

O SILÊNCIO DO CUIDADO: SOBRECARGA, REDES DE APOIO E SAÚDE MENTAL NA MATERNIDADE ATÍPICA – UMA REVISÃO INTEGRATIVA DA LITERATURA

THE SILENCE OF CAREGIVING: BURDEN, SUPPORT NETWORKS, AND MENTAL HEALTH IN ATYPICAL MOTHERHOOD – AN INTEGRATIVE LITERATURE REVIEW

EL SILENCIO DEL CUIDADO: SOBRECARGA, REDES DE APOYO Y SALUD MENTAL EN LA MATERNIDAD ATÍPICA – UNA REVISIÓN INTEGRADORA DE LA LITERATURA

Eldilane Carvalho de Souza¹
Lainy Lopes de Oliveira²
Marcelo Araújo Frazão³
Leydi Carolina Panduro Vasquez⁴

RESUMO: Esta revisão integrativa teve como objetivo discutir as contribuições do acompanhamento psicológico para a saúde mental e o enfrentamento do sofrimento psíquico de mães atípicas. Foram examinadas publicações de 2020 a 2026 identificadas na Biblioteca Virtual em Saúde, incluindo a LILACS, na SciELO e no Google Acadêmico. Dos 76 registros reunidos, 23 compuseram a síntese, organizada por análise temática de conteúdo em três eixos: sofrimento psíquico e sobrecarga na experiência materna; redes de apoio e acesso ao cuidado; e contribuições do acompanhamento psicológico. O conjunto incluiu 12 pesquisas empíricas, cinco relatos de experiência e seis revisões ou estudos bibliográficos. O sofrimento foi descrito em relação à concentração de responsabilidades, ao apoio insuficiente e às dificuldades de acesso aos serviços. Atendimentos individuais, grupos e ações psicossociais ofereceram espaços para expressar conflitos, discutir necessidades pessoais e retomar questões relacionadas a projetos de vida. A participação e a continuidade do acompanhamento apareceram vinculadas à disponibilidade de tempo e ao compartilhamento do cuidado. Conclui-se que as práticas descritas fornecem subsídios para acolher demandas maternas e organizar propostas compatíveis com suas condições de vida, embora a diversidade dos delineamentos exija cautela na interpretação dos efeitos das intervenções.

Palavras-chave: saúde mental. maternidade atípica. Psicologia. sobrecarga.

¹ Graduanda em Psicologia. Instituto Metropolitano de Ensino – IME (Faculdade Metropolitana de Tefé – FAMETRO-TEFÉ), Tefé, Amazonas.

² Graduanda em Psicologia. Instituto Metropolitano de Ensino – IME (Faculdade Metropolitana de Tefé – FAMETRO-TEFÉ), Tefé, Amazonas.

³ Psicólogo, professor e orientador do curso de Psicologia. Instituto Metropolitano de Ensino – IME (Faculdade Metropolitana de Tefé – FAMETRO-TEFÉ), Tefé, Amazonas.

⁴ Psicóloga, professora e orientadora do curso de Psicologia. Instituto Metropolitano de Ensino – IME (Faculdade Metropolitana de Tefé – FAMETRO-TEFÉ), Tefé, Amazonas.

ABSTRACT: This integrative review aimed to discuss how psychological support contributes to mental health and coping with psychological distress among mothers of children with disabilities or other conditions requiring ongoing care. Publications from 2020 to 2026 were identified in the Virtual Health Library (including LILACS), SciELO, and Google Scholar. Of 76 records, 23 were included in a synthesis using thematic content analysis, organized into three themes: psychological distress and burden in maternal experience; support networks and access to care; and contributions of psychological support. The corpus comprised 12 empirical studies, five experience reports, and six reviews or literature-based studies. Distress was described in relation to concentrated responsibilities, insufficient support, and difficulties accessing services. Individual sessions, groups, and psychosocial initiatives provided settings to express conflicts, discuss personal needs, and revisit issues concerning life plans. Participation and continuity of support were linked to available time and shared caregiving responsibilities. The review concludes that the practices described can inform responses to maternal needs and proposals compatible with mothers' living conditions, although heterogeneous designs call for caution when interpreting intervention effects.

Keywords: mental health. typical motherhood. Psychology. overwhelm.

RESUMEN: Esta revisión integradora tuvo como objetivo discutir las contribuciones del acompañamiento psicológico a la salud mental y al afrontamiento del sufrimiento psíquico de madres atípicas. Se examinaron publicaciones de 2020 a 2026 identificadas en la Biblioteca Virtual en Salud (incluida LILACS), SciELO y Google Académico. De 76 registros, 23 integraron la síntesis mediante análisis temático de contenido, organizada en tres ejes: sufrimiento psíquico y sobrecarga en la experiencia materna; redes de apoyo y acceso a la atención; y contribuciones del acompañamiento psicológico. El conjunto comprendió 12 investigaciones empíricas, cinco relatos de experiencia y seis revisiones o estudios bibliográficos. El sufrimiento se describió en relación con la concentración de responsabilidades, el apoyo insuficiente y las dificultades de acceso a los servicios. Las sesiones individuales, los grupos y las acciones psicosociales ofrecieron espacios para expresar conflictos, discutir necesidades personales y retomar cuestiones vinculadas a proyectos de vida. La participación y la continuidad del acompañamiento se vincularon al tiempo disponible y al cuidado compartido. Se concluye que las prácticas descritas aportan elementos para atender las demandas maternas y organizar propuestas compatibles con sus condiciones de vida, aunque la diversidad de diseños exige cautela al interpretar los efectos de las intervenciones.

Palabras clave: salud mental. maternidad atípica. Psicología. agobio.

1 INTRODUÇÃO

A chegada de um filho que requer cuidados contínuos, seja por deficiência, Transtorno do Espectro Autista (TEA) ou outras condições, pode transformar a dinâmica familiar. Histórica e culturalmente, as exigências desse cuidado recaem sobretudo sobre a figura materna, que precisa reorganizar seus horários, sua vida profissional e seus momentos de descanso. Essa intensa dedicação ao filho costuma vir acompanhada de mudanças nas relações sociais e afetivas, além de despertar preocupações sobre o futuro, evidenciando que a maternidade atípica

repercute também na forma como a mulher compreende a si mesma (Pinto; Constantinidis, 2020).

Imersas na tentativa diária de conciliar a sobrecarga de tarefas domésticas, as exigências do trabalho e o acompanhamento dos filhos, essas mães podem vivenciar estresse, ansiedade e sintomas depressivos (Alves; Gameiro; Biazzi, 2022; Guckert; Oliveira; Belaunde, 2024).

