



PBPC
ISSN 2674-9432



Qualis A3
CAPES 2021-2024



DOI - Crossref

Latindex

Indexado no
Google Acadêmico

ESTRESSE PSICOLÓGICO E ADOECIMENTO EMOCIONAL EM FAMILIARES DE PESSOAS COM TRANSTORNO DO ESPECTRO AUTISTA: UMA REVISÃO INTEGRATIVA DA LITERATURA

Ana Clara dos Santos Almeida¹, Karyme Sherman de Oliveira Ferreira Nobre², Maria Alanna Ferreira Bezerra³, Marina Procopio Guimarães⁴, Sarah Letícia Rodrigues Olímpio Gomes de Queiroga⁵, Gabriela de Medeiros Lopes Martins⁶, Pedro Lucas Abrantes de Almeida⁷, Matheus Procopio Guimarães⁸, Miguel Nunes Rodrigues Terceiro Neto⁹, Milena Nunes Alves de Souza¹⁰



<https://doi.org/10.36557/2674-9432.2026v5n3p3049-3069>

Artigo recebido em 30 de Março e publicado em 30 de Maio de 2026

REVISÃO INTEGRATIVA

RESUMO

O Transtorno do Espectro Autista (TEA) constitui uma condição do neurodesenvolvimento que pode gerar importantes repercussões emocionais, sociais e estruturais no contexto familiar, estando frequentemente associado a elevados níveis de estresse psicológico e sofrimento psíquico entre os cuidadores. O presente estudo teve como objetivo investigar a influência do estresse psicológico no adoecimento emocional de familiares de pessoas com TEA, bem como identificar os principais fatores associados e as estratégias de enfrentamento descritas na literatura. Trata-se de uma Revisão Integrativa da Literatura, desenvolvida a partir das bases de dados PubMed, Portal de Periódicos da Coordenação de Aperfeiçoamento Pessoal de Nível Superior (CAPES) e ProQuest Research Library, utilizando descritores em português e inglês relacionados ao estresse psicológico, transtorno do espectro autista e familiares/cuidadores. A busca inicial resultou em 11.188 registros, dos quais 17 artigos compuseram a amostra final após aplicação dos critérios de elegibilidade. Os estudos analisados evidenciaram que fatores como gravidade dos sintomas da criança, demandas contínuas de cuidado, insuficiência de suporte social e dificuldades de acesso aos serviços.

Palavras-chave: Transtorno do Espectro Autista. Estresse Psicológico. Familiares.

ABSTRACT

Autism Spectrum Disorder (ASD) is a neurodevelopmental condition that may cause significant emotional, social, and structural repercussions within the family context, often being associated with high levels of psychological stress and emotional distress among caregivers. This study aimed to investigate the influence of psychological stress on the emotional illness of family members of individuals with ASD, as well as to identify the main associated factors and coping strategies described in the literature. This is an Integrative Literature Review conducted using the PubMed, CAPES Periodicals Portal, and ProQuest Research Library databases, with descriptors in Portuguese and English related to psychological stress, autism spectrum disorder, and family members/caregivers. The initial search resulted in 11,188 records, of which 17 articles composed the final sample after the eligibility criteria were applied. The analyzed studies showed that factors such as severity of the child's symptoms, continuous caregiving demands, insufficient social support, and difficulties in accessing specialized services significantly contribute to emotional distress among family members. In contrast, strategies such as multidisciplinary support, strengthening family resilience, and psychological interventions demonstrated relevant potential for reducing psychological suffering and promoting caregivers' mental health.

Keywords: Autism Spectrum Disorder. Psychological Stress. Family Members.

Instituição afiliada – Centro Universitário de Patos-PB (UNIFIP)

Autor correspondente: *Marina Procopio Guimarães*

This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).





1 INTRODUÇÃO

O Transtorno do Espectro Autista (TEA) configura-se como uma condição do neurodesenvolvimento caracterizada por déficits persistentes na comunicação e interação social, associados a padrões restritos e repetitivos de comportamento, com início precoce e impacto significativo no funcionamento global do indivíduo. Trata-se de um espectro amplo e heterogêneo, cuja variabilidade clínica exige uma abordagem multidimensional, envolvendo aspectos biológicos, psicológicos e sociais (Fernandes; Silva, 2023; Titanelli *et al.*, 2025).

A descoberta do diagnóstico representa um marco na trajetória das famílias, sendo frequentemente acompanhada por reações emocionais intensas e ambivalentes. Entre os sentimentos mais relatados encontram-se ansiedade, luto simbólico, sobrecarga emocional e sensação de impotência diante das demandas impostas pelo cuidado contínuo (Gadelha *et al.*, 2025; Titanelli *et al.*, 2025).

Esse processo de luto está relacionado à ruptura das expectativas idealizadas acerca do desenvolvimento da criança, exigindo dos familiares uma reconstrução de significados e perspectivas futuras. Embora o diagnóstico possa proporcionar certo alívio ao oferecer explicações para comportamentos anteriormente incompreendidos, ele também inaugura uma nova realidade marcada por desafios terapêuticos, incertezas e necessidade constante de adaptação (Gadelha *et al.*, 2025).

A literatura evidencia que os familiares de pessoas com TEA apresentam maior vulnerabilidade ao desenvolvimento de sofrimento psíquico. Estudos indicam níveis elevados de estresse, ansiedade e sintomas depressivos entre cuidadores, sobretudo entre mães, que frequentemente assumem o papel central no cuidado. Essa sobrecarga está associada não apenas às demandas diretas do cuidado, mas também a fatores como isolamento social, dificuldades financeiras, limitação de atividades de lazer e acesso insuficiente a serviços especializados (Alves; Gameiro; Biazzi, 2022; Meireles *et al.*, 2025).

