

# **ANSIEDADE E HIPERVIGILÂNCIA EM MÃES DE CRIANÇAS COM DESENVOLVIMENTO TÍPICO: POSSÍVEIS RELAÇÕES A CONTEÚDOS DIGITAIS SOBRE O TRANSTORNO DO ESPECTRO AUTISTA**

**ANXIETY AND HYPERVIGILANCE IN MOTHERS OF CHILDREN WITH  
TYPICAL DEVELOPMENT: POSSIBLE RELATIONSHIPS WITH DIGITAL  
CONTENT ABOUT AUTISM SPECTRUM DISORDER (ASD)**

Ciências Humanas, Ciências da Saúde • 28/10/2026

REGISTRO DOI: [10.70773/revistatopicos/793082547](https://doi.org/10.70773/revistatopicos/793082547)

---

Mariana Martins da Silva<sup>1</sup>

Amanda Jennyfer Coelho Costa<sup>2</sup>

---

## RESUMO

A maternidade contemporânea tem sido atravessada pela circulação massiva de conteúdos digitais sobre saúde infantil, especialmente sobre o Transtorno do Espectro Autista (TEA). Mães de crianças com desenvolvimento típico têm sido expostas a informações fragmentadas e descontextualizadas, o que pode ativar sintomas ansiosos e comportamentos hipervigilantes. Diante da escassez de estudos sobre essa relação, este estudo teve como objetivo analisar, a partir da literatura, possíveis relações entre a exposição a conteúdos digitais sobre o TEA e o desenvolvimento de sintomas ansiosos e comportamentos hipervigilantes em mães de crianças com desenvolvimento típico. Especificamente, buscou-se caracterizar quais características desses conteúdos se relacionam à intensificação de preocupações maternas, compreender os mecanismos cognitivos envolvidos sob a perspectiva da Terapia Cognitivo-Comportamental e discutir as repercussões desse estado de alerta na relação mãe-filho. Metodologicamente, adotou-se pesquisa qualitativa, de caráter exploratório, por meio de revisão bibliográfica realizada nas bases Google Acadêmico, SciELO e PubMed, com os descritores ansiedade materna, hipervigilância e Transtorno do Espectro Autista. Foram incluídos artigos, dissertações, teses e livros publicados preferencialmente nos últimos dez anos, em português, inglês ou espanhol. Os materiais passaram pelas etapas de leitura exploratória, seletiva, analítica e interpretativa, sendo organizados em categorias temáticas. Os resultados indicaram que a arquitetura algorítmica das redes sociais cria um ciclo de realimentação da ansiedade materna, no qual distorções cognitivas conduzem à hipervigilância atencional e à patologização de comportamentos comuns da infância. Concluiu-se que o ambiente digital se constitui como fator relevante na ativação e manutenção de sintomas ansiosos em mães de crianças com

desenvolvimento típico, reforçando a necessidade de intervenções clínicas e psicoeducativas que considerem essa dimensão.

**Palavras-chave:** Ansiedade; Hipervigilância; Maternidade; Redes sociais.

## **ABSTRACT**

Contemporary motherhood has been traversed by the massive circulation of digital content on child health, especially on Autism Spectrum Disorder (ASD). Mothers of typically developing children have been exposed to fragmented and decontextualized information, which may activate anxiety symptoms and hypervigilant behaviors. Given the scarcity of studies on this relationship, this study aimed to analyze, based on the literature, possible relationships between exposure to digital content about ASD and the development of anxiety symptoms and hypervigilant behaviors in mothers of typically developing children. Specifically, it sought to characterize which characteristics of this content are related to the intensification of maternal concerns, to understand the cognitive mechanisms involved from the perspective of Cognitive-Behavioral Therapy, and to discuss the repercussions of this state of alert on the mother-child relationship. Methodologically, a qualitative, exploratory study was adopted, through a bibliographic review carried out in Google Scholar, SciELO, and PubMed databases, using the descriptors maternal anxiety, hypervigilance, and Autism Spectrum Disorder. Articles, dissertations, theses, and books published preferably in the last ten years, in Portuguese, English, or Spanish, were included. The materials underwent the stages of exploratory, selective, analytical, and interpretive reading, being organized into thematic categories. The results indicated that the algorithmic architecture of social media creates a feedback cycle of maternal anxiety, in which cognitive distortions lead to attentional

hypervigilance and the pathologization of common childhood behaviors. It was concluded that the digital environment constitutes a relevant factor in the activation and maintenance of anxiety symptoms in mothers of typically developing children, reinforcing the need for clinical and psychoeducational interventions that consider this dimension.