O agravante desse cenário é que, mesmo frequentando espaços de saúde para o tratamento de suas crianças, as necessidades pessoais dessas mulheres nem sempre encontram acolhimento. Nos contextos estudados, a atenção concentrada nas demandas infantis convive com interesses maternos pouco contemplados, dificuldades de comunicação entre os serviços e oferta insuficiente de ações voltadas ao bem-estar das cuidadoras (Luna *et al.*, 2023; Reis; Rodrigues, 2024; Ferreira Júnior *et al.*, 2025).

É exatamente na fenda entre as altas exigências do cuidado e a pouca atenção às necessidades da mulher que a atuação clínica se faz urgente. O acompanhamento psicológico, seja em formato individual ou por meio de grupos de apoio comunitário, surge como um território vital para que essas mães possam verbalizar seus conflitos, suas expectativas e as mudanças em suas vidas pessoais (Santos *et al.*, 2024; Araujo; Oliveira, 2025).

Diante dessa realidade, torna-se essencial compreender as possibilidades e os contornos desse acolhimento. Portanto, o presente artigo tem como objetivo discutir as contribuições do acompanhamento psicológico para a saúde mental de mães atípicas, por meio de uma revisão integrativa da literatura. A investigação foi norteada pelo questionamento central: de que forma o acompanhamento psicológico contribui para a saúde mental e para o enfrentamento do sofrimento psíquico de mães atípicas? A partir dessa análise, busca-se lançar luz sobre a urgência de cuidar de quem cuida.

2 DELINEAMENTO METODOLÓGICO

A pesquisa foi desenvolvida como revisão integrativa da literatura, de abordagem qualitativa e caráter descritivo, sobre as contribuições do acompanhamento psicológico para a saúde mental de mães atípicas. Adotou-se esse delineamento para reunir publicações de diferentes métodos e comparar seus resultados a partir de critérios de seleção definidos (Dantas *et al.*, 2022). A pergunta norteadora foi: de que forma o acompanhamento psicológico contribui para a saúde mental e para o enfrentamento do sofrimento psíquico de mães atípicas?

O levantamento abrangeu a Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), incluindo registros da Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), a Scientific Electronic Library Online (SciELO) e o Google Acadêmico. O recorte compreendeu publicações de 2020 a 2026, com prioridade para textos em português e acesso ao conteúdo completo.

No planejamento da busca, foram previstos termos referentes às mães, às repercussões emocionais do cuidado e ao acompanhamento: mães, maternidade atípica, cuidadores, saúde mental, sofrimento psíquico, acompanhamento psicológico, psicoterapia, sobrecarga do cuidador, deficiência e transtorno do espectro autista (TEA). Previu-se o uso dos operadores AND e OR, com combinações como “maternidade atípica” AND “saúde mental”, “mães” AND “acompanhamento psicológico” e “mães” AND “transtorno do espectro autista” AND “saúde mental”.

O relatório de seleção registra aproximadamente 4.310 ocorrências iniciais no Google Acadêmico. Desse levantamento, após a aplicação do recorte temporal, a seleção do idioma, a verificação do acesso integral e a avaliação inicial de pertinência, foram organizados 33 registros para triagem. As 4.310 ocorrências correspondem à estimativa exibida pela plataforma; os 33 registros constituem o material dessa fonte incorporado ao processo de seleção.

4

A inclusão considerou publicações sobre saúde mental e sofrimento psíquico de mães de filhos com deficiência, TEA ou outras condições que exigissem cuidado contínuo. Os textos deveriam tratar de acompanhamento psicológico ou psicossocial, acolhimento, escuta, orientação, grupos, redes de apoio ou estratégias de enfrentamento. Foram aceitos estudos empíricos, revisões bibliográficas e relatos de experiência publicados em periódicos ou anais, com objetivo, método e resultados ou descrição da experiência.

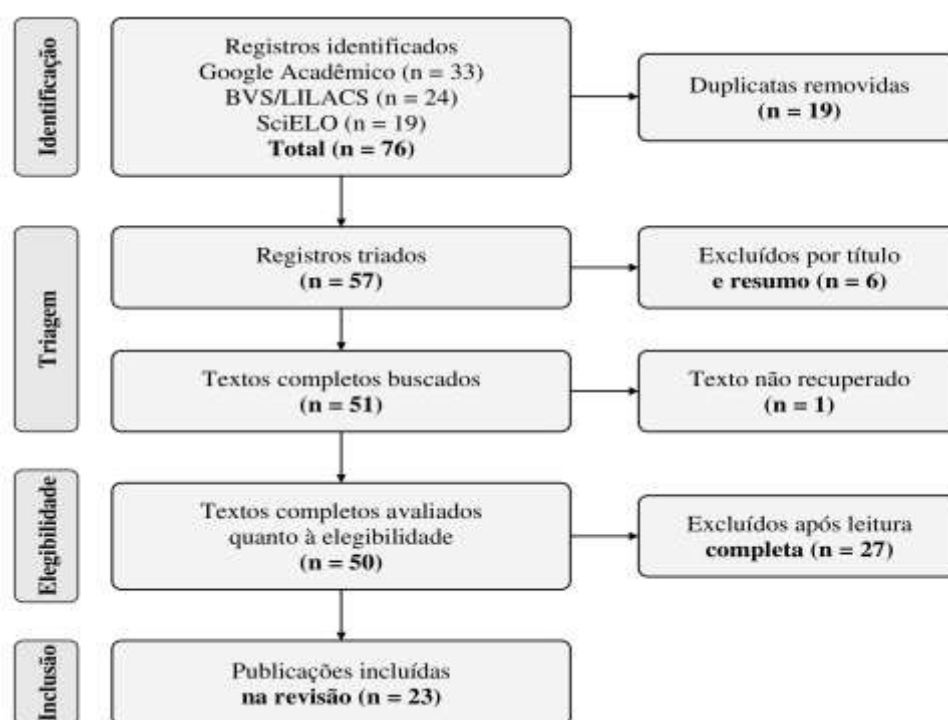
A seleção ocorreu pela identificação dos registros, retirada de duplicatas, leitura de títulos e resumos e avaliação dos textos completos. Foram excluídos materiais duplicados, sem acesso integral, fora do recorte temporal ou com informações insuficientes sobre método e resultados, além de resumos simples e trabalhos acadêmicos não publicados nos formatos considerados. A exclusão também alcançou estudos centrados na criança, na família em geral ou em intervenções de outras áreas sem relação com o cuidado psicológico ou psicossocial materno.

