
Maughan <i>et al.</i> (2024)	Parent, child, and family outcomes following Acceptance and Commitment Therapy for parents of autistic children: A randomized controlled trial	Inglês, Canadá	Autism	Ensaio clínico randomizado controlado
McKenzie <i>et al.</i> (2019)	SAFE, a new therapeutic intervention for families of children with autism: study protocol for a feasibility randomised controlled trial	Inglês, Reino Unido	BMJ Open	Ensaio clínico randomizado de viabilidade
Munkhsaikhan <i>et al.</i> (2025)	Social capital and quality of life among caregivers of children with Autism Spectrum Disorder in Mongolia: a	Inglês, Mongólia	BMC Public Health	Estudo transversal

	cross-sectional study			
Salomone <i>et al.</i> (2018)	The Association Between Child and Family Characteristics and the Mental Health and Wellbeing of Caregivers of Children with Autism in Mid-Childhood	Inglês, Reino Unido	Journal of Autism and Developmental Disorders	Estudo transversal
Scherer, Verhey, Kuper (2019)	Depression and anxiety in parents of children with intellectual and developmental disabilities: A systematic review and meta-analysis	Inglês, Estudo internacional	PLOS ONE	Meta-análise
Schiltz <i>et al.</i> (2024)	A Longitudinal Mixed-Methods Characterization of Family Support from Adolescence to Young Adulthood in Autism and Other Developmental Disabilities	Inglês, Estados Unidos	Journal of Autism and Developmental Disorders	Estudo longitudinal
Seçinti <i>et al.</i> (2024)	Depression and parental distress among caregivers of autistic children:	Inglês, Turquia	<i>BMC Psychology</i>	Estudo transversal

	a serial mediator analysis in caregivers of autistic children			
Sutherland <i>et al.</i> (2025)	Programme Recipient and Facilitator Experiences of Positive Family Connections for Families of Children With Intellectual Disabilities and/or Who Are Autistic	Inglês, Irlanda	Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities	Estudo descritivo
Szlamka <i>et al.</i> (2024)	Caregiver-centred empowerment for families raising autistic children: A qualitative case study from Argentina	Inglês, Argentina	Autism	Estudo de caso/ qualitativo

Fonte: Dados de pesquisa, 2026.

De acordo com o quadro 2, constatou-se uma associação significativa entre a saúde mental dos cuidadores e o transtorno autístico, destacando-se o estresse elevado (64,7%, n=11) e a dificuldade de regulação emocional (58,8%, n=10).

Quadro 2: Categorização dos estudos selecionados na pesquisa

Categorias	Autores (Ano)	n	%
------------	---------------	---	---

Redução da qualidade de vida	Barbosa e Fernandes (2009) Munkhsaikhan <i>et al.</i> (2025) Salomone <i>et al.</i> (2018)	3	17,6
Estresse elevado	Barbosa e Fernandes (2009) Benjamin <i>et al.</i> (2025) Ghanouni <i>et al.</i> (2024) Herrema <i>et al.</i> (2017) Leadbitter <i>et al.</i> (2025) Magalhães <i>et al.</i> (2021) Maughan <i>et al.</i> (2024) Salomone <i>et al.</i> (2018) Schiltz <i>et al.</i> (2024) Seçinti <i>et al.</i> (2024) Szlanka <i>et al.</i> (2024)	11	64,7
Sofrimento psicológico	Barbosa e Fernandes (2009) Beck <i>et al.</i> (2022) McKenzie <i>et al.</i> (2019) Munkhsaikhan <i>et al.</i> (2025) Scherer, Verhey e Kuper (2019)	5	29,4
Dificuldade de regulação emocional	Beck <i>et al.</i> (2022) Ghanouni <i>et al.</i> (2024)	10	58,8

