

CUIDANDO DE QUEM CUIDA: RELATO DE EXPERIÊNCIA SOBRE PRÁTICAS DE FISIOTERAPIA E TECNOLOGIA ASSISTIVA NA MATERNIDADE ATÍPICA

TAKING CARE OF THOSE WHO CARE: EXPERIENCE REPORT ON PHYSIOTHERAPY PRACTICES AND ASSISTIVE TECHNOLOGY IN ATYPICAL MATERNITY

CUIDANDO A QUIEN CUIDA: RELATO DE EXPERIENCIA SOBRE PRÁCTICAS DE FISIOTERAPIA Y TECNOLOGÍA DE ASISTENCIA EN LA MATERNIDAD ATÍPICA

Ana Clara Sousa da Silva¹
Dhiely Oliveira Sousa²
Maria Clara de Sousa Gomes³
Raíssa Lorena Nascimento Araújo⁴
Sabryna Maria Aguiar Carvalho da Silva⁵
Suelane de Sousa Lopes⁶
Gabriel Mauriz de Moura Rocha⁷
Kênia Mendes Rodrigues Castro⁸
Mariana Oliveira Honorato⁹
Francisca Nídia da Cruz Sousa¹⁰
Maria das Graças Silva Soares¹¹

1

RESUMO: Este artigo buscou relatar a experiência vivenciada em um projeto voltado para mães atípicas atendidas no Centro Municipal do Autista (CEMA), destacando as contribuições da fisioterapia por meio de estratégias de Tecnologia Assistiva e promoção do autocuidado. Trata-se de um relato de experiência, de caráter descritivo e abordagem qualitativa, desenvolvido por acadêmicas do 7º período de Fisioterapia da UNICHRISFAPI durante atividade curricular de extensão. As ações incluíram orientações posturais, exercícios de alongamento e fortalecimento muscular, técnicas respiratórias e automassagem, caracterizando-se como estratégias e metodologias de Tecnologia Assistiva de baixo custo voltadas à sustentabilidade do cuidado. As participantes relataram dores frequentes na região lombar, cervical, braços e punhos, associadas à rotina de cuidados com os filhos. Observou-se participação ativa das mães nas atividades propostas, além de relatos de alívio das tensões musculares, melhora do bem-estar físico e emocional e sensação de acolhimento. A experiência demonstrou que a atuação fisioterapêutica contribui para a promoção da saúde, prevenção de desconfortos

¹ Discente do Curso de Fisioterapia. Centro Universitário UNICHRISFAPI.

² Discente do Curso de Fisioterapia. Centro Universitário UNICHRISFAPI.

³ Discente do Curso de Fisioterapia. Centro Universitário UNICHRISFAPI.

⁴ Discente do Curso de Fisioterapia. Centro Universitário UNICHRISFAPI.

⁵ Discente do Curso de Fisioterapia. Centro Universitário UNICHRISFAPI.

⁶ Discente do Curso de Fisioterapia. Centro Universitário UNICHRISFAPI.

⁷ Coordenador do curso de Fisioterapia do Centro Universitário UNICHRISFAPI.

⁸ Docente do curso de Fisioterapia. Centro Universitário UNICHRISFAPI.

⁹ Graduada em Fisioterapia. Universidade Federal do Piauí.

¹⁰ Graduada em Fisioterapia. Centro Universitário UNICHRISFAPI.

¹¹ Docente do curso de Fisioterapia. Centro Universitário UNICHRISFAPI.

musculoesqueléticos e fortalecimento do autocuidado em mães atípicas, evidenciando a importância de ações humanizadas e multiprofissionais voltadas a esse público.

Palavras-chave: Mães Atípicas. Fisioterapia. Tecnologia Assistiva.

ABSTRACT: This article aimed to report the experience of a project developed for mothers of children with special needs assisted at the Municipal Autism Center (CEMA), highlighting the contributions of physiotherapy through Assistive Technology strategies and the promotion of self-care. This is an experience report with a descriptive and qualitative approach, developed by undergraduate students in the 7th semester of the Physiotherapy program at UNICHRISFAPI during a curricular extension activity. The actions included postural guidance, stretching and muscle-strengthening exercises, breathing techniques, and self-massage, characterized as low-cost Assistive Technology strategies and methodologies aimed at sustaining care. Participants reported frequent pain in the lumbar and cervical regions, as well as in the arms and wrists, associated with the daily demands of caring for their children. Active participation in the proposed activities was observed, along with reports of muscle tension relief, improved physical and emotional well-being, and a sense of support and acceptance. The experience demonstrated that physiotherapy contributes significantly to health promotion, prevention of musculoskeletal discomfort, and strengthening of self-care among mothers of children with special needs, highlighting the importance of humanized and multidisciplinary actions directed toward this population.