A análise dos estudos selecionados foi conduzida à luz da análise de conteúdo temática, fundamentada por Bardin (2016). Esse método busca desvelar os sentidos contidos nos textos

por meio de três etapas cronológicas: a pré-análise, a exploração do material e o tratamento dos resultados. O percurso começou com uma leitura flutuante e exaustiva das publicações incluídas na revisão, momento em que o corpus da pesquisa foi organizado. Na fase de exploração, os dados que respondiam à pergunta norteadora foram codificados e agrupados conforme suas convergências e aproximações de sentido. Por fim, o tratamento dos resultados envolveu a interpretação crítica dessas informações, processo que originou as três categorias temáticas discutidas no estudo: o sofrimento psíquico e a sobrecarga na experiência materna; as redes de apoio e o acesso ao cuidado; e as contribuições do acompanhamento psicológico.

A Figura 1 apresenta os quantitativos de identificação, triagem e elegibilidade em fluxograma adaptado do PRISMA 2020 (Page *et al.*, 2021). O uso desse recurso se destina à apresentação do percurso de seleção e mantém o delineamento integrativo da pesquisa.

Figura 1 — Fluxograma do processo de seleção das publicações



Fonte: Elaboração dos autores (2026), adaptado de Page *et al.* (2021).

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram reunidos 76 registros: 33 do Google Acadêmico, 24 da BVS/LILACS e 19 da SciELO. A retirada de 19 duplicatas resultou em 57 registros para leitura dos títulos e resumos.

Após a exclusão de seis nessa etapa, buscou-se o texto completo de 51 publicações. Foi possível recuperar 50, que seguiram para avaliação de elegibilidade.

Na leitura integral, foram excluídos 27 textos. Dez não atenderam aos tipos de publicação considerados; onze apresentaram articulação insuficiente com o acompanhamento psicológico ou psicossocial materno; cinco se concentraram na criança, na família em geral ou em intervenções de outras áreas; e o texto restante trouxe informações insuficientes sobre método e resultados. Ao final, 23 publicações foram incluídas, conforme a Figura 1.

O relatório de seleção atribuiu a origem dos estudos únicos ao Google Acadêmico em 13 casos, à BVS/LILACS em oito e à SciELO em dois. Esses números se referem às publicações incluídas após a retirada das duplicatas.

O conjunto compreende 12 pesquisas empíricas, cinco relatos de experiência e seis revisões ou estudos bibliográficos. Predominam trabalhos sobre mães de crianças com TEA, ao lado de publicações que adotam a denominação mais ampla de maternidade atípica. Os temas incluem sobrecarga, estresse, autoestigma, apoio social e acesso aos serviços, além de grupos de acolhimento e intervenções dirigidas às mães. A caracterização das 23 publicações está apresentada na Tabela 1.

Tabela 1 — Identificação e caracterização das 23 publicações incluídas

Autor(es)/ano	Título	Tipo de estudo	Objetivo da pesquisa
Alves, J. S.; Gameiro, A. C. P.; Biazzi, P. H. G. (2022)	Estresse, depressão e ansiedade em mães de autistas: revisão nacional	Revisão sistemática da literatura.	Identificar, na literatura brasileira, a presença e a intensidade de estresse, depressão e ansiedade em mães de pessoas com Transtorno do Espectro Autista.
Araujo, G. N. M.; Oliveira, S. F. (2025)	Grupo de Famílias Atípicas: uma intervenção voltada para o acolhimento	Relato de experiência de intervenção grupal, fundamentada na Psicologia Social Comunitária.	Relatar a criação e o desenvolvimento do grupo de mães de crianças atípicas voltado ao acolhimento, à reflexão e à elaboração das vivências relacionadas à maternidade atípica.
Barcelos, A. T. D. <i>et al.</i> (2025)	Saúde mental das mães e famílias atípicas	Relato de experiência de projeto de extensão, com realização de roda de conversa.	Compreender as vivências de mães atípicas e fortalecer redes de apoio por meio de estratégias de acolhimento, suporte emocional e articulação comunitária.

Autor(es)/ano	Título	Tipo de estudo	Objetivo da pesquisa
Borges, M. C. <i>et al.</i> (2025)	Os desafios da maternidade atípica: uma análise clínica	Pesquisa qualitativa de abordagem bibliográfica.	Compreender os desafios enfrentados na maternidade atípica, reconhecendo suas singularidades e implicações emocionais, sociais e práticas.
Costa, R. V. B.; Rocha, L. O.; Nonato, I. B. L. (2026)	Os impactos da ausência de suporte emocional e de orientação às mães atípicas após o diagnóstico de TEA	Estudo qualitativo, descritivo e de natureza bibliográfica.	Compreender as repercussões psicológicas e sociais associadas à ausência de suporte emocional e de orientações psicoeducativas, analisando sua relação com o adoecimento psíquico materno após o diagnóstico de TEA.
Debastiani, L. S.; Roth, C. M. (2025)	Cuidar de quem cuida: a relevância da rede de apoio na saúde mental de mães de crianças autistas	Pesquisa de campo, descritiva, realizada por meio de formulário on-line.	Compreender a relação entre a saúde mental de mães de crianças com TEA e o suporte social apresentado durante a vivência da maternidade.
Emilio, A. R.; Portes, J. R. M. (2024)	Modelo híbrido de treinamento parental para mães de crianças pré-escolares com transtorno do espectro autista baseado na análise do comportamento aplicada para redução do estresse parental	Estudo de intervenção, com grupos tratamento e controle e avaliação pré e pós-treinamento.	Avaliar as contribuições do treinamento parental híbrido, baseado na Análise do Comportamento Aplicada, para a redução do estresse parental de mães de crianças pré-escolares com TEA.
Ferreira Júnior, M. <i>et al.</i> (2025)	A percepção de mães de pessoas com transtorno do espectro autista sobre as práticas de cuidado da atenção secundária	Estudo qualitativo e descritivo.	Identificar as práticas de cuidado disponibilizadas pelos dispositivos de atenção secundária do SUS para a saúde e o bem-estar de pais e mães de pessoas com TEA.
Guckert, S. B.; Oliveira, A. M.; Belaunde, A. M. A. (2024)	A sobrecarga do cuidado da criança com transtorno do espectro autista e a relação com os determinantes sociais da saúde na visão dos cuidadores	Estudo qualitativo, descritivo e exploratório.	Verificar a possível relação entre a sobrecarga de cuidadores de crianças com TEA e os determinantes sociais da saúde.
Lima, C. V. <i>et al.</i> (2024)	Autoestigma em mães de crianças com transtorno do espectro autista	Estudo quantitativo e transversal.	Identificar fatores associados ao autoestigma entre cuidadores de estudantes com TEA da rede pública de ensino de Niterói, Rio de Janeiro.
Luna, A. W. N. <i>et al.</i> (2023)	Percepções de mães de crianças com autismo sobre rede apoiadora e estratégias de cuidado consigo	Estudo qualitativo, exploratório e descritivo.	Analisar as percepções de mães de crianças com autismo sobre a rede de apoio existente e as estratégias de autocuidado que poderiam ser oferecidas pelos serviços terapêuticos em sala de espera.