	<p>Herrema <i>et al.</i> (2017)</p> <p>Lima <i>et al.</i> (2020)</p> <p>Magalhães <i>et al.</i> (2021)</p> <p>Maughan <i>et al.</i> (2024)</p> <p>Seçinti <i>et al.</i> (2024)</p> <p>Sutherland <i>et al.</i> (2025)</p> <p>Szlamka <i>et al.</i> (2024)</p>		
Ansiedade elevada	<p>Benjamin <i>et al.</i> (2025)</p> <p>Leadbitter <i>et al.</i> (2025)</p> <p>Salomone <i>et al.</i> (2018)</p> <p>Scherer, Verhey e Kuper (2019)</p>	4	23,5
Inseguranças sobre o futuro	<p>Benjamin <i>et al.</i> (2025)</p> <p>Herrema <i>et al.</i> (2017)</p> <p>Schiltz <i>et al.</i> (2024)</p>	3	17,6
Frustração com o sistema de saúde	<p>Lima <i>et al.</i> (2020)</p>	1	5,8
Necessidade de suporte terapêutico contínuo	<p>McKenzie <i>et al.</i> (2019)</p>	1	5,8
Sobrecarga associada a comportamentos da criança	<p>Salomone <i>et al.</i> (2018)</p>	1	5,8
Maior prevalência de depressão	<p>Scherer, Verhey e Kuper (2019)</p> <p>Seçinti <i>et al.</i> (2024)</p>	2	11,7

Fonte: Dados de pesquisa, 2026.

4. DISCUSSÃO

A presente revisão integrativa evidencia que o cuidado contínuo direcionado a indivíduos com Transtorno do Espectro Autista (TEA) reflete profundamente na saúde mental e na qualidade de vida dos cuidadores familiares. A análise da literatura recente consolida a premissa de que a dinâmica familiar no contexto do TEA é permeada por um estado de vulnerabilidade crônica, no qual os cuidadores vivenciam não apenas as demandas inerentes ao neurodesenvolvimento atípico, mas também uma série de estressores sistêmicos. Observa-se que a prestação desse cuidado exige um suporte contínuo que se estende por todo o ciclo vital, desde a infância, percorrendo a adolescência até o início da vida adulta, o que predispõe esses familiares a um quadro de estresse prolongado e preocupações constantes e inesgotáveis quanto ao futuro de seus dependentes (Schiltz *et al.*, 2024).

De modo semelhante, Nicolau, Calais e Cardoso (2024) destacaram que houve associação importante entre ansiedade, depressão e sobrecarga, indicando que maiores níveis de sofrimento emocional tendem a coexistir. O estudo encontrou prevalência de sobrecarga moderada a severa, especialmente entre as mães, sugerindo que elas frequentemente assumem maior responsabilidade nos cuidados diários. Além disso, observou-se que algumas estratégias de enfrentamento, principalmente a aceitação de responsabilidade e a reavaliação positiva, foram utilizadas com maior frequência e podem contribuir para maior estabilidade emocional, sobretudo em relação ao estresse e à depressão.

Conforme Silva e Pansera (2023), cuidadores de pessoas com TEA apresentam maiores índices de estresse, ansiedade, depressão e exaustão emocional quando comparados à população geral. A imprevisibilidade comportamental, dificuldades de comunicação, alterações do sono e demandas permanentes de supervisão contribuem significativamente para o desgaste mental.

Ao investigar os determinantes diretos do adoecimento psíquico nessa população, nota-se que a origem do sofrimento emocional não reside no diagnóstico do TEA em si, mas sim nas manifestações fenotípicas complexas que o acompanham. A literatura aponta que os comportamentos desafiadores e as dificuldades de regulação emocional da criança atuam como os estressores mais expressivos no cotidiano familiar (Barbosa; Fernandes, 2009; Benjamin *et al.*, 2025). A constante necessidade de manejo dessas crises, frequentemente associada à presença de comorbidades psiquiátricas na própria criança, como quadros de ansiedade e depressão, estabelece um ambiente de exaustão e imprevisibilidade. Esse cenário de alta exigência atencional corrobora o desenvolvimento de uma sobrecarga emocional severa, que frequentemente culmina no esgotamento psicológico do cuidador (Benjamin *et al.*, 2025; Magalhães *et al.*, 2021; Scherer; Verhey; Kuper, 2019).