O adoecimento emocional, por sua vez, refere-se ao comprometimento da saúde mental decorrente da exposição prolongada a condições adversas, manifestando-se por meio de sintomas como ansiedade, depressão, exaustão emocional e prejuízos na qualidade de vida. Entre os fatores que contribuem para esse processo destacam-se a



sobrecarga de cuidado, o isolamento social, as dificuldades financeiras, a limitação de atividades de lazer e o acesso insuficiente a serviços especializados (Meireles *et al.*, 2025).

Outro aspecto relevante refere-se à transformação da dinâmica familiar após o diagnóstico. A rotina passa a ser reorganizada em função das necessidades da criança, o que pode resultar em redução das interações sociais, desgaste conjugal e impactos na vida profissional dos cuidadores. Além disso, os familiares frequentemente vivenciam sentimentos de culpa, frustração e insegurança, bem como enfrentam preconceito social e dificuldades no acesso a políticas públicas e serviços de apoio, contribuindo para o contexto de vulnerabilidade emocional contínua, no qual o cuidado se associa ao risco de adoecimento mental (Meireles *et al.*, 2025; Titanelli *et al.*, 2025).

Do ponto de vista científico e social, observa-se um crescimento recente do interesse pela temática da saúde mental de familiares de pessoas com transtorno do espectro autista (TEA). No entanto, a produção ainda é limitada, concentrando-se historicamente mais no indivíduo diagnosticado do que em seu núcleo familiar. Nesse contexto, evidencia-se uma lacuna na literatura, especialmente no cenário brasileiro, quanto à compreensão das experiências e necessidades dos familiares (Sturmer; Corrêa; Miranda, 2024).

Diante desse cenário, observa-se que o estresse psicológico impacta de forma significativa o adoecimento emocional das famílias de indivíduos com Transtorno do Espectro Autista, destacando a importância de ampliar o cuidado em saúde, incluindo intervenções voltadas aos familiares, visando à melhoria de sua saúde mental e qualidade de vida dos indivíduos.

2 METODOLOGIA

A presente Revisão Integrativa da Literatura (RIL) teve como objetivo investigar a influência do estresse psicológico no adoecimento emocional de familiares de pessoas com transtorno do espectro autista (TEA). O delineamento metodológico adotado baseou-se nas diretrizes para revisões integrativas, as quais orientam um processo sistemático, organizado e transparente, possibilitando a reunião e a análise crítica das evidências disponíveis sobre o tema, bem como a identificação de lacunas no

conhecimento científico (Souza; Silva; Carvalho, 2010).

Em um primeiro momento, foi realizada a formulação da pergunta de pesquisa, que estabeleceu o seguinte questionamento: “Qual o impacto do estresse psicológico no adoecimento emocional das famílias de indivíduos com transtorno do espectro autista, e quais estratégias de enfrentamento podem minimizar esse impacto diante dos fatores associados?”. A definição dessa questão considerou o impacto significativo que o TEA exerce sobre o cotidiano familiar, frequentemente associado a elevados níveis de sobrecarga, estresse prolongado e comprometimento da saúde mental dos responsáveis.

Posteriormente, foram selecionados os descritores e termos-chave nos idiomas português e inglês, com base nos vocabulários controlados *Descritores em Ciências da Saúde (DeCS)* e *Medical Subject Headings (MeSH)*. Utilizaram-se os seguintes termos: “Estresse Psicológico” / “*Stress, Psychological*”; “Transtorno do Espectro Autista” / “*Autism Spectrum Disorders*”; e “Famílias” / “*Family*”.

A estratégia de busca foi estruturada por meio da combinação desses descritores utilizando os operadores booleanos *AND* e *OR*, utilizando as expressões: (“Estresse Psicológico”) *AND* (“Transtorno do Espectro Autista” *OR* TEA) *AND* (Famílias *OR* Cuidadores); (“*Stress, Psychological*”) *AND* (“*Autism Spectrum Disorders*” *OR* ASD) *AND* (*Family* *OR* *Caregivers*).

A coleta dos estudos foi realizada nas bases de dados eletrônicas PubMed (*Public/Publisher Medical Literature Analysis and Retrieval System Online*), Portal de Periódicos da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES) e *ProQuest Research Library*. Após a etapa inicial de identificação dos estudos nas bases de dados, procedeu-se ao processo de triagem e seleção, realizado de forma sistemática. Inicialmente, foram aplicados critérios de filtragem específicos em cada base, considerando principalmente o período de publicação, o idioma e o tipo de artigo, resultando na exclusão de estudos que não atendiam aos critérios previamente estabelecidos.

