



PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DE GOIÁS
PRÓ-REITORIA DE GRADUAÇÃO - PROGRAD
ESCOLA DE CIÊNCIAS SOCIAIS E DA SAÚDE
PROGRAMA DE GRADUAÇÃO *LATO SENSU* EM PSICOLOGIA

**APLICAÇÃO CLÍNICA DA TERAPIA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL NO
ESTRESSE PARENTAL EM MÃES ATÍPICAS: UMA REVISÃO DE
LITERATURA**

Alanny Oliveira Pinto Cardoso

Gracielle Dourado Gonçalves Pinto

Orientadora: Prof^ª. Dr^ª Roberta Maia Marcon de Moura

Goiânia, 2025

PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DE GOIÁS
PRÓ-REITORIA DE GRADUAÇÃO – PROGRAD
ESCOLA DE CIÊNCIAS SOCIAIS E DA SAÚDE
PROGRAMA DE GRADUAÇÃO LATO SENSU EM PSICOLOGIA

**APLICAÇÃO CLÍNICA DA TERAPIA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL NO
ESTRESSE PARENTAL EM MÃES ATÍPICAS: UMA REVISÃO DE
LITERATURA**

Trabalho apresentado como requisito parcial à conclusão da disciplina de Trabalho de Conclusão de Curso II, da Pontifícia Universidade Católica de Goiás. Realizado sob orientação da professora Dr^a. Roberta Maia Marcon de Moura.

Banca Examinadora:

Roberta Maia Marcon de Moura, Dr^a. Presidente da Banca:
Professora - Supervisora

Prof^a. Dr^a. Andrea Batista Magalhães
Professora Convidada

Data da Avaliação: ____/____/____

Nota final: _____

Resumo

Este estudo propôs investigar a aplicação clínica da Terapia Cognitivo-Comportamental na avaliação e/ou intervenção do estresse parental em mães atípicas. O objetivo consistiu em identificar, na produção científica nacional, estudos da Terapia Cognitivo-Comportamental sobre estresse parental de mães atípicas. Trata-se de um estudo de revisão integrativa compreendido por cinco etapas: (1) elaboração da pergunta norteadora (2) busca da literatura, (3) coleta de dados, (4) análise crítica do conteúdo e (5) discussão dos resultados. Para o levantamento dos artigos na literatura, realizou-se uma busca por meio do acesso ao Portal de Periódicos da CAPES e mediante seleção manualizada. Foram incluídos nove artigos na revisão. Os principais achados revelam altos níveis de estresse vivenciados por mães de crianças com desenvolvimento atípico e a necessidade de intervenções terapêuticas, redes de apoio familiar e políticas públicas que garantam suporte psicológico contínuo para essas mães e cuidadores. Também apontam uma escassez de pesquisas clínicas nessa temática na produção brasileira.

Palavras-chave: Terapia Cognitivo-Comportamental; estresse parental; maternidade atípica; cuidado familiar.

Abstract

This study set out to investigate the clinical application of Cognitive-Behavioral Therapy in the assessment and/or intervention of parental stress in atypical mothers. The objective was to identify, in national scientific production, studies of Cognitive-Behavioral Therapy on parental stress in atypical mothers. This is an integrative review study comprising five stages: (1) elaboration of the guiding question, (2) literature search, (3) data collection, (4) critical analysis of the content and (5) discussion of the results. To survey the articles in the literature, a search was carried out through access to the CAPES Journal Portal and through manual selection. Nine articles were included in the review. The main findings reveal the high levels of stress experienced by mothers of children with atypical development and the need for therapeutic interventions, family support networks and public policies to ensure ongoing psychological support for these mothers and caregivers. They also point to a lack of clinical research on this subject in Brazil.

Keywords: Cognitive-Behavioral Therapy; parental stress; atypical motherhood; family care.

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO.....	1
2. MÉTODO.....	4
3. RESULTADOS.....	6
4. DISCUSSÃO	13
5. REFERÊNCIAS.....	15

Aplicação Clínica da Terapia Cognitivo-Comportamental no Estresse Parental em Mães Atípicas: uma revisão de literatura

Segundo o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais, 5ª edição, texto revisado (DSM-5-TR) da *American Psychiatric Association* (APA, 2022/2023) são considerados transtornos do neurodesenvolvimento os Transtornos do Desenvolvimento Intelectual (DI), os Transtornos da Comunicação (TC) o Transtorno do Espectro Autista (TEA) e o Transtorno do Déficit de Atenção/Hiperatividade (TDAH).

Esses transtornos, que surgem nos primeiros anos de vida, antes mesmo da entrada na escola, afetam diferentes áreas do desenvolvimento e podem gerar desafios tanto para a criança quanto para sua família, impactando aspectos pessoais, sociais, acadêmicos e profissionais (APA, 2022/2023). Desse modo, a chegada de uma criança que apresenta transtorno do neurodesenvolvimento exige uma reorganização significativa por parte de seus cuidadores, especialmente das mães, que assumem grande parte dessa adaptação (Viana & Benicasa, 2023).