Keywords: Mothers of Children with Disabilities. Physical Therapy. Assistive Technology.

RESUMEN: Este artículo tuvo como objetivo relatar la experiencia vivida em um proyecto dirigido a madres atípicas atendidas em el Centro Municipal del Autista (CEMA), destacando las contribuciones de la fisioterapia mediante estrategias de Tecnología Asistiva y promoción del autocuidado. Se trata de um relato de experiencia, de carácter descriptivo y enfoque cualitativo, desarrollado por estudiantes del séptimo semestre del curso de Fisioterapia de la UNICHRISFAPI durante uma actividad curricular de extensión. Las acciones incluyeron orientaciones posturales, ejercicios de estiramiento y fortalecimiento muscular, técnicas respiratorias y automasaje, caracterizándose como estrategias y metodologías de Tecnología Asistiva de bajo costo orientadas a la sostenibilidad del cuidado. Las participantes informaron dolores frecuentes em la región lumbar, cervical, brazos y muñecas, asociados a la rutina de cuidado de sus hijos. Se observó uma participación activa de las madres em las actividades propuestas, además de reportes de alivio de las tensiones musculares, mejora del bienestar físico y emocional y sensación de acogida. La experiencia demostró que la actuación fisioterapéutica contribuye significativamente a la promoción de la salud, la prevención de molestias musculoesqueléticas y el fortalecimiento del autocuidado em madres atípicas, evidenciando la importancia de acciones humanizadas y multiprofesionales dirigidas a este público.

Palabras clave: Madres Atípicas. Fisioterapia. Tecnología Asistiva.

INTRODUÇÃO

Segundo o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (2013), o Transtorno do Espectro Autista (TEA) caracteriza-se por alterações persistentes na comunicação e interação social, além de padrões restritos e repetitivos de comportamento, interesses ou atividades, manifestando-se geralmente nos primeiros anos de vida. Nesse

contexto, as mães costumam assumir o papel principal no cuidado contínuo, acompanhamento terapêutico e suporte diário dos filhos, o que pode gerar sobrecarga física e emocional.

Ribeiro (2024) destaca sobre a questão física que as mães atípicas enfrentam, a autora afirma que as mães relatam cansaço extremo e fadiga crônica, problemas musculares e dores físicas. Mostrando que a maternidade atípica não afeta apenas o lado emocional, mas também a saúde física dessas mulheres. E que, um fator pode levar ao outro, sendo imprescindível o apoio por meio de políticas públicas.

Diante dessa realidade, o projeto “Cuidando de Quem Cuida: Fisioterapia e Maternidade Atípica” foi desenvolvido no Centro Municipal do Autista (CEMA), localizado no Centro de Especialidades Dr. Adauto Rezende, instituição pública voltada ao atendimento multiprofissional de crianças e adolescentes com TEA e seus familiares. O projeto buscou promover estratégias de autocuidado, orientações fisioterapêuticas e ações voltadas à promoção da saúde e qualidade de vida dessas cuidadoras

A saúde física da mãe cuidadora influencia diretamente a qualidade do cuidado oferecido à criança com TEA. Dessa forma, intervenções fisioterapêuticas podem contribuir para reduzir dores e fadiga, além de favorecer a continuidade dos cuidados contínuos e acessíveis no ambiente domiciliar, pois ações preventivas reduzem a sobrecarga física e emocional. Observa-se que a atuação fisioterapêutica ultrapassa a perspectiva exclusivamente terapêutica, integrando um conjunto de práticas que favorecem tanto o bem-estar da cuidadora quanto a continuidade do cuidado no ambiente familiar, o que se alinha ao conceito ampliado de Tecnologia Assistiva (TA), que abrange não apenas dispositivos e equipamentos, mas intervenções de apoio à participação e qualidade de vida.