Autor(es)/ano	Título	Tipo de estudo	Objetivo da pesquisa
Melo, W. A. S. <i>et al.</i> (2025)	Desafios e estratégias no atendimento a mães atípicas no Sistema Único de Saúde (SUS): uma revisão integrativa	Revisão integrativa da literatura.	Identificar os principais obstáculos enfrentados por mães atípicas no SUS, bem como estratégias e experiências que possam contribuir para qualificar o atendimento.
Melos, D. R. S. <i>et al.</i> (2025)	Cuidando de quem cuida: experiência em saúde mental com mães de crianças autistas	Relato de experiência de ação extensionista.	Oferecer espaço de acolhimento a mães de crianças com TEA, promovendo bem-estar, troca de experiências e reflexão sobre a importância do autocuidado.
Pinto, A. S.; Constantinidis, T. C. (2020)	Revisão integrativa sobre a vivência de mães de crianças com transtorno de espectro autista	Revisão integrativa da literatura.	Identificar, na literatura científica, a sobrecarga vivenciada por mães de crianças com TEA e as formas encontradas para lidar com as dificuldades cotidianas.
Reis, G. F.; Rodrigues, L. (2024)	Narrativas de mães de crianças autistas sobre possibilidades e desafios do cuidado durante a pandemia de Covid-19	Pesquisa qualitativa e exploratória.	Discutir as experiências de cuidado de mães de crianças autistas durante a pandemia de Covid-19, considerando o papel do CAPSi e a presença ou ausência de parcerias e recursos institucionais.
Santos, S. P. <i>et al.</i> (2024)	Cuidar de quem cuida: um olhar para as mulheres mães de pessoas com TEA	Relato de experiência de ação extensionista.	Acolher os múltiplos sofrimentos de mulheres mães de pessoas com TEA por meio de escuta individual, oficinas grupais, orientação e acompanhamento.
Silva, C. M. <i>et al.</i> (2020)	Vivência materna diante do cuidado à criança autista	Estudo qualitativo, descritivo e exploratório.	Compreender como as mães vivenciam o cuidado prestado à criança autista.
Silva, D. W. M. C. <i>et al.</i> (2025)	Maternidade atípica e estresse: desafios, implicações sociais e caminhos terapêuticos	Pesquisa qualitativa com entrevistas semiestruturadas.	Analisar as principais fontes de estresse presentes na rotina de mães atípicas e refletir sobre suas implicações sociais e possíveis caminhos terapêuticos.
Silva, E. L. <i>et al.</i> (2024)	Serviço de Psicologia Aplicada como instrumento de apoio às cuidadoras de crianças com transtorno do espectro autista (TEA)	Relato de experiência em Serviço de Psicologia Aplicada.	Relatar a experiência de acolhimento e apoio oferecida pelo Serviço de Psicologia Aplicada às cuidadoras de crianças com TEA.
Souza, J. B. <i>et al.</i> (2022)	Repercussões da pandemia de COVID-19 na saúde das mulheres mães de crianças autistas	Pesquisa qualitativa do tipo ação participante.	Compreender as repercussões da pandemia de COVID-19 na saúde de mulheres mães de crianças autistas.

Autor(es)/ano	Título	Tipo de estudo	Objetivo da pesquisa
Souza, L. V. V.; Silva, A. A. (2025)	Os desafios da maternidade atípica: explorando a intervenção terapêutica para o processo de ressignificação na vida da mulher	Estudo exploratório com revisão narrativa da literatura.	Explorar os desafios da maternidade atípica e analisar como a intervenção terapêutica pode contribuir para a ressignificação das experiências e da vida da mulher.
Vale, P. R. L. F. <i>et al.</i> (2024)	Implementação dos acordos de cuidado do programa CACTO para mães de crianças com transtorno do espectro autista	Estudo exploratório qualitativo, orientado pela Ciência do Cuidado Unitário e pela Ciência da Implementação.	Analisar a implementação dos acordos de cuidado desenvolvidos no programa CACTO para mães de crianças com TEA.
Vilanova, J. R. S. <i>et al.</i> (2022)	Sobrecarga de mães com filhos diagnosticados com transtorno do espectro autista: estudo de método misto	Estudo de método misto, sequencial explanatório.	Analisar a sobrecarga materna relacionada aos cuidados de filhos diagnosticados com TEA.

Fonte: Elaboração dos autores (2026).

3.1 Sofrimento psíquico e sobrecarga na experiência materna

Como a maternidade se reconfigura quando o cuidado exige dedicação contínua e, muitas vezes, solitária? A sobrecarga materna, frequentemente relatada nos estudos, não é apenas cansaço passageiro, mas desgaste profundo que atravessa o cotidiano e reverbera em diferentes esferas da vida. Conforme evidenciam Pinto e Constantinidis (2020), a dedicação aos filhos com Transtorno do Espectro Autista (TEA) costuma vir acompanhada de rupturas sensíveis nas relações sociais, afetivas e profissionais.

Esse cenário ajuda a compreender o sofrimento materno, também abordado por Alves, Gameiro e Biazzi (2022) ao discutirem a presença de estresse, depressão e ansiedade nesse grupo. O sofrimento aparece em rotinas em que as responsabilidades se multiplicam e o tempo para si mesma, para o descanso, para a convivência e para os próprios desejos vai se tornando cada vez mais escasso.

O peso dessa realidade fica evidente nos números, mas ganha contornos ainda mais densos quando se considera a percepção das próprias mulheres. Na pesquisa conduzida por Vilanova *et al.* (2022), com 51 participantes, a escala Zarit identificou algum nível de sobrecarga em 39 mulheres, correspondentes a 76,5% da amostra, enquanto 64,7% declararam que se sentiam sobrecarregadas. Os dois percentuais correspondem a formas distintas de avaliação, pois a classificação pela escala segue critérios específicos, enquanto o outro resultado expressa

a percepção declarada pelas próprias mães. Essa leitura permite considerar a experiência relatada e a avaliação por critérios padronizados em seus respectivos termos.