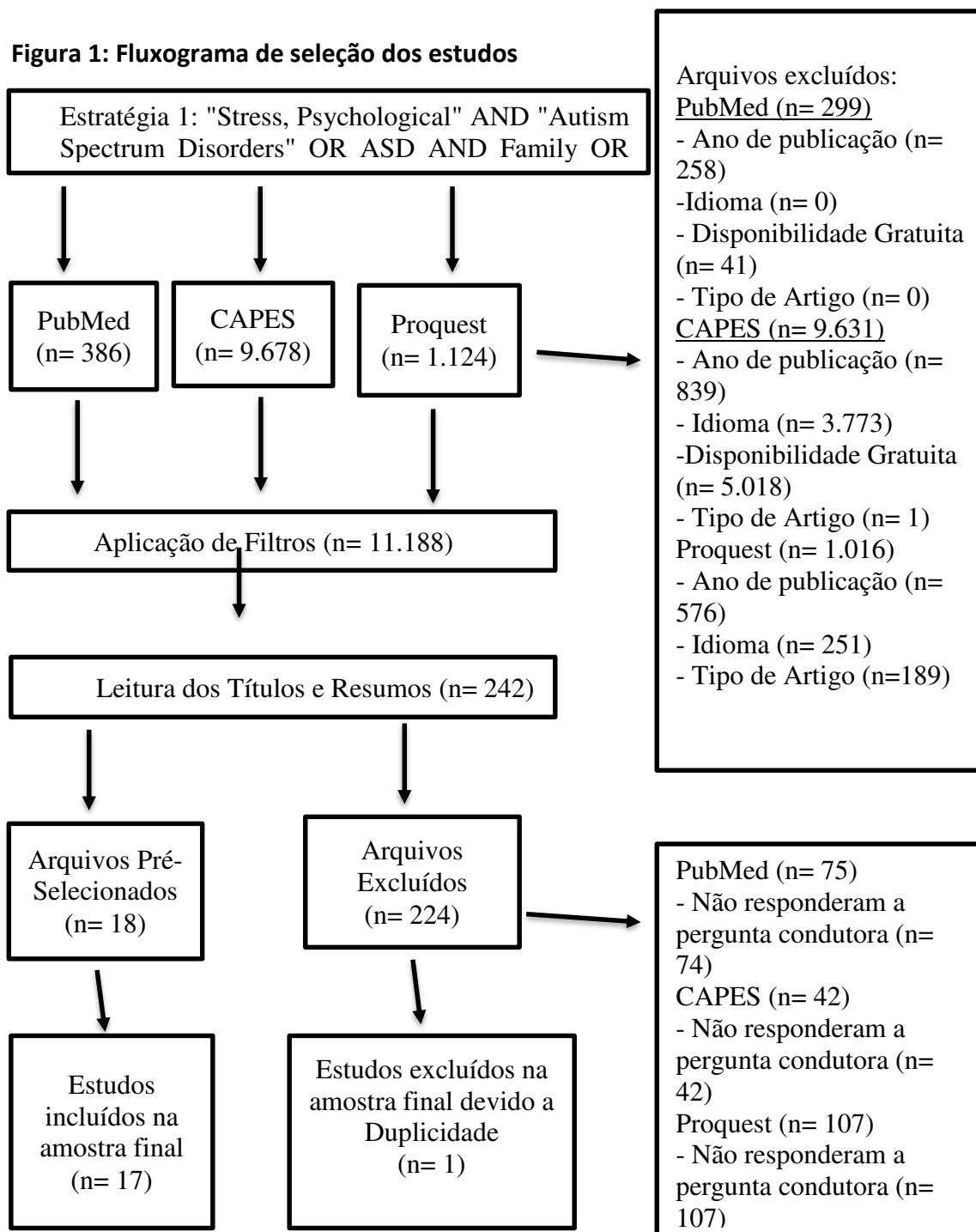
A busca inicial nas bases de dados (PubMed, Portal de Periódicos CAPES e ProQuest) resultou em um total de 11.188 registros. Após a aplicação dos filtros iniciais - que incluíram recorte temporal, idioma e disponibilidade do texto completo - a maioria dos estudos foi excluída, restando 242 publicações para a etapa de triagem.



Nesta fase, os títulos e resumos foram analisados à luz da pergunta norteadora e da temática proposta, o que levou à exclusão de 224 artigos. Os 18 estudos remanescentes foram submetidos à leitura integral, momento em que um deles foi descartado por duplicidade. Ao final desse processo, a amostra desta revisão integrativa foi composta por 17 artigos que atenderam rigorosamente aos critérios de elegibilidade e aos objetivos da pesquisa.

Todo o percurso de identificação, triagem, elegibilidade e inclusão dos estudos foi documentado por meio de um fluxograma, garantindo transparência e reprodutibilidade do processo metodológico (Figura 1).

Figura 1: Fluxograma de seleção dos estudos



Fonte: Dados de pesquisa, 2026.

Durante a fase de recolha de dados, empregou-se um instrumento de extração previamente elaborado, que incluía variáveis como o título das obras, autoria, cronologia de publicação, metodologia aplicada, idioma, país de origem, revista

científica e os principais resultados pertinentes ao objeto de estudo.

Os resultados foram discutidos à luz da literatura existente, permitindo identificar padrões críticos sobre a saúde mental dos cuidadores. A partir da análise qualitativa, emergiram categorias centrais que revelam o impacto do diagnóstico e do manejo do TEA na dinâmica familiar, são elas: adoecimento emocional e estresse parental, depressão e exaustão emocional.

Por fim, na discussão e interpretação dos resultados, identificou-se que o estresse parental desempenha um papel central na deterioração da qualidade de vida da família. Na discussão e interpretação dos resultados, foram identificadas evidências que oferecem subsídios para a prática clínica, enfatizando a necessidade urgente de intervenções como o treinamento em mindfulness, terapias cognitivo-comportamentais e o fortalecimento de redes de apoio social. Tais estratégias são fundamentais para promover a saúde psicológica dos cuidadores, mitigando os riscos de transtornos psiquiátricos secundários à sobrecarga do cuidado.

3 RESULTADOS

No quadro 1, verifica-se que dos 17 artigos selecionados para a caracterização geral, 58,8% (n=10) correspondiam a estudos de delineamento transversal e 47,05% (n=8) a observacional, sendo esses os tipos mais predominantes na amostra.

Quanto ao idioma das publicações, observou-se que a maioria dos estudos 70,5% (n=12) foram publicados em inglês. Em relação à procedência, o Brasil apresenta o maior número de estudos 23,5% (n=4), seguidos pela Espanha, com 17,6% (n=3).

No que se refere aos periódicos, o *Journal of Autism and Developmental Disorders* destacou-se como o mais frequente, representando 23,5% (n=4) das publicações analisadas. Ademais, observa-se concentrações expressivas nos anos de 2019 com 23,5% (n=4) e 2024 com 23,5% (n=4).