De acordo com o Artigo 3º da Lei Brasileira de Inclusão da Pessoa com Deficiência (Lei nº 13.146/2015):

Tecnologia assistiva ou ajuda técnica: produtos, equipamentos, dispositivos, recursos, metodologias, estratégias, práticas e serviços que objetivem promover a funcionalidade, relacionada à atividade e à participação da pessoa com deficiência ou com mobilidade reduzida, visando à sua autonomia, independência, qualidade de vida e inclusão social.

Ou seja, a TA não se resume a robôs, softwares ou cadeiras de rodas eletrônicas, mas também inclui outros fatores que favorecem a funcionalidade e a participação social da criança bem como de sua família. Nesse sentido, a fisioterapia é um dos serviços que compõem a

Tecnologia Assistiva, pois desenvolve intervenções que promovem autonomia, mobilidade, independência funcional e qualidade de vida.

Apesar da ampla discussão sobre a sobrecarga dos cuidadores de pessoas com deficiência, ainda são escassos os estudos que abordam especificamente a atuação fisioterapêutica voltada às mães atípicas e suas necessidades físicas decorrentes do cuidado contínuo. Assim, este projeto justifica-se pela necessidade de inclusão desse grupo em ações direcionadas a promoção de saúde e qualidade de vida, e por apresentar grande relevância social, pois atende um público que frequentemente encontra-se sobrecarregado e pouco assistido por ações específicas de cuidado.

Diante desse contexto, o presente estudo tem como objetivo relatar a experiência de acadêmicas de fisioterapia em ações voltadas à promoção do autocuidado e da saúde física de mães atípicas atendidas no Centro Municipal do Autista (CEMA), destacando as contribuições da fisioterapia e da Tecnologia Assistiva.

MÉTODOS

Trata-se de um relato de experiência, de caráter descritivo e abordagem qualitativa, desenvolvido a partir das vivências acadêmicas no projeto “Cuidando de Quem Cuida: Fisioterapia e Maternidade Atípica”, realizado no Centro Municipal do Autista (CEMA), no município de Piripiri-PI, no ano de 2026. As ações desenvolvidas envolveram orientações fisioterapêuticas, promoção do autocuidado e atividades voltadas à saúde física das mães atípicas, permitindo uma análise reflexiva acerca da importância da assistência humanizada nesse contexto. Segundo Mussi *et al.* (2021), o relato de experiência possibilita a construção do conhecimento científico por meio da sistematização crítica das vivências acadêmicas e profissionais.

Por tratar-se de um relato de experiência decorrente de atividade curricular supervisionada, focado exclusivamente na percepção, aprendizado e vivência prática das acadêmicas de Fisioterapia, e sem a utilização, armazenamento ou processamento de dados nominais identificáveis ou dados clínicos individualizados dos assistidos, o estudo enquadra-se nas premissas de dispensa de registro no Sistema CEP/CONEP, em conformidade com o artigo 1º da Resolução CNS nº 510/2016.

RESULTADOS

A ação foi realizada no Centro Municipal do Autista (CEMA), em uma terça-feira, no dia 19 de maio de 2026, no período da tarde, com participação de mães atípicas acompanhadas pela coordenadora da instituição. A intervenção foi conduzida por acadêmicas do 7º período de Fisioterapia da UNICHRISFAPI, iniciando com uma breve apresentação sobre os objetivos do projeto e as orientações fisioterapêuticas voltadas à prevenção de dores e sobrecargas musculoesqueléticas no cotidiano dessas mães. As atividades ocorreram em dois momentos distintos e foram distribuídas em pequenos blocos de atendimento, respeitando os horários individuais de atendimento dos filhos no serviço. Cada momento teve duração aproximada de 30 minutos, ocorrendo entre 15h00 e 16h00.

Durante toda a ação, o ambiente permaneceu organizado de forma acolhedora, contando com música ambiente reproduzida em caixa de som e difusor aromático com essência de lavanda, proporcionando maior conforto durante as atividades. A ação foi estruturada considerando as demandas cinético-funcionais comumente associadas à rotina de cuidadoras atípicas, focando em regiões comumente sobrecarregadas, como coluna lombar, cervical e membros superiores. Além disso, observou-se participação ativa das mães durante toda a execução das orientações e exercícios propostos, acompanhando as instruções fornecidas pelas acadêmicas. Ao final da ação, foi oferecido um lanche da tarde juntamente com mimos destinados às participantes.