Isso, pois, a experiência materna vai além do simples fato de gerar e dar à luz, ela envolve os desafios de cuidar, educar, e ajustar às novas demandas, o que impacta profundamente as famílias. Para as mães que enfrentam a maternidade em uma situação típica, os desafios incluem equilibrar a carreira, os cuidados com os seus filhos e a busca do bem-estar da família (Kintope & de Souza Borges, 2020).

Por outro lado, a maternidade atípica é aquela vivenciada com demandas e dedicação diferenciadas e intensificadas, envolvendo desafios, dificuldades e superação diante das demandas únicas de filhos cujo desenvolvimento se difere do considerado esperado. Esse contexto exige uma reestruturação de todos os cuidadores que, na maioria das vezes, trata-se das mães, para atender as necessidades específicas das crianças, tais como a necessidade

de inclusão e acompanhamento terapêutico frequente (Viana & Benicasa, 2023; Pastorelli et al., 2024). Desse modo, a maternidade atípica refere-se a uma maternidade despadronizada e com nuances próprias (Viana & Benicasa, 2023).

A terminologia “maternidade atípica”, aqui empregada, é comumente utilizada-entre as mães que reivindicam e lutam pelos direitos de seus filhos com desenvolvimento atípico, sendo sua introdução na produção científica nacional de suma importância, uma vez que pode contribuir para produção de conhecimento científico favorecendo debates e incitando ações para soluções de políticas públicas que favoreçam a inclusão e o cuidado destas mães (Viana & Benicasa, 2023).

Minetto et al. (2012) aponta que, diante dessas demandas, muitas mães enfrentam dificuldades de organização das práticas educativas, lidam com níveis mais elevados de estresse e correm um risco maior de disfuncionalidade familiar. Porém, os autores supracitados alertam que essa não é uma regra absoluta, pois cada família vivencia esse percurso de maneira única, buscando encontrar modos de superação e adaptação.

Estudos como os de Vilanova et al. (2022) revelam que 64,7% das mães se sentem sobrecarregadas, enquanto 52,9% apresentam sobrecarga leve a moderada. Da mesma forma, Christmann et al. (2023) identificaram que 86,5% das mães avaliadas relataram vivenciar estresse, evidenciando a carga emocional que permeia a experiência de mães atípicas.

Cumprе salientar que o estresse, vivenciado pelas figuras que desempenham funções de pai e de mãe, é denominado estresse parental. Fatores que influenciam o estresse parental estão associados às características dos pais, características da criança, fatores sociais, econômicos e contextos culturais (Silva et al., 2019).

Abidin (1992, citado por Brito & Faro, 2016), foi um autor clássico na área de estudos do estresse parental por ter sido um dos primeiros a dar ênfase às cognições e crenças

dos pais como elementos fundamentais na determinação de seus comportamentos e da própria adaptação da criança. Isso, pois, apesar de haver influência de variáveis sociais, ambientais, comportamentais e desenvolvimentais, o modo como os pais pensam e avaliam os benefícios e danos de seu papel parental é o que determinará o nível de estresse parental experienciado. Porquanto, o estresse parental pode ser definido como um desequilíbrio que ocorre quando os pais avaliam que os recursos que dispõem são insuficientes para lidar com as exigências de seu compromisso com o papel parental (Skreden et al., 2012).

Essa condição torna-se ainda mais evidente quando se observa a realidade de famílias que convivem com uma pessoa com diagnóstico de TEA. A exemplo disso, uma pesquisa sobre a sobrecarga de familiares de crianças com diagnóstico de TEA mostrou que 85% dos cuidadores eram mulheres e 80% eram mães. Os resultados indicaram impactos na vida pessoal, como redução do tempo disponível, prejuízos à saúde e necessidade de mudanças nos hábitos para atender às demandas do familiar (Misquiatti et al., 2015).

Como forma de ampliar essa discussão, cumpre mencionar que Pastorelli et al. (2024) realizaram um estudo de revisão de literatura sobre estratégias de enfrentamento adotadas na maternidade atípica. Os autores supracitados apontaram o estresse e a depressão como desafios recorrentes vivenciados por essas mães. E, dentre as principais estratégias identificadas, estão o diagnóstico precoce, as intervenções terapêuticas e o fortalecimento das redes de apoio. O estudo de Pastorelli et al. (2024) também enfatizou a urgência na implementação de programas de assistência direcionados aos cuidadores, além de destacar a carência de pesquisas que contemplem as necessidades específicas dessas famílias.