Para além das características clínicas do indivíduo autista, fatores psicossociais exercem um papel mediador crucial na deterioração da saúde mental parental. Achados recentes demonstram que existe uma cascata de adoecimento estruturada: as dificuldades emocionais e comportamentais da criança retroalimentam o estigma social que, por sua vez, acaba sendo dolorosamente internalizado pelos pais (Seçinti *et al.*, 2024). Esse estigma

internalizado atua como um fator intermediário insidioso na relação entre a gravidade das manifestações do autismo e a eclosão de níveis alarmantes de estresse e sintomas depressivos dos cuidadores (Herrema *et al.*, 2017; Seçinti *et al.*, 2024).

Além disso, a sobrecarga frequentemente está associada à redução da qualidade de vida, isolamento social e dificuldades econômicas, especialmente em famílias que necessitam reorganizar rotina profissional e familiar para atender às necessidades da criança ou adolescente autista, indicando que muitos cuidadores negligenciam a própria saúde física e emocional devido à dedicação integral ao cuidado (Soares; Nascimento; Rocha, 2025).

Ademais, é necessário analisar o fenômeno do cuidado sob uma ótica interseccional, considerando os recortes de gênero e de classe socioeconômica. Os estudos revisados explicitam que os impactos do cuidado não são distribuídos de maneira equitativa. Há um agravamento significativo atrelado a dificuldades financeiras crônicas, barreiras no acesso a serviços de saúde especializados e escassez de informações técnico-assistenciais adequadas, fatores que prendem os cuidadores em um ciclo de impotência e desamparo (Lima *et al.*, 2020; Salomone *et al.*, 2018; Szlamka *et al.*, 2024).

Outro aspecto importante é o impacto emocional do diagnóstico. Muitos familiares vivenciam sentimentos de medo, insegurança e luto pela quebra de expectativas em relação ao desenvolvimento do filho (Benjamin *et al.*, 2025; Herrema *et al.*, 2017; Schiltz *et al.*, 2024). Entretanto, o acesso a suporte multiprofissional, grupos de apoio e acompanhamento psicológico pode reduzir significativamente os níveis de sofrimento psíquico e favorecer estratégias de enfrentamento mais saudáveis (Sturmer; Corrêa; Miranda, 2025).

Em contrapartida à narrativa de adoecimento, a literatura contemporânea também lança luz sobre os mecanismos de enfrentamento e os fatores de proteção que podem assegurar a integridade psíquica desses familiares. O conceito de capital social emerge como um pilar fundamental na preservação da saúde mental dos cuidadores (Munkhsaikhan *et al.*, 2025; Szlamka *et al.*, 2024).

A inserção em redes de suporte social robustas atua como um escudo protetor contra o isolamento, fornecendo recursos instrumentais e emocionais que otimizam as estratégias de enfrentamento das adversidades cotidianas. A resiliência, portanto, não deve ser compreendida como um traço individual inato, mas como um processo construído ativamente a partir do apoio comunitário, do acesso a redes de solidariedade e de estratégias adaptativas bem estruturadas (Ghanouni *et al.*, 2024). Assim, estratégias como apoio psicossocial, educação em saúde, assistência financeira e ampliação do acesso a terapias especializadas são fundamentais para melhorar a saúde mental familiar e promover cuidado integral (Rangel *et al.*, 2026).

Nesse sentido, o fortalecimento dos vínculos intrafamiliares e a participação em grupos de apoio horizontais têm demonstrado eficácia na promoção do bem-estar psicológico. Intervenções voltadas para a facilitação de conexões familiares positivas ajudam a reorganizar o ambiente doméstico, transformando-o de um espaço de tensão constante em um lugar de validação e fortalecimento mútuo (Sutherland *et al.*, 2025). A partilha de experiências entre pares empodera os cuidadores, reduzindo a percepção de isolamento e o impacto deletério do estigma, promovendo assim

um resgate da identidade do cuidador para além de sua função de assistência (Szlamka *et al.*, 2024).

Diante da complexidade desse cenário, a comunidade científica tem investido no desenvolvimento e na avaliação de modelos terapêuticos direcionados especificamente aos familiares. Abordagens colaborativas, como o programa *Emotional Awareness and Team Skills Enhancement Program (EASE-Teams)* com participação ativa das partes interessadas, focadas na promoção da consciência emocional, têm alcançado êxito ao instrumentalizar os cuidadores com ferramentas práticas para lidar com a desregulação emocional dos filhos (Beck *et al.*, 2022).