**Keywords:** Anxiety; Hypervigilance; Motherhood; Social media.

## 1. INTRODUÇÃO

A experiência da maternidade na contemporaneidade foi atravessada por transformações profundas nos modos de acesso à informação. A consolidação das tecnologias digitais ampliou as possibilidades de busca por orientação parental, mas também inaugurou um cenário no qual conteúdos complexos sobre saúde mental e neurodesenvolvimento passaram a circular em formatos simplificados e fragmentados. Este estudo dedicou-se a investigar as possíveis relações entre a exposição digital a conteúdos sobre o Transtorno do Espectro Autista (TEA) e a manifestação de sintomas ansiosos e comportamentos hipervigilantes em mães de crianças com desenvolvimento típico.

A relevância do tema justificou-se pela amplitude que o fenômeno assumiu na atualidade. O ambiente virtual tornou-se um dos principais espaços de circulação de informações sobre o TEA, veiculadas por meio de vídeos curtos, listas de sinais precoces e relatos pessoais. Tais materiais, embora legítimos em sua intenção de informar, frequentemente desconsideraram a variabilidade normal do desenvolvimento infantil. A consequência, para muitas mães, foi a instauração de um estado de alerta contínuo.

O problema que orientou a pesquisa foi assim formulado: quais possíveis relações são apontadas pela literatura entre a exposição a conteúdos digitais sobre o TEA e sintomas ansiosos e comportamentos hipervigilantes em mães de crianças com desenvolvimento típico?

O objetivo geral consistiu em analisar a influência do consumo de conteúdos digitais sobre o TEA no desenvolvimento de sintomas ansiosos e comportamentos hipervigilantes em mães de crianças com desenvolvimento típico. Para tanto, estabeleceram-se três objetivos específicos. O primeiro foi caracterizar, com base na literatura científica, quais características dos conteúdos digitais sobre o TEA se relacionaram à intensificação de preocupações maternas. O segundo foi compreender, sob a perspectiva da Terapia Cognitivo-Comportamental, os mecanismos cognitivos envolvidos na ansiedade e na hipervigilância diante do excesso de informações digitais. O terceiro foi discutir as possíveis repercussões desse estado de alerta materno na relação com o filho, considerando a patologização de comportamentos típicos do desenvolvimento infantil.

A relevância do estudo residiu em sua contribuição para o avanço da reflexão acadêmica em Psicologia, ao articular dois fenômenos contemporâneos e interdependentes: a digitalização da experiência materna e a medicalização da infância. Ao reunir e analisar criticamente a produção científica existente, a pesquisa pôde subsidiar práticas clínicas e psicoeducativas mais assertivas, voltadas à preservação da saúde mental materna e à promoção de relações de cuidado mais equilibradas na era digital.

Quanto à metodologia, adotou-se a abordagem qualitativa, uma vez que os processos cognitivos relacionados à ansiedade materna e à hipervigilância não se expressaram adequadamente por meio de dados numéricos. Quanto aos fins, a pesquisa foi de natureza exploratória e descritiva. Quanto aos métodos, tratou-se de pesquisa bibliográfica, desenvolvida com base em material já elaborado. O levantamento foi realizado em bases de dados como Google Acadêmico, SciELO e PubMed, utilizando descritores como ansiedade materna, hipervigilância, Transtorno do Espectro Autista, redes sociais, exposição digital, maternidade e Terapia Cognitivo-Comportamental. Foram incluídos materiais publicados preferencialmente nos últimos dez anos, em português, inglês ou espanhol.