Além da execução prática dos exercícios e orientações posturais, as participantes receberam um folder contendo todas as instruções abordadas durante a intervenção, incluindo alongamentos, exercícios de fortalecimento, técnicas de relaxamento e cuidados no cotidiano. O material foi disponibilizado com o objetivo de possibilitar a reprodução das atividades em casa, contribuindo para prevenção e melhora das dores relatadas pelas participantes. Pode-se ainda considerá-lo um recurso pedagógico de Tecnologia Assistiva de baixo custo, pois viabiliza a autonomia e remove barreiras físicas no cotidiano. As intervenções fisioterapêuticas realizadas durante a ação encontram-se descritas na Tabela 1.

Tabela 1– Intervenções fisioterapêuticas realizadas com mães atípicas.

Intervenções	Séries/Repetições
Alongamento cervical	Permanência de 20–30 segundos em cada lado
Alongamento de coluna	8–10 repetições
Fortalecimento de ombros, braços e coluna	3 séries de 12 repetições
Fortalecimento lombar	10 repetições com permanência de 3 segundos
Fortalecimento de punhos	3 séries de 10 repetições
Postura da criança (prece)	Mantida com respiração controlada
Respiração 4-4-6	Inspiração por 4 segundos, pausa de 4 segundos e expiração por 6 segundos
Abraçar os joelhos	Permanência aproximada de 20 segundos
Automassagem	Movimentos realizados: deslizamento com a mão em forma de pinça, amassamento e movimentos circulares com os polegares, aplicados nas regiões da face, cervical, trapézio e mãos, 5 vezes em cada região ou até sentir alívio. Nas pernas, pés e abdômen, foi utilizada a massagem deslizante em forma de drenagem, recomendando duração de 10 minutos em cada local.

Fonte: da Silva *et al.*, 2026.

DISCUSSÃO

A maternidade atípica, especialmente no contexto de mães de crianças com deficiência ou condições neurodivergentes, é marcada por uma sobrecarga física e emocional que compromete a saúde integral dessas cuidadoras. Estudos recentes mostram que o cuidado contínuo está associado à fadiga crônica, dores musculoesqueléticas e elevados níveis de estresse, além de impactos sociais e profissionais significativos (Paz *et al.*, 2025). Essa realidade reforça a necessidade de estratégias multiprofissionais que contemplem não apenas o bem-estar das crianças, mas também das mães que assumem o papel central no cuidado.

De maneira semelhante, Gomes *et al.* (2015) afirmam que mães de crianças com deficiência frequentemente desenvolvem sintomas de exaustão física e emocional em razão da dedicação integral aos filhos, reduzindo o tempo destinado ao autocuidado. Essa realidade também foi observada durante a vivência das acadêmicas no CEMA, especialmente no

planejamento e na execução das atividades de acolhimento, quando foi possível perceber que muitas mães direcionavam grande parte de seu tempo e de sua atenção às demandas dos filhos, em detrimento do cuidado com a própria saúde e bem-estar.

Diante disso, o acolhimento mostrou-se um elemento essencial para a promoção da saúde. Durante a ação, foi possível proporcionar momentos de escuta, troca de experiências e valorização das participantes, aspectos que vão ao encontro da concepção de cuidado humanizado descrita por Merhy (2002). A receptividade das mães e sua participação ativa nas atividades demonstraram a relevância de iniciativas que promovam não apenas benefícios físicos, mas também suporte emocional e social.

Em consonância com os achados de Silva *et al.* (2018), que destacaram a relevância dos exercícios de fortalecimento para prevenir disfunções musculoesqueléticas em cuidadores, observou-se que os exercícios voltados para ombros, braços, coluna lombar e punhos favoreceram maior conscientização corporal e alívio das tensões frequentemente relatadas pelas participantes. Esses resultados sugerem que a inclusão de exercícios simples e de baixo custo na rotina pode contribuir para a redução dos desconfortos decorrentes das atividades de cuidado.

De forma semelhante, Oliveira *et al.* (2020) evidenciaram que práticas de alongamento contribuem para a melhora da mobilidade e prevenção de sobrecargas musculares. Durante a intervenção, os alongamentos cervicais e de coluna foram bem aceitos pelas participantes, que relataram sensação de relaxamento e melhora do bem-estar físico após a realização das atividades. No campo do relaxamento e da respiração, Santos *et al.* (2019) demonstraram que técnicas respiratórias podem reduzir níveis de estresse e ansiedade em cuidadores. A aplicação da técnica respiratória 4-4-6 e da postura da criança (prece) apresentou resultados semelhantes, proporcionando momentos de autocuidado e contribuindo para uma percepção positiva do próprio bem-estar.