De maneira complementar, a aplicação da Terapia de Aceitação e Compromisso (ACT) tem revelado potencial significativo na diminuição de sintomas depressivos e na redução do sofrimento global dos cuidadores de crianças autistas. No entanto, é salutar observar que tais intervenções apresentam limitações terapêuticas, especialmente no que tange ao manejo do estresse propriamente dito, sugerindo que o estresse vivenciado por esses pais possui raízes em demandas ambientais e estruturais contínuas, e não apenas em déficits de habilidades psicológicas (Maughan *et al.*, 2024).

Leadbitter *et al.* (2025) demonstraram que um programa online psicoeducacional e psicoterapêutico melhorou significativamente a saúde mental dos cuidadores de crianças recém-diagnosticadas com TEA, reforçando a importância de intervenções estruturadas de apoio familiar. Do mesmo modo, McKenzie *et al.* (2019) avaliaram a intervenção SAFE, mostrando que abordagens terapêuticas familiares são viáveis e potencialmente eficazes para reduzir dificuldades emocionais e melhorar o funcionamento familiar em

famílias de crianças autistas. Assim, ambos convergem ao evidenciar que cuidadores de crianças com TEA apresentam elevada sobrecarga emocional e necessitam de suporte contínuo, além de intervenções multidisciplinares e psicossociais como estratégias capazes de promover melhor adaptação familiar, enfrentamento do estresse e melhora da qualidade de vida.

Além disso, os resultados mostram que suporte social e estratégias positivas de enfrentamento estão diretamente associados à melhor qualidade de vida familiar entre cuidadores de pessoas autistas (Leadbitter *et al.*, 2025; McKenzie *et al.*, 2019).

Em suma, a discussão dos dados revela a urgência de uma mudança de paradigma ético e assistencial nos sistemas de saúde. O cuidado prestado à pessoa com Transtorno do Espectro Autista não pode mais ser concebido de maneira dissociada do bem-estar daquele que cuida. As diretrizes em saúde pública devem reconhecer os cuidadores não apenas como facilitadores do tratamento da criança, mas como uma população de risco que demanda atenção direta e integral. A implementação de políticas públicas efetivas deve abranger a facilitação do acesso a serviços de saúde mental para os pais, a criação de redes sólidas de proteção socioassistencial, com especial atenção a famílias chefiadas por mães solo e a disseminação de intervenções psicológicas baseadas em evidências. Somente por meio de uma abordagem sistêmica, empática e estruturalmente embasada será possível assegurar a qualidade de vida, a sustentabilidade do cuidado e a dignidade humana de toda a unidade familiar afetada pelo TEA.

Embora esta revisão tenha seguido um rigoroso processo de seleção, algumas limitações inerentes à temática devem ser ponderadas. A

principal delas refere-se à ampla heterogeneidade clínica do Transtorno do Espectro Autista, o que torna desafiador generalizar o impacto na saúde mental dos cuidadores, visto que as demandas de suporte e o contexto socioeconômico variam substancialmente entre as famílias. Além disso, nota-se que grande parte da literatura disponível atualmente fundamenta-se em recortes transversais. Essa característica metodológica dos estudos primários captura o nível de sobrecarga em um momento específico, mas restringe uma compreensão mais profunda das variações do adoecimento psíquico ao longo de todas as fases de desenvolvimento. Diante disso, os achados representam um panorama fundamental, mas reforçam a necessidade de que futuras investigações adotem delineamentos longitudinais.

5. CONCLUSÃO

A partir da análise dos estudos incluídos, os resultados evidenciam que o cuidado contínuo de indivíduos com Transtorno do Espectro Autista (TEA) impacta severamente a saúde mental dos cuidadores familiares. Os principais fatores associados ao sofrimento psíquico incluem elevados índices de estresse prolongado, esgotamento emocional e dificuldades de regulação emocional. Esse quadro é frequentemente intensificado pelas demandas contínuas de manejo de comportamentos desafiadores e imprevisíveis, bem como por estressores sistêmicos, como dificuldades financeiras crônicas e barreiras no acesso a serviços especializados. Em contrapartida, as estratégias de apoio mais eficazes descritas na literatura envolvem o fortalecimento do capital social por meio de redes de suporte robustas e o acesso a intervenções estruturadas, como programas psicoeducacionais e terapias focadas na família. Tais recursos atuam como importantes fatores de proteção, mitigando o isolamento e

promovendo a resiliência e a melhoria da qualidade de vida de todo o núcleo familiar.