O material selecionado passou pelas etapas de leitura exploratória, seletiva, analítica e interpretativa. Os dados foram organizados em categorias temáticas construídas a partir dos objetivos específicos. Como proposições iniciais, estimou-se que a exposição sistemática a conteúdos digitais descontextualizados sobre o TEA esteve associada à intensificação de sintomas ansiosos e de comportamentos hipervigilantes em mães de crianças com desenvolvimento típico. Supôs-se, ainda, que a hipervigilância atencional contribuiu para a manutenção do ciclo ansioso ao impedir que a mãe realizasse uma avaliação objetiva do desenvolvimento do filho.

Adicionalmente, estimou-se que a combinação entre hipervigilância, distorções cognitivas e consumo de conteúdos digitais comprometeu a qualidade do vínculo entre mãe e filho, substituindo o cuidado espontâneo por um monitoramento clínico e rígido. Por fim, reconheceram-se as limitações inerentes ao estudo.

Por se tratar de uma pesquisa bibliográfica, os resultados dependeram da disponibilidade e da qualidade das publicações existentes sobre o tema. Além disso, a natureza qualitativa da abordagem não permitiu generalizações estatísticas, mas sim a compreensão aprofundada dos fenômenos em seu contexto. A escassez de estudos que articularam especificamente a exposição digital a conteúdos sobre TEA, a ansiedade materna e a hipervigilância em mães de crianças típicas representou um desafio, mas também evidenciou a relevância e a originalidade da investigação.

## **2. AMBIENTE DIGITAL, ANSIEDADE MATERNA E HIPERVIGILÂNCIA DIANTE DE CONTEÚDOS SOBRE O TEA**

### **2.1. Ambiente Digital e Exposição a Conteúdos Sobre TEA**

A experiência da maternidade no momento presente, encontra-se profundamente atravessada pela consolidação das tecnologias digitais e pela circulação massiva de informações sobre desenvolvimento infantil nas redes sociais.

O ambiente virtual transformou-se em um dos principais espaços de busca por orientação e suporte parental, disponibilizando conteúdos que anteriormente se restringiam apenas ao âmbito clínico. Contudo, a dinamização desse fluxo informativo trouxe consigo a disseminação de materiais sobre o Transtorno do Espectro Autista (TEA) em formatos resumidos, como vídeos curtos e listas de “sinais precoces”. Como observa Turckle (2016), as plataformas digitais favorecem a simplificação de temáticas complexas para formatos de consumo rápido, o que, no campo da saúde mental e do

neurodesenvolvimento, pode induzir a leituras desgarradas do rigor científico.

Nesse cenário, o acesso às informações não ocorre de maneira neutra ou aleatória. O exercício das redes sociais é intermediado por arquiteturas algorítmicas projetadas para capturar a atenção do usuário. Na perspectiva de Pariser (2011 apud Samuels, 2012), o confinamento algorítmico constitui as chamadas “bolhas informacionais”, nas quais o sistema mapeia e acumula os dados de navegação – tais como buscas, curtidas e tempo de visualização – para selecionar os conteúdos exibidos. Ao aproximar essa discussão da vivência materna, nota-se que, ao realizar buscas iniciais sobre o desenvolvimento do filho, a genitora passa a receber reiteradamente conteúdos relacionados a temática. Esse afunilamento informacional estreita a possibilidade da diversidade de fontes acessadas, dificultando o contato com materiais que apresentem a variabilidade normal do desenvolvimento infantil ou que contextualizem clinicamente tais manifestações.

A conjugação entre a simplificação diagnóstica e a bolha informacional cria um ecossistema digital que pode atuar como um constante estressor ambiental. Para além do mero consumo passivo, a teoria social cognitiva de Bandura (1986, apud Batista, 2023) ajuda a compreender que a aprendizagem e a construção de crenças individuais perpassam a observação e a modelagem do meio social. Diante da exposição diária a relatos e alertas sobre o TEA, o ambiente digital passa a moldar a percepção materna sobre o que é esperado ou perigoso na infância. Desta forma, a circulação descontextualizada de informações sobre o TEA no espaço virtual estabelece uma atmosfera de incerteza, funcionando como evento desencadeador para a ativação de processos cognitivos associados à

ansiedade e à apreensão contínua em relação ao desenvolvimento do filho.