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

Autores (Ano)	Título	Idioma e País	Periódico	Tipo de Estudo
Buchwald <i>et al.</i> (2025)	Fatores que predizem o estresse parental no	Inglês, Nova Zelândia	PLOS ONE	Observacional quantitativo

	contexto do transtorno do espectro autista: uma abordagem por análise de rede			transversal com análise de rede
Bujnowska <i>et al.</i> (2019)	Parentalidade e ansiedade em relação ao futuro: o impacto de ter um filho com deficiência do desenvolvimento	Inglês, Polônia e Espanha	International Journal of Environmental Research and Public Health	Observacional comparativo transversal
Cengiz e Kiliç. (2025)	Os efeitos do treinamento de autocompaixão baseado em mindfulness sobre o estresse, a resiliência psicológica e o bem-estar em pais de crianças autistas: um estudo controlado randomizado.	Inglês, Turquia	Current Psychology	Ensaio clínico randomizado controlado (experimental)
Da Paz e Wallander. (2017)	Intervenções que visam melhorar a saúde mental de pais de crianças com transtorno do espectro autista: uma revisão narrativa	Inglês, Estados Unidos	Clinical Psychology Review	Revisão narrativa da literatura
Felipe <i>et al.</i> (2024)	Mãe atípica no cuidado da criança com TEA na perspectiva da enfermagem	Português, Brasil	Revista Recien	Transversal descritivo
Hand <i>et al.</i> (2018)	A sobrecarga do cuidador varia conforme os subtipos sensoriais e as dimensões sensoriais de crianças com autismo	Inglês, Estados Unidos	Journal of Autism and Developmental Disorders	Observacional transversal com survey nacional e análises estatísticas multivariadas
Leonardi <i>et al.</i> (2021)	A trajetória do estresse em pais de crianças pequenas com e sem autismo: um estudo de análise de trajetórias (path analysis).	Inglês, Itália	International Journal of Environmental Research and Public Health	Observacional analítico transversal com modelagem estatística.
Lima <i>et al.</i> (2022)	A Família da Criança com o Transtorno Espectro Autista (TEA)''	Português, Brasil	ID on line. Revista de Psicologia	Revisão
Lopes <i>et al.</i> (2019)	Transtorno do Espectro Autista: ressonâncias emocionais e ressignificação da relação mãe-filho	Português, Brasil	Revista Cereus	Qualitativo
Mira <i>et al.</i> (2019)	Contexto familiar de crianças com autismo: implicações no desenvolvimento social e emocional	Espanhol, Espanha	Medicina (Buenos Aires)	Observacional transversal comparativo
Nik <i>et al.</i> (2019)	Estresse percebido entre cuidadores de crianças com Transtorno do Espectro	Inglês, Malásia	International Journal of Environmental Research and	Transversal

	Autista: um estudo em todo o estado		Public Health	
Ntre <i>et al.</i> (2022)	Estratégias de enfrentamento em mães de crianças com transtorno do espectro autista e sua relação com estresse e depressão maternos	Inglês, Grécia	Psychiatriki	Observacional transversal correlacional
Oliboni <i>et al.</i> (2024)	Experiências de familiares da criança com TEA: uma revisão da literatura	Português, Brasil	Research, Society and Development	Revisão narrativa da literatura
Pardo-sala Manca <i>et al.</i> (2024)	Estresse parental em crianças com autismo e TDAH: implicações do suporte social e das características da criança	Inglês, Espanha	Journal of Autism and Developmental Disorders	Observacional transversal comparativo
Van der Lubbe <i>et al.</i> (2024)	Estresse, comportamento alimentar e problemas de saúde em pais de crianças pequenas Crianças com Transtorno do Espectro Autista.	Inglês, Holanda	Journal of Autism and Developmental Disorders	Observacional transversal.
Yorke <i>et al.</i> (2018)	Associação entre problemas emocionais e comportamentais em crianças com autismo e sofrimento psicológico em seus pais: uma revisão sistemática e meta-análise	Inglês, Reino Unido	Journal of Autism and Developmental Disorders	Revisão sistemática com meta-análise
Zhang <i>et al.</i> (2025)	Identificação de temas de pesquisa relevantes em saúde mental para pais de crianças com transtorno do espectro autista: uma perspectiva bibliométrica	Inglês	Springer Nature BV	Estudo bibliométrico

Fonte: Dados de pesquisa, 2026.

De acordo com o quadro 2, constatou-se que os principais impactos do estresse psicológico em familiares de pessoas com TEA foi a ansiedade (29,4%; n=5), sendo a subcategoria mais frequente.

Quadro 2: Impactos do estresse psicológico em familiares de pessoas com TEA

Categorias	Subcategorias	Autores (Ano)	n	%
	Ansiedade	Bujnowska <i>et al.</i> (2019); Leonardi <i>et al.</i> (2021); Ntre <i>et al.</i> (2022); Yorke <i>et al.</i> (2018); Zhang <i>et al.</i> (2025)	5	29,4
	Depressão e sofrimento psíquico	Leonardi <i>et al.</i> (2021); Ntre <i>et al.</i> (2022) Yorke <i>et al.</i> (2018); Zhang <i>et al.</i> (2025)	4	23,5
	Culpa e luto após diagnóstico	Oliboni <i>et al.</i> (2024); Lopes <i>et al.</i> (2019);	2	11,8
	Depressão e tristeza	Oliboni <i>et al.</i> (2024); Lopes <i>et al.</i> (2019);	2	11,8

Impactos	Redução da qualidade de vida e bem-estar	Buchwald <i>et al.</i> (2025); Hand <i>et al.</i> (2018); van der Lubbe <i>et al.</i> (2024)	3	17,6
	Estresse parental crônico	Leonardi <i>et al.</i> (2021); Nik Adib <i>et al.</i> (2019); Pardo-Salamanca <i>et al.</i> (2024); van der Lubbe <i>et al.</i> (2024)	4	23,5
	Exaustão física e mental	Buchwald <i>et al.</i> (2025); Ferreira <i>et al.</i> (2024) Yorke <i>et al.</i> (2018)	3	17,6
	Vulnerabilidade social e econômica	Ferreira <i>et al.</i> (2024)	1	5,9
	Choque e necessidade de resignificação	Lopes <i>et al.</i> (2019)	1	5,9
	Reorganização da rotina familiar	Ferreira <i>et al.</i> (2024); Mira <i>et al.</i> (2019); Oliboni <i>et al.</i> (2024)	3	17,6
	Incerteza	Bujnowska <i>et al.</i> (2019)	1	5,9

Fonte: Dados de pesquisa, 2026.