E é justamente na tentativa de equilibrar as demandas da criança com o trabalho, a casa e a vida pessoal que o cansaço costuma se misturar a sentimentos de desamparo e culpa. Guckert, Oliveira e Belaunde (2024) mostram que essas tarefas disputam o mesmo espaço de tempo e que, quando não há com quem dividir as responsabilidades de forma efetiva, a mãe pode se ver aprisionada na obrigação de responder a exigências simultâneas. O desgaste atinge até mesmo a possibilidade de interromper as atividades e simplesmente descansar ou retomar compromissos próprios. Afinal, a quantidade de afazeres importa muito, assim como a disponibilidade de outras pessoas para assumir parte do cuidado.

A reorganização familiar que se segue ao diagnóstico ocorre nesse espaço já habitado por múltiplas obrigações e expectativas sociais pesadas. Silva *et al.* (2020), ao descreverem a vivência materna, e Silva *et al.* (2025), ao discutirem o estresse e as pressões sociais, iluminam o fato de que a posição central da mulher no cuidado se relaciona ao suporte recebido e às exigências que recaem sobre ela. Esperar que a mãe esteja continuamente disponível dificulta o reconhecimento de suas próprias necessidades de descanso e vida pessoal como legítimas, mesmo quando o cansaço já compromete a sua rotina.

Além disso, as incertezas trazidas pelo diagnóstico adicionam outra camada de angústia. Borges *et al.* (2025) e Costa, Rocha e Nonato (2026) ressaltam, em estudos bibliográficos, o sofrimento associado à escassez de orientação e suporte emocional nesse momento crítico. Compreender as necessidades do filho e as próprias expectativas demanda informações que nem sempre chegam. Se o apoio for oferecido apenas na hora do laudo, a mulher pode ficar à deriva para lidar com os desafios posteriores que surgem com as mudanças escolares e a continuidade dos atendimentos.

Todo esse contexto também participa da forma como a mulher enxerga a si mesma. Lima *et al.* (2024) revelam associações entre autoestigma, estresse no cuidado, problemas de saúde mental e menor bem-estar. Contudo, é essencial pontuar que a maternidade atípica não se resume à dor: o mesmo estudo destaca indicadores positivos de qualidade de vida no grupo pesquisado, chamando atenção para as diferentes dimensões dessas experiências e para a importância de compreender como cada mulher avalia a própria vida. Como se trata de estudo transversal, não se pode definir a direção dessas relações, mas reduzir essa experiência apenas ao adoecimento deixaria de fora parte dos achados.

A fragilidade dessa rede de sustentação ficou escancarada durante a pandemia de COVID-19, período que tornou ainda mais evidente a relação entre o cuidado e as condições de apoio. Entre as 12 mulheres ouvidas por Souza *et al.* (2022), as mudanças na rotina e no acompanhamento das atividades educacionais dos filhos foram acompanhadas por relatos de cansaço, desânimo e redução do tempo destinado ao autocuidado. Considerando as restrições próprias daquele período, esse cenário permite examinar o peso que recai sobre a mãe quando outros espaços e pessoas se retiram da cena do cuidado.

O sofrimento descrito nesse conjunto de estudos evidencia a urgência de olhar para além da criança e enxergar as dificuldades da mulher em sustentar o cuidado enquanto tenta conservar atividades vitais para si mesma. Reduzir tudo isso apenas à reação inicial ao diagnóstico seria ignorar a distribuição de tarefas e as falhas na rede de suporte.

Na clínica psicológica, interessa profundamente conhecer o sentido que essas experiências têm para cada mãe: as preocupações que ela consegue expressar, o que precisou adiar e o que sonha em retomar. Cuidar dessa mulher exige escuta, mas também depende de mudanças reais nas relações cotidianas e da disponibilidade de redes de apoio efetivas.

3.2 Redes de apoio e acesso ao cuidado

11

Onde, afinal, o apoio se torna visível na vida da mãe atípica? Ele ganha contornos reais justamente naqueles momentos em que as tarefas deixam de depender exclusivamente dela, permitindo que a mulher possa, enfim, voltar o olhar para as suas próprias necessidades. O cuidado diário funciona como engrenagem complexa que exige combinações dinâmicas entre familiares, pessoas próximas e serviços de saúde, cuja participação flutua ao longo do tempo.

Os relatos colhidos por Guckert, Oliveira e Belaunde (2024) evidenciam o quanto a distribuição das responsabilidades entre o trabalho, a rotina doméstica e o acompanhamento dos filhos interfere no cotidiano materno. Estar cercada de pessoas ou frequentar inúmeras instituições não garante, por si só, a existência de alguém verdadeiramente disponível para dividir o peso real do cuidado.

É nesse vácuo que Debastiani e Roth (2025), a partir das respostas de 57 mulheres, associaram a insuficiência da rede de apoio a repercussões físicas e emocionais. Discutir essa rede, portanto, exige diferenciar o tipo de ajuda que efetivamente chega até essas famílias. Afinal, se há espaço de acolhimento emocional, mas as responsabilidades logísticas continuam centralizadas na mãe, a exaustão física e a falta de tempo podem permanecer; por outro lado, o

suporte prático, desprovido de relações onde a mulher possa desaguar suas angústias, também pode deixar necessidades emocionais sem acolhimento.

Essa invisibilidade das demandas maternas aparece até mesmo na forma como o tempo é administrado pelas instituições. As entrevistas conduzidas por Luna *et al.* (2023) com 29 mães revelam como os horários do cuidado infantil acabam engolindo as possibilidades de atenção à própria mulher. Curiosamente, é na antessala dos serviços terapêuticos, nesse tempo de suspensão gerado em função do tratamento da criança, que as participantes enxergaram brechas para si mesmas, sugerindo a oferta de atividades físicas, alongamento, meditação ou cuidados estéticos nesses intervalos.

Essas sugestões podem orientar o planejamento humanizado dos serviços. Contudo, é fundamental preservar a autonomia dessa mulher: frequentar o espaço como acompanhante não significa obrigatoriedade de participar de toda atividade proposta. O acolhimento requer que ela tenha voz ativa na definição das propostas e condições reais para a participação, sem imposições.