É evidente a urgência de uma reestruturação nas políticas de saúde pública e nas diretrizes assistenciais, que devem transcender a visão biomédica restrita ao indivíduo autista e reconhecer o cuidador como sujeito prioritário de atenção integral. A sustentabilidade do cuidado e o bem-estar da pessoa com autismo dependem intrinsecamente da integridade física e emocional de quem cuida. Recomenda-se que futuras pesquisas e práticas clínicas enfoquem a implementação e a ampliação do acesso a programas de suporte psicossocial contínuos, garantindo amparo e dignidade a toda a unidade familiar afetada pelo TEA.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BARBOSA, M. R. P.; FERNANDES, F. D. M. Qualidade de vida dos cuidadores de crianças com transtorno do espectro autístico. **Revista da Sociedade Brasileira de Fonoaudiologia**, v. 14, n. 4, p. 482-486, 2009. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rsbf/a/9Qxh55Q3dXFJHWHBvmSzGfD/?format=html&lang=pt>. Acesso em: 28 abr. 2026.

BECK, K. B. *et al.* Stakeholder informed development of the Emotion Awareness and Skills Enhancement team-based program (EASE-Teams). **Autism**, v. 26, n. 3, p. 586-600, 2022. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34903083/>. Acesso em: 28 abr. 2026.

BENJAMIN, L. R.; *et al.* Caregiver concerns for autistic children differ between publicly funded educational and mental health settings: Findings from a community implementation-effectiveness trial.

Autism, v. 29, n. 10, p. 2438-2450, 2026. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/40375745/>. Acesso em: 28 abr. 2026.

COLOMÉ, C, S; *et al.* Redes Sociais Significativas Maternas: Significados e Movimentos Diante do Autismo. **Psicologia: Ciência e Profissão**, v. 44, e261546, 2024. DOI: 10.1590/1982-3703003261546. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pcp/a/43kT97qxLQdvBmQVyYQ3pdj/?lang=pt>. Acesso em: 12 maio 2026.

DE SOUSA, M. N. A.; BEZERRA, A. L. D.; EGYPTO, I. A. S. Trilhando o caminho do conhecimento: o método de revisão integrativa para análise e síntese da literatura científica. **Observatório de La Economía Latinoamericana**, v. 21, n. 10, p. 18448-18483, 24 out. 2023. South Florida Publishing LLC. Disponível em: <https://doi.org/10.55905/oelv21n10-212>. Acesso em: 28 abr. 2026.

GHANOUNI, P.; *et al.* How to build resiliency in autistic individuals: an implication to advance mental health. **BMC Psychology**, v. 12, n. 1, p. 420, 2024. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/39090750/>. Acesso em: 28 abr. 2026.

HERREMA, R.; *et al.* Mental wellbeing of family members of autistic adults. **Journal of Autism and Developmental Disorders**, v. 47, n. 11, p. 3589-3599, 2017. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28861652/>. Acesso em: 28 abr. 2026.

LEADBITTER, K.; *et al.* Clinical effectiveness of an online psychoeducational and psychotherapeutic programme for caregivers of children newly diagnosed as autistic: a parallel, assessor-masked, randomised controlled trial in the UK (REACH-ASD). **The Lancet Psychiatry**, v. 12, n. 4, p. 289-302, 2025. Disponível

em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/40086467/>. Acesso em: 28 abr. 2026.

LIMA, R. C. *et al.* Narrativas de familiares de autistas de Capsi da região metropolitana do Rio de Janeiro: participação, protagonismo e barreiras ao cuidado. **Saúde em Debate**, Rio de Janeiro, v. 44, n. esp. 3, p. 144-155, out. 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/sdeb/a/d8ZnWSdy75m3Rbb3cKdTgvJ/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 28 mar. 2026.