Entre os fatores associados à gravidade dos sintomas e problemas comportamentais da criança (23,5%; n=4) se destacou como indicadores mais frequentes (Quadro 3).

Quadro 3: Fatores associados ao estresse em familiares de pessoas com TEA

Categorias	Subcategorias	Autores (Ano)	n	%
Fatores Associados	Gravidade dos sintomas e problemas comportamentais da criança	Buchwald <i>et al.</i> (2025); Hand <i>et al.</i> (2018); Pardo-Salamanca <i>et al.</i> (2024); Yorke <i>et al.</i> (2018);	4	23,5
	Falta de apoio social e institucional	Mira <i>et al.</i> (2019); Pardo-Salamanca <i>et al.</i> (2024); Zhang <i>et al.</i> (2025);	3	17,6
	Demandas contínuas de cuidado	Ferreira <i>et al.</i> (2024); Nik Adib <i>et al.</i> (2019); van der Lubbe <i>et al.</i> (2024)	3	17,6

Fonte: Dados de pesquisa, 2026.

Observou-se que o apoio social e suporte profissional foi a principal estratégia de enfrentamento do estresse em familiares de pessoas com TEA (17,6%; n=3) (Quadro 4).

Quadro 4: Estratégia de enfrentamento do estresse em familiares de pessoas com TEA

Categorias	Subcategorias	Autores (Ano)	n	%
Estratégias	Apoio social e suporte profissional	Mira <i>et al.</i> (2019); Pardo-Salamanca <i>et al.</i> (2024); Zhang <i>et al.</i> (2025)	3	17,6
	Estratégias de coping e resiliência	Leonardi <i>et al.</i> (2021); Ntre <i>et al.</i> (2022)	2	11,8
	Intervenções psicológicas (mindfulness, terapias)	Cengiz <i>et al.</i> (2025); Da Paz & Wallander (2017)	2	11,8

Fonte: Dados de pesquisa, 2026.

4 DISCUSSÃO

Os achados desta revisão integrativa evidenciaram que o estresse psicológico representa um dos principais fatores associados ao adoecimento emocional em familiares de pessoas com Transtorno do Espectro Autista (TEA), sobretudo entre os cuidadores principais. Observou-se que a gravidade dos sintomas da criança, os problemas comportamentais associados ao transtorno, as demandas contínuas de cuidado e insuficiência de apoio social e institucional figuram entre os fatores mais frequentemente relacionados ao sofrimento emocional familiar. Em contrapartida, estratégias de enfrentamento, como apoio social, suporte multiprofissional, desenvolvimento de resiliência e intervenções psicológicas, demonstraram potencial protetivo frente aos impactos emocionais decorrentes do cuidado contínuo (Buchwald *et al.*, 2025; Hand *et al.*, 2018; Leonardi *et al.*, 2021; Pardo-Salamanca *et al.*, 2024; Yorke *et al.*, 2018; Zhang *et al.*, 2025).

A gravidade dos sintomas e as alterações comportamentais da criança com TEA foram identificadas como importantes determinantes do aumento do estresse parental. Buchwald *et al.* (2025), Hand *et al.* (2018), Pardo-Salamanca *et al.* (2024) e Yorke *et al.* (2018) demonstraram que dificuldades relacionadas à comunicação, interação social, irritabilidade, comportamentos repetitivos e alterações sensoriais elevam significativamente a sobrecarga emocional dos cuidadores. Esses resultados corroboram os achados de Zhang *et al.* (2025), que evidenciaram maiores níveis de ansiedade, depressão e exaustão emocional em pais de crianças com TEA quando comparados à população geral.

De maneira semelhante, Leonardi *et al.* (2021) identificaram que o estresse parental está intimamente associado à necessidade constante de adaptações emocionais e comportamentais exigidas pelo cuidado diário, comprometendo a qualidade de vida familiar e favorecendo o surgimento de transtornos psíquicos. Além disso, Bujnowska *et al.* (2019) observaram que pais de crianças com deficiência, incluindo TEA, apresentam maior preocupação em relação ao futuro dos filhos, sobretudo quanto à autonomia, relações sociais e estabilidade financeira, fatores que ampliam a ansiedade parental e contribuem para o sofrimento emocional crônico. Dessa



forma, evidencia-se uma relação diretamente proporcional entre a intensidade dos sintomas do TEA e o comprometimento da saúde mental familiar (Oliboni *et al.*, 2024).

Tais resultados podem ser compreendidos a partir do impacto contínuo que as manifestações do TEA exercem sobre a dinâmica familiar. Portes e Vieira (2022) destacam que os comportamentos da criança influenciam diretamente as interações familiares e podem desencadear níveis elevados de estresse, sobretudo nas mães, devido à maior responsabilização pelo cuidado cotidiano. Além disso, os autores ressaltam que dificuldades relacionadas à inclusão social, preconceito e limitação do suporte social agravam o sofrimento emocional parental. Nesse contexto, o estresse familiar não decorre exclusivamente do diagnóstico em si, mas da interação entre as características da criança, os recursos emocionais disponíveis e a qualidade das redes de apoio (Santos *et al.*, 2022; Silva *et al.*, 2023).