## **2.2. Ansiedade Materna e Hipervigilância Sob a Perspectiva Cognitivo-Comportamental**

Para compreender as possíveis repercussões psicológicas decorrentes da exposição às mídias digitais, o modelo cognitivo proposto por Aaron Beck oferece um arcabouço teórico consistente. Essa abordagem encontra suas raízes na filosofia estoica, destacando-se a premissa formulada por Epicteto em seu Manual (Enchiridion), na qual aponta que os indivíduos não são perturbados pelas coisas em si, mas pelas interpretações e julgamentos que formulam acerca dos acontecimentos. A Terapia Cognitivo-Comportamental resgata e sistematiza essa concepção ao postular que as emoções e os comportamentos não são determinados diretamente pelos eventos objetivos – como a simples visualização de um conteúdo sobre o Transtorno do Espectro Autista (TEA) –, mas pela forma como a informação é processada e significada pelo sujeito.

Nesse cenário, a busca incessante por sinais de TEA nas redes sociais configura-se como um esforço para eliminar qualquer dúvida sobre o desenvolvimento do filho. Sobre isso, Leahy esclarece:

*A preocupação é uma tentativa de obter certeza sobre o futuro. Se você puder prever todas as possibilidades negativas, acredita que poderá controlá-las. Mas o custo dessa busca pela certeza é a ansiedade crônica e a incapacidade de desfrutar o presente (Leahy, 2011, p.89).*

Quando essa lógica é aplicada à maternidade sob influência digital, percebe-se que a busca pela certeza mencionada por Leahy se manifesta no consumo obsessivo de conteúdos digitais. A mãe acredita que, ao identificar precocemente cada possível alerta de autismo, estará exercendo controle sobre o destino clínico da criança. O resultado, contudo, é a perda da conexão espontânea com o filho típico em favor de um olhar clínico e hipervigilante que tende a patologizar comportamentos comuns da infância.

A compreensão da ansiedade materna no contexto digital exige, antes de tudo, uma distinção conceitual entre os fenômenos que compõem esse quadro. O modelo cognitivo proposto por Aaron Beck oferece uma base sólida para essa análise, na medida em que situa a ansiedade não como uma resposta automática ao perigo real, mas como “produto” da forma como o indivíduo interpreta os eventos ao seu redor. Neste capítulo, examina-se como esse modelo se aplica à experiência materna, de que modo a ansiedade compromete o exercício natural da maternidade e quais mecanismos cognitivos sustentam e ampliam esse estado ao longo do tempo.

A ansiedade e o medo, embora frequentemente tratados como sinônimos no uso cotidiano, apresentam distinções funcionais importantes dentro do modelo cognitivo. De acordo com Clark e Beck (2012), o medo é uma resposta automática e primitiva a uma ameaça imediata e concreta à segurança do indivíduo. A ansiedade, por sua vez, define-se como um sistema complexo de resposta emocional e cognitiva que surge quando uma situação ou circunstância é percebida como um perigo iminente ou futuro ao bem-estar pessoal.

Essa distinção é relevante para o presente estudo porque o que as mães de crianças típicas experienciam diante dos conteúdos digitais sobre o TEA não é, em sua maioria, uma reação a uma ameaça concreta e imediata. Trata-se de uma antecipação (isto é, a percepção de que algo pode estar errado com o desenvolvimento do filho) construída e alimentada por informações fragmentadas consumidas no ambiente digital. Essa antecipação é, precisamente, o terreno da ansiedade conforme descrito por Clark e Beck (2012).

Quando a ansiedade se manifesta na experiência materna, observa-se que o objeto de ameaça se desloca do próprio indivíduo para a prole. Sob a ótica de Clark e Beck (2012, p. 79), “se a ansiedade é a antecipação de um perigo ao bem-estar pessoal, na ansiedade materna essa percepção de risco recai sobre o desenvolvimento e a integridade do filho, transformando o cuidado em estado de alerta constante”.