As orientações posturais também apresentaram relevância prática, especialmente por abordarem situações comuns na rotina das mães atípicas. Segundo Kisner, Colby e Borstad (2021), intervenções educativas e exercícios terapêuticos desempenham papel importante na prevenção de lesões e na promoção da funcionalidade. Dessa forma, as orientações fornecidas durante a ação podem contribuir para a redução da sobrecarga física e para a adoção de hábitos mais saudáveis no cotidiano.

Os achados deste relato possuem implicações importantes para a prática fisioterapêutica e para os serviços de saúde, ao evidenciar que ações educativas, preventivas e de promoção do autocuidado podem contribuir para a qualidade de vida das mães atípicas. Reforçam também a necessidade de inclusão desse público em programas permanentes de atenção à saúde, considerando que o bem-estar da cuidadora influencia diretamente a continuidade e a qualidade do cuidado oferecido à criança.

Como limitação deste estudo, destacou-se o fato de se tratar de um relato de experiência realizado em uma única instituição e com um número reduzido de participantes, não permitindo generalizações dos resultados. Além disso, não foram utilizados instrumentos padronizados para avaliação da dor, qualidade de vida ou nível de estresse das participantes, o que limita a mensuração objetiva dos efeitos da intervenção.

Dessa forma, sugere-se que pesquisas futuras utilizem delineamentos metodológicos mais robustos, com amostras maiores e aplicação de instrumentos validados para avaliação dos desfechos físicos e emocionais. Estudos longitudinais também podem contribuir para verificar os efeitos das intervenções fisioterapêuticas a médio e longo prazo na saúde e qualidade de vida das mães atípicas.

Assim, os resultados encontrados reforçam o potencial da fisioterapia como estratégia de promoção da saúde, prevenção de agravos e fortalecimento do autocuidado em mães atípicas, evidenciando a importância de ações humanizadas e multiprofissionais voltadas a esse público.

CONCLUSÃO

Conclui-se que a intervenção fisioterapêutica realizada com mães atípicas proporcionou benefícios relevantes relacionados à promoção do autocuidado, redução de tensões musculares e conscientização sobre a importância da saúde física e emocional dessas mulheres. Além disso, as atividades desenvolvidas favoreceram momentos de acolhimento, escuta e troca de experiências, aspectos fundamentais diante da sobrecarga frequentemente vivenciada por esse público. A experiência também permitiu ampliar a visão acadêmica acerca da atuação humanizada da fisioterapia em contextos sociais muitas vezes pouco assistidos. Assim, destaca-se a necessidade de maior inclusão das mães atípicas em ações de promoção à saúde, incentivando a continuidade de projetos semelhantes e o fortalecimento de estratégias multiprofissionais voltadas à qualidade de vida dessas cuidadoras.

AGRADECIMENTOS

As autoras agradecem ao Centro Municipal do Autista (CEMA), localizado no município de Piripiri-PI, pela acolhida e apoio na realização do projeto Cuidando de Quem Cuida: Fisioterapia e Maternidade Atípica. Reconhecemos a contribuição das mães participantes, que compartilharam suas experiências e permitiram a vivência prática das ações fisioterapêuticas. Agradecemos também à UNICHRISFAPI, pela oportunidade de desenvolver atividades acadêmicas voltadas à promoção da saúde e ao fortalecimento do autocuidado em contextos sociais relevantes.

REFERÊNCIAS

ANIMA EDUCAÇÃO. Estratégias de enfrentamento e suporte multiprofissional em mães atípicas. Repositório Institucional Ânima Educação, 2023. <https://repositorio-api.animaeducacao.com.br/server/api/core/bitstreams/4c7c00a2-baab-4e8a-80c4-cecoa809f1bd/content>.

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-5). 5. Ed. Washington, DC: American Psychiatric Association Publishing, 2013. 947 p.

BRASIL. Lei nº 13.146, de 6 de julho de 2015. Institui a Lei Brasileira de Inclusão da Pessoa com Deficiência (Estatuto da Pessoa com Deficiência). Diário Oficial da União: seção 1, Brasília, DF, 7 jul. 2015. Planalto – Lei nº 13.146/2015.