De forma semelhante, Farias *et al.* (2023) observaram que o TEA modifica significativamente a rotina familiar em decorrência das dificuldades e incertezas vivenciadas após o diagnóstico, exigindo atenção especializada e suporte contínuo aos familiares. Esses achados reforçam que as repercussões emocionais do TEA extrapolam o indivíduo diagnosticado e atingem todo o sistema familiar.

As demandas contínuas de cuidado também se mostraram fortemente relacionadas ao adoecimento emocional dos familiares. Estudos conduzidos por Felipe *et al.* (2024), Nik *et al.* (2019) e Van der Lubbe *et al.* (2024) evidenciaram que o cuidado prolongado de crianças com TEA frequentemente exige reorganização completa da rotina familiar, restrição da vida social, afastamento profissional e dedicação integral dos cuidadores. Esses achados evidenciaram vulnerabilidade emocional, sobrecarga física e impacto significativo na saúde mental dos cuidadores principais, especialmente das mães.

O sofrimento psicológico esteve associado à privação do autocuidado, ao esgotamento físico e à redução do suporte externo, fatores que favorecem o desenvolvimento de ansiedade, depressão e exaustão emocional. Ntre *et al.* (2022) também identificaram que a sobrecarga contínua e a concentração das responsabilidades de cuidado em um único cuidador contribuem para o isolamento social, redução da qualidade de vida e comprometimento das relações familiares. Nesse



contexto, observa-se que a manutenção prolongada das demandas de cuidado favorece um processo contínuo de desgaste físico e emocional, aumentando significativamente a vulnerabilidade psicológica dos familiares.

A convivência com o TEA impõe à família sucessivas adaptações emocionais, sociais e econômicas, frequentemente acompanhadas por sentimentos de frustração, incerteza, sobrecarga e desgaste psicológico. Lima *et al.* (2022) e Lopes *et al.* (2019) demonstraram que o diagnóstico do transtorno pode desencadear intenso sofrimento emocional, sobretudo materno, marcado por culpa, medo, tristeza e ruptura das expectativas idealizadas em relação ao filho. De maneira semelhante, Caparroz e Soldera (2022) observaram que o processo de adaptação familiar frequentemente envolve sentimentos de angústia, negação e reorganização contínua da dinâmica familiar, especialmente diante das demandas permanentes de cuidado.

Além disso, Carvalho *et al.* (2024) destacam que o diagnóstico tardio constitui importante fator de vulnerabilidade emocional, uma vez que reduz as possibilidades de intervenção precoce e intensifica repercussões negativas nas relações familiares e sociais. Assim, evidencia-se que o processo de adaptação ao TEA envolve múltiplas dimensões emocionais e estruturais, exigindo suporte psicológico e acompanhamento profissional contínuo.

Outro aspecto relevante refere-se à insuficiência de apoio social e institucional, frequentemente associada ao agravamento do sofrimento psíquico familiar. Mira *et al.* (2019), Pardo-Salamanca *et al.* (2024) e Zhang *et al.* (2025) demonstraram que a ausência de redes de apoio adequadas favorece o isolamento, sobrecarga emocional e sensação de desamparo diante das demandas.

Ademais, dificuldades relacionadas ao acesso aos serviços de saúde, à escassez de profissionais capacitados e à fragilidade das políticas públicas intensificam a vulnerabilidade dos cuidadores. Botelho e Costa (2023) acrescentam que muitas famílias enfrentam barreiras estruturais para obtenção de suporte especializado, evidenciando a necessidade de fortalecimento das políticas públicas destinadas às pessoas com TEA e seus familiares. Todavia, o apoio do cônjuge, da família extensa, dos profissionais de saúde e das redes multiprofissionais mostrou-se importante fator protetivo frente ao adoecimento emocional, favorecendo melhor adaptação familiar e maior capacidade de



enfrentamento.

As estratégias de enfrentamento também apresentaram papel relevante na redução dos impactos emocionais associados ao cuidado contínuo. Ntre *et al.* (2022), Leonardi *et al.* (2021) e Lima *et al.* (2022) identificaram que mecanismos de *coping*, fortalecimento da resiliência familiar e suporte emocional favorecem melhor reorganização psicológica diante das adversidades impostas pelo TEA.

Com isso, intervenções psicológicas e multiprofissionais, como *mindfulness*, terapia cognitivo-comportamental, terapia familiar e acompanhamento interdisciplinar, demonstraram contribuir significativamente para redução da ansiedade, depressão e estresse parental. Oliveira *et al.* (2024) destacam ainda que o fortalecimento da aceitação familiar e o diagnóstico precoce possibilitam intervenções mais eficazes e melhores desfechos emocionais e comportamentais para a criança e sua família. Dessa forma, evidencia-se que estratégias de suporte psicológico e fortalecimento das redes de apoio constituem ferramentas fundamentais para promoção da saúde mental familiar (Cengiz; Kilic, 2025; Da Paz; Wallander, 2017).

Adicionalmente, estudos recentes reforçam que o impacto do cuidado de pessoas com TEA ultrapassa as demandas objetivas do cotidiano, alcançando dimensões subjetivas da experiência parental. Khan *et al.* (2021) identificaram comprometimento significativo da qualidade de vida e elevados níveis de sobrecarga entre cuidadores de crianças autistas, especialmente em decorrência das demandas emocionais, financeiras e sociais associadas ao cuidado contínuo. De maneira semelhante, Birkin *et al.* (2025) evidenciaram sentimentos recorrentes de culpa e insuficiência materna, relacionados à percepção de incapacidade em atender integralmente às necessidades da criança. Esses achados dialogam com Portes e Vieira (2022), ao demonstrarem que o adoecimento emocional dos cuidadores envolve fatores emocionais, sociais e estruturais interdependentes, exigindo suporte multiprofissional e fortalecimento das redes de apoio familiar.