Esse estado afasta a genitora do que Winnicott (1953/2004, p.100) define como a “mãe devotada comum”, ou seja, aquela que, em sua espontaneidade, é capaz de ser “suficientemente boa” ao prover um ambiente de sustentação sem a necessidade de perfeição técnica. “Quando o sistema de processamento de ameaça é ativado de forma crônica, a confiança na capacidade inata de cuidado é substituída por uma vigilância rígida, na qual qualquer desvio nos marcos do desenvolvimento infantil passa a ser interpretado como uma falha catastrófica da função materna” (Winnicott, 1953/2004, p. 100).

A perpetuação do estado de alerta materno é alimentada por erros sistemáticos no processamento de informações, que Beck (2021) define como distorções cognitivas. No contexto investigado, a mãe

tende a apresentar um viés negativo sistemático, no qual a interpretação do desenvolvimento do filho é filtrada por padrões de pensamento disfuncionais. Segundo a autora, esses erros de pensamento são consistentes e tendem a se sobrepor, criando uma percepção distorcida na qual comportamentos isolados passam a ser lidos como evidências definitivas de um transtorno (Beck, 2021).

Somada a esse viés, “a catastrofização atua como um acelerador da ansiedade, levando a genitora a antecipar cenários de comprometimento severo e irreversível no futuro dos filhos a partir de estímulos neutros do presente” (Beck, 2021, p. 434). Isso é fortalecido pelo conteúdo alarmista das redes sociais e impede que a mãe realize uma avaliação objetiva do desenvolvimento da criança, substituindo a observação cuidadosa por um julgamento precipitado e atravessado pela vulnerabilidade emocional.

Como desdobramento desse processo, Brzozowski e Caponi (2013, p. 1) trazem à tona o conceito de medicalização, definido como "o processo no qual problemas que não eram considerados de ordem médica passaram a ser vistos e tratados como problemas médicos". Assim, a ansiedade materna atua como um vetor desse processo, uma vez que a hipervigilância digital transforma variações comuns do desenvolvimento infantil em objetos de análise clínica, alimentando a busca por diagnósticos onde não há, necessariamente, indicação para tal.

Tudo que foi descrito até agora demonstra como o ambiente digital estrutura um ecossistema de informações que alimenta o medo materno e como o modelo cognitivo explica os mecanismos psicológicos que sustentam esse estado de alerta. Este capítulo examina onde e como esses processos se manifestam

concretamente: na hipervigilância atencional como comportamento de segurança, na forma como os sinais do TEA são retratados nas redes sociais e, por fim, nas consequências dessa combinação para a leitura que a mãe faz do desenvolvimento do próprio filho.

### **2.3. A Hipervigilância Atencional na Perspectiva da TCC**

Dentro do modelo cognitivo-comportamental, a hipervigilância atencional é compreendida como um padrão de monitoramento excessivo do ambiente em busca de sinais de ameaça. Segundo Wells (2011, p. 56), “esse mecanismo surge como resposta ao estado ansioso e se caracteriza pela tendência do indivíduo a direcionar sua atenção de forma seletiva para estímulos que confirmem a percepção de perigo, ignorando ou minimizando informações que a contradigam”.

Embora a hipervigilância funcione inicialmente como uma estratégia de controle, oferecendo à mãe a sensação de que está protegendo o filho ao monitorar atentamente cada etapa do seu desenvolvimento, ela opera, na prática, como um comportamento de segurança. De acordo com Clark e Beck (2012, p. 80), “comportamentos de segurança são ações adotadas para reduzir a ansiedade a curto prazo, mas que, ao impedir que o indivíduo teste a veracidade de suas crenças ameaçadoras, acabam mantendo e fortalecendo o ciclo ansioso a longo prazo”.

No contexto materno, isso significa que quanto mais a mãe monitora o comportamento do filho em busca de sinais de TEA, mais sensível ela se torna a qualquer variação no desenvolvimento da criança, o que eleva progressivamente seu nível de ansiedade em

vez de reduzi-lo. A hipervigilância, portanto, não resolve o problema, mas perpetua.

O Transtorno do Espectro Autista (TEA) é definido pelo Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM-5-TR) como um transtorno do neurodesenvolvimento caracterizado por déficits persistentes na comunicação e interação social e por padrões restritos e repetitivos de comportamento, interesses ou atividades (APA, 2023). O diagnóstico é clínico, realizado por profissionais especializados, e exige uma avaliação cuidadosa e multidisciplinar que considera o histórico de desenvolvimento da criança em seu contexto de vida.