Mas o que acontece quando as próprias instituições, que deveriam ser pilares de sustentação, se tornam fontes adicionais de exaustão? A divulgação falha e a ausência de regularidade das ações são entraves significativos para o cuidado. Ferreira Júnior *et al.* (2025) identificaram insatisfação entre 15 mães entrevistadas em Natal quanto à frequência e à comunicação das iniciativas voltadas ao bem-estar familiar. Atividades esporádicas ou mal divulgadas dificilmente conseguem se encaixar na rotina de quem já faz malabarismos diários para dar conta de múltiplos compromissos.

Somado a isso, a peregrinação por essa rede pode ser solitária e desarticulada. Reis e Rodrigues (2024) apontam o Centro de Atenção Psicossocial Infantojuvenil (CAPSi) como referência de acolhimento e continuidade durante a pandemia, ao mesmo tempo que registram “serviços frequentados simultaneamente, sem que haja qualquer comunicação ou compartilhamento de projeto terapêutico” (Reis; Rodrigues, 2024, p. 12). A presença de atendimentos em diferentes instituições convive, assim, com dificuldades de diálogo entre equipes que acompanham a mesma família.

A revisão de Melo *et al.* (2025) ecoa esse desamparo ao discutir a fragmentação no Sistema Único de Saúde (SUS), a descontinuidade dos atendimentos e a pouca atenção às demandas maternas. Quando os serviços não dialogam entre si, o trabalho de atuar como ponte institucional pode recair sobre a mãe, que acaba encarregada de transmitir orientações, buscar respostas e organizar encaminhamentos. Os serviços precisam assumir essa articulação e o

compartilhamento de informações, evitando acrescentar exigências a quem já sustenta o cuidado cotidiano.

Diante dessas lacunas institucionais, iniciativas comunitárias oferecem espaços de respiro. A roda de conversa relatada por Barcelos *et al.* (2025), em Papagaios, Minas Gerais, reuniu questões de apoio emocional e articulação comunitária, enquanto as rodas e oficinas descritas por Melos *et al.* (2025) envolveram convivência e autocuidado. As experiências ilustram possibilidades de ampliar os locais onde essas mulheres podem expressar suas dores, encontrar suporte emocional e vivenciar o autocuidado, aproximando o planejamento das ações daquilo que desejam compartilhar.

Para o acompanhamento psicológico, compreender as fraturas da rede de apoio ajuda a reconhecer o que torna possível a participação da mulher no atendimento. Afinal, reservar horário na agenda e chegar ao consultório pode exigir que alguém assuma as tarefas que a mãe precisará momentaneamente deixar para trás. A continuidade da terapia também depende de condições que ultrapassam o encontro clínico, e conhecer essa realidade permite ao profissional formular propostas viáveis e articular com a rede alternativas para que a falta de tempo, quando associada ao cuidado pouco compartilhado, não se torne outro muro entre essa mulher e o cuidado de que necessita.

3.3 Contribuições do acompanhamento psicológico

De que maneira a escuta qualificada pode acolher quem passou tanto tempo deixando as próprias necessidades para depois? Nas experiências descritas por Santos *et al.* (2024) e Araujo e Oliveira (2025), o acompanhamento psicológico reserva tempo para que as mães coloquem em palavras vivências que a rotina do cuidado costuma deixar em segundo plano. As preocupações com o filho encontram espaço junto aos conflitos familiares e às mudanças nos projetos pessoais, permitindo que a mulher seja ouvida também a partir do que sente, deseja e espera para a própria vida.

No relato de Araujo e Oliveira (2025), os 12 encontros semanais, orientados pela Psicologia Social Comunitária, reuniram oito participantes ativas entre as 15 mães inicialmente identificadas, colocando em circulação relatos sobre sobrecarga, identidade materna, apoio e autocuidado. A palavra compartilhada permite que cada mulher encontre, nas histórias que escuta, aproximações com a própria experiência e maneiras diferentes de viver situações

semelhantes, de modo que o grupo pode acolher o que há de comum nessas trajetórias e abrir espaço para o que cada mãe precisa elaborar a seu tempo.

Há assuntos que a mãe prefere trabalhar em encontros individuais, e respeitar essa escolha faz parte da construção do vínculo. Na experiência de Santos *et al.* (2024), atendimentos semanais de até 50 minutos foram combinados a oficinas grupais quinzenais, oferecendo diferentes condições para a escuta. Essa flexibilidade ajuda a pensar o lugar de questões mais íntimas e de necessidades que aparecem ao longo do acompanhamento, como as demandas emocionais, o autocuidado e o acesso aos serviços abordados nos cinco encontros grupais descritos por E. L. Silva *et al.* (2024), em Serviço de Psicologia Aplicada.

Entre os assuntos que encontram lugar nessa escuta estão os projetos que precisaram ser adiados, as mudanças na vida profissional e os desejos que continuam presentes, mesmo quando a rotina parece deixar pouco espaço para eles. Ao discutirem a ressignificação da experiência materna, Souza e Silva (2025), em revisão narrativa, aproximam o trabalho terapêutico desses conflitos entre expectativas pessoais e exigências do cuidado. Esse retorno aos projetos se faz a partir do que a mulher deseja e consegue reconhecer como possível, acolhendo inclusive as dúvidas que ainda não têm resposta.

A escuta pode incluir ainda dúvidas sobre o cuidado do filho, que às vezes chegam ao atendimento junto das próprias dificuldades emocionais. Emilio e Portes (2024) investigaram treinamento parental híbrido, baseado na Análise do Comportamento Aplicada, com oito mães distribuídas entre grupos de tratamento e controle. Os vídeos e materiais foram bem recebidos pelas participantes da intervenção, mas as avaliações anteriores e posteriores ao treinamento não demonstraram diferenças estatisticamente significativas entre os grupos que sustentassem redução do estresse. A boa recepção dessas orientações precisa ser considerada junto da necessidade de acompanhar diretamente o sofrimento materno.

Para que o cuidado encontre lugar na vida real, as propostas precisam ser construídas com atenção ao tempo e às responsabilidades de quem será atendida. No programa CACTO, desenvolvido no campo da Enfermagem, Vale *et al.* (2024) acompanharam com 20 mães a implementação de acordos definidos a partir das necessidades das participantes, encontrando dificuldades relacionadas à escassez de tempo e à sobrecarga. Essa experiência contribui para pensar a organização do acompanhamento psicológico, sobretudo quando reservar horário para si depende de negociar tarefas e contar com a participação de outras pessoas.