Apesar da relevância dos achados, esta revisão apresenta limitações relacionadas à heterogeneidade metodológica dos estudos incluídos, às diferenças culturais e sociodemográficas entre as populações analisadas e à predominância de investigações centradas na percepção materna. Além disso, a escassez de estudos



longitudinais limita a compreensão dos impactos emocionais do cuidado ao longo do tempo, reforçando a necessidade de pesquisas futuras mais abrangentes e multicêntricas (Carvalho *et al.*, 2024; Farias *et al.*, 2023; Portes; Vieira, 2022).

Por fim, os achados desta revisão reforçam que o estresse psicológico associado ao cuidado de pessoas com TEA constitui importante fator relacionado ao adoecimento emocional familiar. A sobrecarga contínua, a gravidade dos sintomas da criança, a insuficiência de suporte social e as dificuldades estruturais relacionadas ao cuidado contribuem significativamente para o sofrimento psíquico dos cuidadores. Em contrapartida, estratégias de enfrentamento, apoio multiprofissional e fortalecimento das redes de suporte demonstram potencial relevante para promoção da saúde mental familiar e melhoria da qualidade de vida dessas famílias (Botelho; Costa, 2023; Ntre *et al.*, 2022; Oliveira *et al.*, 2024; Yorke *et al.*, 2018; Zhang *et al.*, 2025).

5 CONCLUSÃO

Esta revisão integrativa evidenciou que o estresse psicológico vivenciado por familiares de pessoas com Transtorno do Espectro Autista (TEA) está diretamente relacionado ao adoecimento emocional dos cuidadores, sobretudo em decorrência das demandas contínuas de cuidado, da gravidade dos sintomas da criança, da sobrecarga cotidiana e da insuficiência de suporte social e institucional. Os estudos analisados demonstraram que essas repercussões ultrapassam o âmbito individual, afetando significativamente a dinâmica familiar, a qualidade de vida e a saúde mental dos envolvidos no processo de cuidado.

Em contrapartida, fatores como apoio social, acompanhamento multiprofissional, fortalecimento da resiliência familiar e intervenções psicológicas mostraram-se relevantes para redução do sofrimento psíquico e melhor adaptação frente às demandas impostas pelo TEA. Nesse contexto, evidencia-se a importância de estratégias de cuidado que contemplem não apenas a pessoa diagnosticada, mas também os familiares, reconhecendo-os como parte essencial do processo terapêutico.

Dessa forma, ressalta-se a necessidade de fortalecimento das políticas públicas, ampliação do acesso aos serviços especializados e desenvolvimento de ações voltadas

ao suporte emocional e psicossocial das famílias. Além disso, destaca-se a importância de novas pesquisas que aprofundem a compreensão sobre os impactos emocionais do TEA no contexto familiar, contribuindo para construção de intervenções mais efetivas, integrais e humanizadas.

6 REFERÊNCIAS

- ADIB, N. A. N. *et al.* Perceived stress among caregivers of children with autism spectrum disorder: a state-wide study. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, Basel, v. 16, n. 8, p. 1468, 2019. DOI: <https://doi.org/10.3390/ijerph16081468>.
- ALVES, J. S.; FARINAZZO, A. C. P. G.; BIAZI, P. H. G. Estresse, depressão e ansiedade em mães de autistas: revisão nacional. **Revista Psicopedagogia**, v. 39, n. 120, p. 412–424, 2022.
- BIRKIN, K. A. *et al.* “I feel like I’m failing as a mother”: experiences of parenting stress in mothers of autistic children. **Journal of Autism and Developmental Disorders**, 2025.
- BOTELHO, B. H. F.; COSTA, M. M. M. Autismo, relações familiares e a necessidade de políticas públicas efetivas de proteção aos direitos fundamentais deste grupo. **Revista Direitos Sociais e Políticas Públicas (UNIFAFIBE)**, Bebedouro, v. 11, n. 2, p. 1-25, 2023.
- CAPARROZ, J.; SOLDERA, P. E. S. S. Transtorno do Espectro Autista: impactos do diagnóstico e suas repercussões no contexto das relações familiares. **Open Minds International Journal**, São Paulo, v. 3, n. 1, p. 33-44, jan./abr. 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.47180/omij.v3i1.142>.
- CARVALHO, L. G. S. *et al.* Os desafios do diagnóstico do autismo infantil e a repercussão nas relações familiares e social: uma revisão de literatura sistemática. **Cuadernos de Educación y Desarrollo**, v. 16, n. 13, p. 1-21, 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.55905/cuadv16n13-142>.
- DA PAZ, N. S.; WALLANDER, J. L. Interventions that target improvements in mental health for parents of children with autism spectrum disorders: A narrative review. **Clinical Psychology Review**, [s. l.], v. 51, p. 1-14, fev. 2017. DOI 10.1016/j.cpr.2016.10.006. Disponível em: <https://escholarship.org/uc/item/8hv093kt>.
- FARIAS, J. V. A. *et al.* Childhood Autistic Spectrum Disorder and family challenges: an integrative literature review. **Diversitas Journal**, Santana do Ipanema, v. 8, n. 1, p. 445-



452, jan./mar. 2023. DOI: <https://doi.org/10.48017/dj.0811.2422>.

FERNANDES, M.H.S.; SILVA, A.L.C. Transtorno do Espectro do Autismo (TEA): breve história para uma longa discussão. **Revista Master**, v. 8, n. 15, 2023.

FELIPE, V. C. F. F. *et al.* Mãe atípica no cuidado da criança com transtorno do espectro autista na perspectiva da enfermagem. *Revista Recien*, São Paulo, v. 14, n. 42, p. 722-733, 2024. DOI: [10.24276/rrecien2024.14.42.722](https://doi.org/10.24276/rrecien2024.14.42.722)..