Nas redes sociais, no entanto, essa complexidade diagnóstica raramente aparece. O que circula com maior frequência são listas de sinais de alerta descontextualizadas, vídeos curtos que apresentam comportamentos isolados como evidências de autismo e relatos pessoais que, por mais legítimos que sejam em sua experiência individual, não possuem valor diagnóstico generalizável. Turkle (2015, p. 65) observa que “as redes sociais tendem a simplificar questões complexas em formatos de fácil consumo, o que, no campo da saúde, pode gerar interpretações equivocadas com consequências reais para quem as consome”.

Essa simplificação é particularmente problemática no caso do TEA porque muitos dos comportamentos frequentemente apontados como sinais de alerta (como atrasos transitórios na fala, preferências sensoriais ou períodos de menor contato visual) fazem parte do repertório normal do desenvolvimento infantil e podem estar presentes em crianças típicas sem qualquer significado clínico. Quando esses comportamentos são apresentados nas redes sociais

sem o devido contexto, tornam-se fatores desencadeantes para a ansiedade materna.

A combinação entre hipervigilância atencional, distorções cognitivas e consumo de conteúdos digitais sobre o TEA cria condições para que comportamentos comuns da infância sejam lidos pela mãe como indicadores de um transtorno. Esse processo é o que Brzozowski e Caponi (2013, p. 1) definem como medicalização, ou seja, "o processo no qual problemas que não eram considerados de ordem médica passaram a ser vistos e tratados como problemas médicos".

O desenvolvimento infantil típico é, por natureza, heterogêneo. "Crianças alcançam marcos de desenvolvimento em ritmos diferentes, e variações nesse processo são esperadas e documentadas pela literatura científica" (Papalia; Feldman, 2013, p. 155). Quando, porém, a mãe está inserida em um ciclo de ansiedade alimentado pelo consumo digital, essa heterogeneidade deixa de ser compreendida como parte da normalidade e passa a ser interpretada como desvio. Cada comportamento da criança que se aproxima de algo visto em um vídeo sobre TEA torna-se, aos olhos da mãe ansiosa, uma evidência a ser investigada.

Esse olhar clínico e hipervigilante sobre a infância tem consequências que vão além da experiência materna. Papalia e Feldman (2013, p. 156) ressaltam que "a qualidade da interação entre mãe e filho nos primeiros anos de vida é determinante para o desenvolvimento emocional, cognitivo e social da criança". Quando a mãe substitui a conexão espontânea com o filho por um monitoramento ansioso e sistemático, a própria relação de cuidado é afetada, o que pode gerar consequências para o desenvolvimento

da criança — não por um transtorno, mas pela qualidade do vínculo que se estabelece nesse período.

Retomando Winnicott (1953/2004, p. 101), a mãe "suficientemente boa" não é aquela que observa o filho com olhos clínicos, mas aquela que responde às suas necessidades de forma espontânea e confiante. A ansiedade materna alimentada pelo ambiente digital compromete exatamente essa espontaneidade, substituindo o cuidado intuitivo por uma vigilância que, paradoxalmente, pode ser mais prejudicial do que protetora.

### **3. CONSIDERAÇÕES E RESULTADOS**

A análise da literatura permitiu concluir que a exposição digital a conteúdos sobre o TEA atua como um fator de risco para a saúde mental materna, ao favorecer a instalação de um ciclo de ansiedade e hipervigilância que se retroalimenta. Esse ciclo não se resolve com o aumento do monitoramento, mas se intensifica, na medida em que a mãe, ao buscar certezas, encontra apenas mais estímulos que confirmam suas apreensões. O consumo de informações fragmentadas, longe de tranquilizar, fortalece a percepção de que algo pode estar errado com o desenvolvimento do filho.