Negociar prioridades e horários, nesse contexto, faz parte do acolhimento e permite rever o que se mostra difícil ao longo do acompanhamento. A contribuição da Psicologia se expressa na escuta das experiências maternas e na construção de possibilidades de cuidado que respeitem o modo como cada mulher vive e compreende sua trajetória (Santos *et al.*, 2024; Souza; Silva, 2025). Quando seus desejos, suas escolhas e suas necessidades entram nessa conversa, o atendimento reconhece que há vida a ser cuidada também em quem cuida, abrindo espaço para que projetos pessoais voltem a participar do horizonte da mulher.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A presente revisão evidenciou que as contribuições do acompanhamento psicológico para mães atípicas se concentram na escuta atenta de suas vivências e no acolhimento de demandas pessoais pouco contempladas na rotina de cuidado. Os espaços terapêuticos, sejam eles individuais ou grupais, oferecem oportunidades para que essas mulheres possam expressar conflitos, rever expectativas e repensar seus projetos de vida. Observou-se que o sofrimento psíquico materno aparece relacionado ao volume de responsabilidades assumidas e à fragilidade do apoio disponível, fatores práticos que dificultam o descanso, o trabalho e até mesmo a presença nos próprios atendimentos de saúde.

15

Diante dessa realidade complexa, a atenção psicológica exige do profissional compreensão das condições de vida dessas mulheres, somada à articulação com a rede de cuidado. As angústias expressadas nos encontros clínicos devem orientar tanto o acolhimento emocional da paciente quanto a discussão de obstáculos logísticos que dependem do envolvimento de outras pessoas e instituições. O reconhecimento da mãe como sujeito com necessidades próprias orienta essa assistência, com atendimento voltado às suas demandas e participação ativa nas decisões sobre as intervenções oferecidas.

As conclusões deste trabalho são delimitadas pelas características da literatura reunida, sobretudo pelo predomínio de pesquisas sobre Transtorno do Espectro Autista, pela heterogeneidade dos métodos empregados e pelas amostras reduzidas de parte dos estudos. As lacunas no registro das buscas, por sua vez, limitam a reprodutibilidade desta revisão. Estudos longitudinais podem ampliar a compreensão dos desfechos maternos ao longo do tempo e dos efeitos das práticas psicológicas, oferecendo subsídios para a continuidade do cuidado e para a atenção a diferentes condições que atravessam a maternidade atípica.

REFERÊNCIAS

ALVES, Julia Secatti; GAMEIRO, Ana Cristina Polycarpo; BIAZI, Paula Hisa Goto. Estresse, depressão e ansiedade em mães de autistas: revisão nacional. **Revista Psicopedagogia**, São Paulo, v. 39, n. 120, p. 412-424, 2022. DOI: 10.51207/2179-4057.20220031. Disponível em: <https://revistapsicopedagogia.com.br/revista/article/view/131>. Acesso em: 11 out. 2026.

ARAÚJO, Gizelle Nadegi de Moura; OLIVEIRA, Suenny Fonsêca de. Grupo de Famílias Atípicas: uma intervenção voltada para o acolhimento. **Caderno Impacto em Extensão**, [Campina Grande], v. 5, n. 1, 2025. Disponível em: <https://revistas.editora.ufcg.edu.br/index.php/cite/article/view/6887>. Acesso em: 11 out. 2026.

BARCELOS, Álvaro Tadeu Dias *et al.* Saúde mental das mães e famílias atípicas. **Revista Projetos Extensionistas**, [Pará de Minas], v. 5, n. 2, p. 13-27, 2025. Disponível em: <https://periodicos.fapam.edu.br/index.php/RPE/article/view/803>. Acesso em: 11 out. 2026.

BARDIN, Laurence. **Análise de conteúdo**. Tradução de Luís Antero Reto e Augusto Pinheiro. São Paulo: Edições 70, 2016. 279 p.

BORGES, Mikaelly Cavalcanti *et al.* Os desafios da maternidade atípica: uma análise clínica. **Unisanta Humanitas**, [Santos], v. 14, n. 1, p. 34-47, 2025. DOI: 10.5281/zenodo.15265516. Disponível em: <https://periodicos.unisanta.br/HUM/article/view/2670>. Acesso em: 11 out. 2026.

COSTA, Raimunda Vaney Bezerra da; ROCHA, Laiane Oliveira da; NONATO, Ítalo Bruno Lima. Os impactos da ausência de suporte emocional e de orientação às mães atípicas após o diagnóstico de TEA. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, [São Paulo], v. 12, n. 6, p. 1-19, 2026. DOI: 10.51891/rease.v12i6.27400. Disponível em: https://periodicorease.pro.br/rease/pt_BR/article/view/27400. Acesso em: 11 out. 2026.

DANTAS, Hallana Laisa de Lima *et al.* Como elaborar uma revisão integrativa: sistematização do método científico. **Revista Recien - Revista Científica de Enfermagem**, São Paulo, v. 12, n. 37, p. 334-345, 2022. DOI: 10.24276/rrecien2022.12.37.334-345. Disponível em: <https://www.recien.com.br/index.php/Recien/article/view/575>. Acesso em: 11 out. 2026.

DEBASTIANI, Luísa Sartoretto; ROTH, Cathiele Mendes. Cuidar de quem cuida: a relevância da rede de apoio na saúde mental de mães de crianças autistas. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, São Paulo, v. 11, n. 11, p. 9708-9724, 2025. DOI: 10.51891/rease.v11i11.22744. Disponível em: <https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/22744>. Acesso em: 11 out. 2026.

EMILIO, Aline Regina; PORTES, João Rodrigo Maciel. Modelo híbrido de treinamento parental para mães de crianças pré-escolares com transtorno do espectro autista baseado na análise do comportamento aplicada para redução do estresse parental. **Ciencias Psicológicas**, [Montevideo], v. 18, n. 2, e-3285, 2024. DOI: 10.22235/cp.v18i2.3285. Disponível em: <https://revistas.ucu.edu.uy/index.php/cienciaspsicologicas/article/view/3285>. Acesso em: 11 out. 2026.

FERREIRA JÚNIOR, Miguel *et al.* A percepção de mães de pessoas com transtorno do espectro autista sobre as práticas de cuidado da atenção secundária. **Interfaces Científicas - Humanas e Sociais**, [Aracaju], v. 12, n. 3, p. 73-88, 2025. DOI: 10.17564/2316-3801.2025v12n3p73-88. Disponível em: <https://periodicos.set.edu.br/humanas/article/view/12233>. Acesso em: 11 out. 2026.