GADELHA, G. G. R. S. *et al.* Transtorno do Espectro Autista (TEA): repercussões do diagnóstico na saúde mental dos pais. **Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences**, [s. l.], v. 7, n. 4, p. 569–578, 2025. DOI: <https://doi.org/10.36557/2674-8169.2025v7n4p569-578>.

HAND, B. N. *et al.* Caregiver burden varies by sensory subtypes and sensory dimension scores of children with autism. **Journal of Autism and Developmental Disorders**, v. 48, n. 4, p. 1133–1146, 2018. DOI: <https://doi.org/10.1007/s10803-017-3449-7>.

KHAN, S. *et al.* Burden and quality of life of caregivers of autistic children. **Journal of the College of Physicians and Surgeons Pakistan**, v. 31, n. 5, p. 544–548, 2021. DOI: <https://doi.org/10.29271/jcpsp.2021.05.544>.

LIMA, A. P. *et al.* A família da criança com o transtorno espectro autista (TEA). **Id on Line Revista de Psicologia**, v. 16, n. 60, p. 15–27, maio 2022. Disponível em: <http://idonline.emnuvens.com.br/id>. Acesso em: 28 abr. 2026.

LOPES, H. B. *et al.* Transtorno do Espectro Autista: ressonâncias emocionais e resignificação da relação mãe-filho. **Revista Cereus**, Gurupi, v. 11, n. 2, p. 48–61, 2019.

MEIRELES, C. S. *et al.* Entre o cuidar e o adoecer: fatores que impactam a saúde mental dos pais de crianças autistas. **Revista Psicologia e Saúde em Debate**, v. 11, n. 2, p. 650–669, 2025. DOI: <https://doi.org/10.22289/2446-922X.V11A2A38>.

MIRA, A. *et al.* Contexto familiar de niños con autismo: implicaciones en el desarrollo social y emocional. **Medicina** (Buenos Aires), v. 79, supl. 1, p. 22–26, 2019.

NTRE, V. *et al.* Coping strategies in mothers of children with autism spectrum disorder and their relation to maternal stress and depression. **Psychiatriki**, v. 33, p. 210–218, 2022. DOI: <https://doi.org/10.22365/jpsych.2022.033>.



OLIBONI, A. C. *et al.* Experiências de familiares da criança com Transtorno do Espectro Autista (TEA): uma revisão da literatura. **Research, Society and Development**, v. 13, n. 6, e8013646073, 2024. DOI: <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v13i6.46073>.

OLIVEIRA, L. N. R. *et al.* Desafios da aceitação familiar e impactos do diagnóstico precoce no desenvolvimento educacional de crianças autistas: uma abordagem interdisciplinar. **Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences**, [s. l.], v. 6, n. 7, p. 1686-1699, 2024. DOI: <https://doi.org/10.36557/2674-8169.2024v6n7p1686-1699>.

PARDO-SALAMANCA, A. *et al.* Parenting stress in autistic and ADHD children: implications of social support and child characteristics. **Journal of Autism and Developmental Disorders**, v. 55, p. 2284–2293, 2025. DOI: <https://doi.org/10.1007/s10803-024-06288-2>.

PORTES, J. R. M.; VIEIRA, M. L. Percepção parental sobre o filho com autismo: as repercussões na adaptação familiar. **Psicologia em Pesquisa**, Juiz de Fora, v. 16, e32614, p. 1-23, 2022. DOI: [10.34019/1982-1247.2022.v16.32614](https://doi.org/10.34019/1982-1247.2022.v16.32614).

SANTOS, J. M. *et al.* Desafios enfrentados or mães de crianças com transtorno do espectro autista. **Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil**, v. 2, n. 3, p. 1–12, 2022. DOI: <https://doi.org/10.1590/1806-93042022000300002>.

SILVA, G. O. *et al.* Vivências maternas frente ao diagnóstico do transtorno do espectro autista. **Revista Saúde em Foco**, v. 15, n. 2, p. 45–58, 2023.

SOUZA, M. T.; SILVA, M. D.; CARVALHO, R. Revisão integrativa: o que é e como fazer. **Einstein**, São Paulo, v. 8, n. 1, p. 102-106, mar. 2010. DOI: <https://doi.org/10.1590/S1679-45082010RW1134>.

STURMER, G.; CORRÊA, I. D.; MIRANDA, R. L. A Saúde Mental de Familiares de Pesos com TEA: Uma Análise Bibliométrica (2001-2023). **Revista Psicologia e Saúde**, Campo Grande, v. 16, e16442374, jan./dez. 2024. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.20435/pssa.v16i1.2374>.

TITANELLI, K. W. S. *et al.* Experiência emocional de familiares no cuidado a pessoas com autismo: revisão da literatura brasileira. **Revista Eletrônica de Psicologia (REP)**, v. 9, n. 1, 2025.

VAN DER LUBBE, A. *et al.* Stress, eating behavior and adverse health in parents of young children with autism spectrum disorder. **Journal of Autism and Developmental Disorders**, v. 54, n. 2, p. 662–672, 2024. DOI: <https://doi.org/10.1007/s10803-022-05825-3>.



YORKE, I. *et al.* The association between emotional and behavioral problems in children with autism spectrum disorder and psychological distress in their parents: a systematic review and meta-analysis. **Journal of Autism and Developmental Disorders**, New York, v. 48, p. 3393–3415, 2018. DOI: <https://doi.org/10.1007/s10803-018-3605-y>.

ZHANG, P.; WANG, M.; FENG, S. Identifying research hotspots in mental health for parents of children with autism spectrum disorder: a bibliometric perspective. [S. l.]: **Springer Nature**, 2025. DOI: <https://doi.org/10.1057/s41599-025-06152-5>.