Constatou-se que os mecanismos cognitivos envolvidos desempenham papel central na manutenção desse estado. A hipervigilância, embora inicialmente vivida como proteção, funciona como comportamento de segurança que impede a desconfirmação das crenças ansiosas, perpetuando o sofrimento. A mãe passa a interpretar variações normais do desenvolvimento como indícios de transtorno, estabelecendo um padrão de leitura clínica sobre

comportamentos que, em outro contexto, seriam compreendidos como parte da heterogeneidade infantil.

Verificou-se, ainda, que esse estado de alerta contínuo produz efeitos concretos na relação entre mãe e filho. A patologização de comportamentos típicos da infância e a substituição do cuidado espontâneo por um olhar clínico e rígido comprometem a qualidade do vínculo nos primeiros anos de vida, período determinante para o desenvolvimento infantil. A espontaneidade materna, condição para um cuidado suficientemente bom, cede lugar a uma vigilância que, paradoxalmente, pode ser mais prejudicial do que protetora.

Diante disso, conclui-se que a problemática investigada não se restringe à experiência individual da mãe, mas se configura como uma questão de saúde pública que exige atenção. A literatura consultada aponta para a necessidade de intervenções que contemplem tanto o manejo da ansiedade quanto a educação midiática, de modo que as mães possam acessar informações sobre o TEA sem que isso se converta em fonte de sofrimento e vigilância excessiva. Práticas clínicas e psicoeducativas que considerem o contexto informacional em que essas mulheres estão inseridas tornam-se, portanto, indispensáveis para a promoção da saúde mental materna e para a construção de relações de cuidado mais equilibradas na era digital.

## **REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. **Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5-TR**. 5.ed. ver. Porto Alegre: Artmed, 2023.

BATISTA, E. C. A teoria social cognitiva de Albert Bandura e sua contribuição para a educação. **Revista Enfermagem e Saúde Coletiva**, v. 8, n. 1, p. 10-17, 2023. ISSN: 2448-394X. Disponível em: <https://revesc.esy.es/index.php/revesc/article/view/140>. Acesso em: 05 mai. 2026.

BECK, J. S. **Terapia cognitivo-comportamental: teoria e prática**. 3. Ed. Porto Alegre: Artmed, 2021.

BRZOZOWSKI, F. S.; CAPONI, S. N. C. DE. Medicalização dos desvios de comportamento na infância: aspectos positivos e negativos. **Revista Psicologia: Ciência e Profissão**, v. 33, n. 1, p. 208–221, 2013. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pcp/a/nsyXmyxCm5p5JFHzymj9tLm/?format=html&lang=pt#to> p. Acesso em: 20 abr. 2026.

CLARK, D. A.; BECK, Aaron T. **Vencendo a ansiedade e a preocupação com a terapia cognitivo-comportamental: manual do paciente**. Tradução: Daniel Bueno. Porto Alegre: Artmed, 2012.

LEAHY, R. L. **Livre de Ansiedade: desvende as causas da ansiedade, combate o medo e encontre a paz**. Porto Alegre: Artmed, 2011

PAPALIA, D. E.; FELDMAN, R. U. **Desenvolvimento humano**. 12. Ed. Porto Alegre: AMGH, 2013.

SAMUELS, M. G. Review: The Filter Bubble: What the Internet is Hiding from You by Eli Pariser. **InterActions: UCLA Journal of Education and Information Studies**, v. 8, n. 2, 2012. Disponível em: <https://escholarship.org/uc/item/8w7105jp>. Acesso em: 02 mai. 2026.

TURCKLE, S. **Reclaiming conversation: the power of talk in a digital age.** New York: Penguin Press, 2016.

WELLS, A. **Metacognitive therapy for anxiety and depression.** New York: Guilford Press, 2011.

WINNICOTT, D. W. **Da pediatria à psicanálise: obras escolhidas.** Rio de Janeiro: Imago, 2004.

---

<sup>1</sup> Acadêmica do Curso de Psicologia da Faculdade de Educação Santa Terezinha – FEST, Imperatriz-MA. E-mail: [acesse o artigo original para visualizar o e-mail](#)

<sup>2</sup> Professora Especialista do Curso de Psicologia da Faculdade de Educação Santa Terezinha – FEST, Imperatriz MA. E-mail: [acesse o artigo original para visualizar o e-mail](#)