GUCKERT, Suelen Bernardo; OLIVEIRA, Aline Mara de; BELAUNDE, Aline Megumi Arakawa. A sobrecarga do cuidado da criança com transtorno do espectro autista e a relação com os determinantes sociais da saúde na visão dos cuidadores. **Distúrbios da Comunicação**, São Paulo, v. 36, n. 4, e68308, 2024. DOI: 10.23925/2176-2724.2024v36i4e68308. Disponível em: <https://revistas.pucsp.br/dic/article/view/68308>. Acesso em: 11 out. 2026.

LIMA, Claudete Veiga de *et al.* Autoestigma em mães de crianças com transtorno do espectro autista. **Psicologia & Sociedade**, Porto Alegre, v. 36, e281976, 2024. DOI: 10.1590/1807-0310/2024v36281976. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/psoc/a/rDBxB8VStvb5grtd3nLXPLC/>. Acesso em: 11 out. 2026.

LUNA, Aislany Warlla Nunes *et al.* Percepções de mães de crianças com autismo sobre rede apoiadora e estratégias de cuidado consigo. **Revista de Enfermagem da UFPI**, Teresina, v. 12, e4284, 2023. DOI: 10.26694/reufpi.v12i1.4284. Disponível em: <https://periodicos.ufpi.br/index.php/reufpi/article/view/4284>. Acesso em: 11 out. 2026.

MELO, Wanuely Andreza Silva *et al.* Desafios e estratégias no atendimento a mães atípicas no Sistema Único de Saúde (SUS): uma revisão integrativa. **Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences**, [Macapá], v. 7, n. 7, p. 1628-1640, 2025. DOI: 10.36557/2674-8169.2025v7n7p1628-1640. Disponível em: <https://bjhs.emnuvens.com.br/bjhs/article/view/6119>. Acesso em: 11 out. 2026.

17

MELOS, Dandara Rayane da Silva de *et al.* Cuidando de quem cuida: experiência em saúde mental com mães de crianças autistas. **Revista Extensão**, [Palmas], v. 9, n. 8, p. 29-35, 2025. Disponível em: <https://revista.unitins.br/index.php/extensao/article/view/11063>. Acesso em: 11 out. 2026.

PAGE, Matthew J. *et al.* The PRISMA 2020 statement: an updated guideline for reporting systematic reviews. **BMJ**, [London], v. 372, n71, 2021. DOI: 10.1136/bmj.n71. Disponível em: <https://www.bmj.com/content/372/bmj.n71>. Acesso em: 11 out. 2026.

PINTO, Alinne Souza; CONSTANTINIDIS, Teresinha Cid. Revisão integrativa sobre a vivência de mães de crianças com transtorno de espectro autista. **Revista Psicologia e Saúde**, Campo Grande, v. 12, n. 2, p. 89-103, 2020. DOI: 10.20435/pssa.voio.799. Disponível em: <https://pssa.ucdb.br/pssa/article/view/799>. Acesso em: 11 out. 2026.

REIS, Gabriela Fernandes dos; RODRIGUES, Luna. Narrativas de mães de crianças autistas sobre possibilidades e desafios do cuidado durante a pandemia de Covid-19. **Physis: Revista de Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 34, e34097, 2024. DOI: 10.1590/S0103-7331202434097pt. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/physis/a/Z6kXrSfXDX5LvXxpStrgsQm/?lang=pt>. Acesso em: 11 out. 2026.

SANTOS, Sara Pereira dos *et al.* Cuidar de quem cuida: um olhar para as mulheres mães de pessoas com TEA. **Caderno Impacto em Extensão**, Campina Grande, v. 4, n. 2, p. 1-5, 2024. Disponível em: <https://revistas.editora.ufcg.edu.br/index.php/cite/article/view/2527>. Acesso em: 11 out. 2026.

SILVA, Caroline Moura da *et al.* Vivência materna diante do cuidado à criança autista. **REVisa**, [Valparaíso de Goiás], v. 9, n. 2, p. 231-240, 2020. DOI: 10.36239/revisa.v9.n2.p231a240. Disponível em: <https://rdcsa.emnuvens.com.br/revista/article/view/592>. Acesso em: 11 out. 2026.

SILVA, Dárya Willyanne de Moura Cezário da *et al.* Maternidade atípica e estresse: desafios, implicações sociais e caminhos terapêuticos. **Veredas UniFavip | Wyden**, Caruaru, v. 1, n. 1, p. 45-56, 2025. Disponível em: <https://wyden.periodicoscientificos.com.br/index.php/veredas/article/view/876>. Acesso em: 11 out. 2026.

SILVA, Elioneide Lima da *et al.* Serviço de Psicologia Aplicada como instrumento de apoio às cuidadoras de crianças com transtorno do espectro autista (TEA). **Scientia - Revista de Ensino, Pesquisa e Extensão**, Sobral, v. 8, n. 14, p. 45-54, 2024. Disponível em: <https://publicacoes.flucianofejao.com.br/scientia/article/view/41>. Acesso em: 11 out. 2026.

SOUZA, Jeane Barros de *et al.* Repercussões da pandemia de COVID-19 na saúde das mulheres mães de crianças autistas. **Revista de Enfermagem da UFSM**, [Santa Maria], v. 12, e32, p. 1-14, 2022. DOI: 10.5902/2179769267733. Disponível em: <https://periodicos.ufsm.br/reufsm/article/view/67733>. Acesso em: 11 out. 2026.

SOUZA, Luana Vilela Vieira; SILVA, Alice Andrade. Os desafios da maternidade atípica: explorando a intervenção terapêutica para o processo de ressignificação na vida da mulher. **Revista Faculdades do Saber**, [Mogi Guaçu], v. 10, n. 24, p. 658-670, 2025. Disponível em: <https://rfs.emnuvens.com.br/rfs/article/view/327>. Acesso em: 11 out. 2026.

VALE, Paulo Roberto Lima Falcão do *et al.* Implementação dos acordos de cuidado do programa CACTO para mães de crianças com transtorno do espectro autista. **Revista Gaúcha de Enfermagem**, [Porto Alegre], v. 45, n. esp. 1, e20240123, 2024. DOI: 10.1590/1983-1447.2024.20240123.pt. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rgenf/a/zpgTbrZ636hVbSTkjVDbN6k/?lang=pt>. Acesso em: 11 out. 2026.

VILANOVA, Jakelinne Reis Sousa *et al.* Sobrecarga de mães com filhos diagnosticados com transtorno do espectro autista: estudo de método misto. **Revista Gaúcha de Enfermagem**, [Porto Alegre], v. 43, e20210077, 2022. DOI: 10.1590/1983-1447.2022.20210077.pt. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rgenf/a/MyHtBsSxmZt6VVjFBBLNGkx/?lang=pt>. Acesso em: 11 out. 2026.