CHRISTMANN, M. *et al.* Estresse materno e necessidade de cuidado dos filhos com TEA na perspectiva das mães. Cadernos de Pós-Graduação em Distúrbios do Desenvolvimento, São Paulo, v. 17, n. 2, p. 8-17, dez. 2017. https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1519-03072017000200002.

GOMES, P. *et al.* Estratégias de enfrentamento em mães de crianças com deficiência. Revista SOBAMA, Marília, v. 27, n. 1, p. 33-45, 2022. <https://revistas.marilia.unesp.br/index.php/sobama/article/view/16139>.

GOMES, P, *et al.* Autism in Brazil: a systematic review of family challenges and coping strategies. Jornal de Pediatria (Rio J.), v. 91, n. 2, p. 111-121, 2015. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.jped.2014.08.009>.

KENDALL F. P. *et al.* Músculos: provas e funções: com postura e dor. 5. Ed. São Paulo: Manole, 2005. 598 p.

KISNER, C.; COLBY, L. A.; BORSTAD, J. Exercícios terapêuticos: fundamentos e técnicas. 7. Ed. Barueri: Manole, 2021.

MERHY, E. E. Saúde: a cartografia do trabalho vivo. 3. ed. São Paulo: Hucitec, 2002. 189 p.

MUSSI, R. *et al.* Pressupostos para a elaboração de relato de experiência como conhecimento científico. *Práxis Educacional, Vitória da Conquista*, v. 17, n. 48, p. 60-77, 2021. <https://periodicos2.uesb.br/index.php/praxis/article/view/9010>.

OLIVEIRA, D. H. *et al.* Intervenções fisioterapêuticas em cuidadores: impacto no bem-estar físico e emocional. *Revista Brasileira de Fisioterapia, São Carlos*, v. 25, n. 3, p. 210-218, 2021. <https://www.scielo.br/j/rbfis/a/Wf9cPDKKHzyRZGz4L8NPskg/?format=pdf&lang=pt>.

PAZ, A. *et al.* Análise da sobrecarga de trabalho de mães de crianças com deficiência durante a pandemia. *Revista Saúde e Inovação*, v. 2, n. 1, p. 1-12, 2025. <https://revista.igesdf.org.br/index.php/revista/article/view/51>.

PEREIRA, L. *et al.* Acessibilidade e crianças com paralisia cerebral: a visão do cuidador primário. *Fisioterapia em Movimento, Curitiba*, v. 24, n. 2, p. 299-306, 2011. <https://doi.org/10.1590/S0103-51502011000200011>.

PB EM REDE. Sua saúde importa: fisioterapeutas revelam segredos para cuidadores. <https://pbemrede.com.br/saude-cuidador-fisioterapia/>.

RIBEIRO, A. M. Mães atípicas. *Revista Mais Educação*, v. 7, n. 7, set. 2024. <https://www.revistamaiseducacao.com/artigosv7-n7-setembro-2024/72>.

SANTOS, A. P. *et al.* Intervenções fisioterapêuticas e qualidade de vida em cuidadores familiares. *Revista Brasileira de Educação Especial, Marília*, v. 27, n. 2, p. 345-360, 2021. <https://www.scielo.br/j/rbee/a/GmvKGt9jwZc8DSt8fq3WCWy/?format=pdf&lang=pt>.

SCHMIDT, C.; BOSA, C. Estresse e autoeficácia em mães de pessoas com autismo. *Arquivos Brasileiros de Psicologia*, v. 59, n. 2, p. 179-191, 2007. <https://pepsic.bvsalud.org/pdf/arb/v59n2/v59n2ao8.pdf>.

SILVA, R. S. *et al.* Perfil de prática de atividade física e fatores associados em mães de crianças com deficiência. *Revista Brasileira de Medicina do Esporte, São Paulo*, v. 28, n. 1, p. 45-52, 2022. <https://www.scielo.br/j/rbme/a/f46JSmFrmYHKtDVLh8K6J3r/?format=pdf&lang=pt>.

SMEHA, L. N.; CEZAR, P. K. A vivência da maternidade de mães de crianças com autismo. *Psicologia em Estudo*, v. 16, n. 1, p. 43-50, 2011. <https://www.scielo.br/pdf/pe/v16n1/a06v16n1>.