MAENNER, M, J. *et al.* Prevalence and characteristics of autism spectrum disorder among children aged 8 years — Autism and Developmental Disabilities Monitoring Network, United States, 2020. **MMWR Surveillance Summaries**, v. 72, n. 2, p. 1-14, 2023. Disponível em: <https://www.cdc.gov/mmwr/volumes/72/ss/ss7202a1.htm>. Acesso em: 28 abr. 2026.

MAGALHÃES, J, M; *et al.* Vivências de familiares de crianças diagnosticadas com Transtorno do Espectro Autista. **Revista Gaúcha de Enfermagem**, Porto Alegre, v. 42, e20200437, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rgenf/a/6QgvxF6kBvPrx7cdkwdXhsx/>. Acesso em: 28 mar. 2026.

MAUGHAN, A, L. *et al.* Parent, child, and family outcomes following Acceptance And Commitment Therapy for parents of autistic children: A randomized controlled trial. **Autism**, v. 28, n. 2, p. 367-380, fev. 2024. DOI: 10.1177/13623613231172241. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37165863/>. Acesso em: 28 mar. 2026.

MCKENZIE, R. *et al.* SAFE, a new therapeutic intervention for families of children with autism: a randomised controlled feasibility trial. **BMJ Open**, v. 10, n. 12, e038411, dez. 2020. DOI: 10.1136/bmjopen-2020-

038411. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33384385/>. Acesso em: 28 mar. 2026.

NICOLAU, C. F. S.; CALAIS, S. L.; CARDOSO, H. F. Saúde emocional de pais de crianças diagnosticadas com Transtorno do Espectro Autista: sobrecarga e enfrentamento. DOXA: **Revista Brasileira de Psicologia e Educação**, Araraquara, v. 25, n. 00, p. e024010, 2024. DOI: 10.30715/doxa.v25i00.19427. Disponível em: <https://periodicos.fclar.unesp.br/doxa/article/view/19427>. Acesso em: 12 maio 2026.

RANGEL, T. de S. *et al.* Qualidade De Vida E Saúde Mental Dos Cuidadores De Crianças Diagnosticadas Com Transtorno Do Espectro Autista: Uma Revisão Sistemática. **CIPEEX**, [S. l.], 2026. Disponível em: <https://anais.unievangelica.edu.br/index.php/CIPEEX/article/view/14012>. Acesso em: 12 maio. 2026.

SILVA, M, P. *et al.* Percepção de cuidadores de pré-escolares com TEA sobre seu comportamento e desempenho ocupacional durante a pandemia da COVID-19. **Cadernos Brasileiros em Terapia Ocupacional**, v. 32, e3590, 2024. DOI: <https://doi.org/10.1590/2526-8910.ctoAO275935901>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/cadbto/a/3ZsvTRGHVQWRqnY63pVRc6w/?lang=pt>. Acesso em: 11 maio 2026.

SOARES, M; *et al.* Participação Parental na Divulgação Científica Sobre Transtorno do Espectro Autista (TEA). **Revista Brasileira de Educação Especial**, v. 29, e0125, 2023. DOI: 10.1590/1980-54702023v29e0125. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/rbee/a/qTg8qpNXBfsNJYL3Y7ZNp4h/?lang=pt>.

Acesso em: 12 maio 2026.

SOARES, A. M. S.; NASCIMENTO, R. P. do; ROCHA, V. A. A. da. A sobrecarga emocional e a qualidade de vida de cuidadores familiares de pessoas com transtorno do espectro autista (TEA). **Caderno Pedagógico**, v. 22, n. 14, p. e22446, 2025. Disponível em: <https://ojs.studiespublicacoes.com.br/ojs/index.php/cadped/article/view/22446>. Acesso em: 12 maio 2026.

SILVA, G. B. da; PANSERA, A. C. Sobrecarga, ansiedade e depressão em cuidadores de crianças no transtorno do espectro autista: um estudo de correlação. **Revista Saúde e Desenvolvimento Humano**, Canoas, v. 11, n. 3, p. 1-14, 2023. Disponível em: https://revistas.unilasalle.edu.br/index.php/saude_desenvolvimento/article/view/9670. Acesso em: 12 maio 2026.

STURMER, G.; CORRÊA, I. D.; MIRANDA, R. L. A saúde mental de familiares de pessoas com TEA: uma análise bibliométrica (2001–2023). **Revista Psicologia e Saúde, Campo Grande**, v. 16, n. 2, p. e16451929, 2025. Disponível em: <https://www.pssa.ucdb.br/pssa/article/view/2374>. Acesso em: 12 maio 2026.

MUNKHSAIKHAN, Y. *et al.* Social capital and quality of life among caregivers of children with Autism Spectrum Disorder in Mongolia: a cross-sectional study. **BMC Public Health**, v. 25, n. 1, 2025. DOI: 10.1186/s12889-025-23246-6. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/40999399/>. Acesso em: 28 mar. 2026.

SALOMONE, E; *et al.* The Association Between Child and Family Characteristics and the Mental Health and Wellbeing of Caregivers of Children with Autism in Mid-Childhood. **Journal of Autism and Developmental Disorders**, v. 48, n. 4, p. 1189-1198, abr. 2018. DOI: 10.1007/s10803-017-3392-x. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29177606/>. Acesso em: 30 mar. 2026.

SANTOS, A.A.S; LEITE, D.S. Inclusão de alunos com autismo no ensino regular: análise em uma escola de ensino fundamental. **Educação em Revista**, v. 41, e41278, 2025. DOI: 10.1590/0102-469841278. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/edur/a/ZK5hK5VkkwG35HmjwKvPsb/?lang=pt>. Acesso em: 12 maio 2026.

SCHERER, N; VERHEY, I; KUPER, H. Depression and anxiety in parents of children with intellectual and developmental disabilities: A systematic review and meta-analysis. **PLoS One**, v. 14, n. 7, e0219888, jul. 2019. DOI: 10.1371/journal.pone.0219888. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31361768/>. Acesso em: 02 abr. 2026.

SCHILTZ, H. K.*et al.* A Longitudinal Mixed-Methods Characterization of Family Support from Adolescence to Young Adulthood in Autism and Other Developmental Disabilities. **Journal of Autism and Developmental Disorders**, v. 54, n. 9, p. 3225-3241, set. 2024. DOI: 10.1007/s10803-023-06070-y. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37668851/>. Acesso em: 01 abr. 2026.

SEÇINTI, D. D. *et al.* Depression and parental distress among caregivers of autistic children: a serial mediator analysis in caregivers of autistic children. **BMC Psychology**, v. 12, n. 1, 339, jun. 2024. DOI:

10.1186/s40359-024-01704-x.

Disponível

em:

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/38858797/>. Acesso em: 01 abr. 2026.

SUTHERLAND, D. *et al.* Programme Recipient and Facilitator Experiences of Positive Family Connections for Families of Children With Intellectual Disabilities and/or Who Are Autistic. **Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities**, v. 38, n. 1, e70003, jan. 2025.

DOI:

10.1111/jar.70003.

Disponível

em:

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/39701722/>. Acesso em: 04 abr. 2026.

SZLAMKA, Z. *et al.* Caregiver-centred empowerment for families raising autistic children: A qualitative case study from Argentina. **Autism**,

v. 28, n. 11, p. 2768-2778, nov. 2024. DOI:

10.1177/13623613241238254.

Disponível

em:

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/38500316/>. Acesso em: 05 abr. 2026.

¹ Discente do Curso de Medicina do Centro Universitário de Patos - UNIFIP. E-mail: [acesse o artigo original para visualizar o e-mail](#)

² Discente do Curso de Medicina do Centro Universitário de Patos - UNIFIP. E-mail: [acesse o artigo original para visualizar o e-mail](#)

³ Discente do Curso de Medicina do Centro Universitário de Patos - UNIFIP. E-mail: [acesse o artigo original para visualizar o e-mail](#)

⁴ Discente do Curso de Medicina do Centro Universitário de Patos - UNIFIP. E-mail: [acesse o artigo original para visualizar o e-mail](#)

⁵ Discente do Curso de Medicina do Centro Universitário de Patos - UNIFIP. E-mail: [acesse o artigo original para visualizar o e-mail](#)

⁶ Doutora e Pós-Doutora em Promoção da Saúde do Centro
Universitário de Patos. E-mail: [acesse o artigo original para visualizar
o e-mail](#)