Do exposto, torna-se essencial discutir abordagens terapêuticas no enfrentamento do estresse parental em mães atípicas. Conforme Lipp e Malagris (2011), a abordagem psicoterapêutica cognitivo-comportamental para o controle do stress¹ possibilita não só a

¹ Utilizou-se aqui a terminologia stress conforme adotado por Lipp e Malagris (2011).

reestruturação cognitiva, ou seja, uma forma mais realista e adaptativa de entender as situações vivenciadas, como também amplia o repertório comportamental e emocional para o manejo funcional dos estressores.

Diante disso, o presente estudo objetivou investigar a aplicação clínica da Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) na avaliação e/ou intervenção do estresse parental em mães atípicas a partir da produção científica nacional.

Método

O presente estudo é uma pesquisa de revisão de literatura do tipo integrativa, realizada de acordo com a proposta de Lemos e Ferreira (2023) que prevê cinco etapas: (1) elaboração das perguntas norteadoras, (2) busca ou amostragem da literatura; (3) coleta de dados, (4) análise crítica do conteúdo e (5) discussão dos resultados.

Etapa 1: Elaboração da pergunta norteadora

A pergunta norteadora da pesquisa investigou a relação entre dois eventos: “Como a TCC contribui na redução do estresse parental em mães atípicas?”. Essa pergunta foi estruturada nos componentes do acrônimo PICO: população, intervenção (ou exposição), comparação e desfecho (O, outcome, do inglês) (Galvão & Pereira, 2014), conforme ilustrado na Tabela 1.

Tabela 1

Descrição do PICO e Componentes da Pesquisa

Descrição	Abreviação	Componentes da Pesquisa
População	P	Mães atípicas
Intervenção	I	TCC
Comparação	C	Sem comparação
Outcome (desfecho)	O	Redução do estresse parental

Etapa 2: Busca ou amostragem da literatura

Base de dados – Para o levantamento dos artigos na literatura, foram realizadas buscas na seguinte base de dados: Portal de Periódicos da CAPES (Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior). Para complementar a busca da literatura, adotou-se a seleção manualizada percorrendo as referências dos estudos previamente selecionados.

Estratégias de busca – A estratégia de busca foi baseada em quatro descritores relacionados à maternidade (“maternidade atípica”, “estresse materno”, “estresse” e “estresse parental”) e um descritor relacionado à intervenção (“terapia cognitivo comportamental”) associados com os operadores booleano AND e OR: “maternidade atípica” OR “estresse materno” OR “estresse” OR “estresse parental” AND “terapia cognitivo comportamental”

Crítérios de seleção dos artigos – Foram incluídos na presente pesquisa artigos científicos em português que abordassem em seu título, palavras-chave ou resumo os descritores relacionados à maternidade e à intervenção previamente definidos. Como critérios de exclusão, adotou-se: trabalhos que não tratavam diretamente do tema proposto (relação entre TCC e redução do estresse parental em mães atípicas), bem como fontes com baixa confiabilidade acadêmica ou que não fossem submetidas à revisão por pares, a fim de assegurar a qualidade e a relevância do material analisado. Além disso, foram excluídos artigos teóricos e de revisão.

Etapa 3: Coleta de dados

As informações dos artigos selecionados foram organizadas em forma de planilha construída no Microsoft Excel contendo as seguintes informações: autor, ano de publicação, participantes, procedimentos empregados e principais resultados.

Etapa 4: Análise crítica do conteúdo

A análise dos dados foi realizada nas seguintes etapas: (1) análise descritiva dos dados extraídos, tendo como base a explicitação dos conteúdos relevantes aos objetivos do presente trabalho e (2) cruzamento das informações levantadas, com a finalidade de identificar e elucidar as relações convergentes e divergentes entre os autores (Lemos & Ferreira, 2023).

Etapa 5: Discussão dos resultados

A discussão dos resultados será realizada por meio da redação em texto corrido dos principais resultados levantados ao longo da pesquisa em resposta aos objetivos propostos (Lemos & Ferreira, 2023). Além de identificar possíveis lacunas do conhecimento, é possível delimitar prioridades para estudos futuros (Souza et al., 2010).

Resultados

A coleta de dados, realizada com os descritores previamente definidos na base de dados da CAPES, resultou em um total de 10 artigos. Desses, 4 atenderam aos critérios de inclusão e foram selecionados para o estudo, enquanto 6 foram excluídos, sendo 4 artigos de revisões sistemáticas de literaturas e outros 2 artigos relacionados a TCC com intervenções para pacientes oncológicos e estresse infantil, temas que não estão relacionados ao estudo em questão. Por meio da seleção manualizada foram incluídos 5 artigos adicionais.

Assim, a amostra final incluída na presente pesquisa foi composta por 9 estudos, publicados entre 2007 e 2023, em português, cujas características serão apresentadas na Tabela 2.

Tabela 2*Caracterização dos artigos selecionados*

Base de dados	Periódico	Título do artigo	Autores/ Ano
CAPES	Educar em Revista	Práticas educativas e estresse parental de pais de crianças pequenas com desenvolvimento típico e atípico	Minetto et al. (2012)
CAPES	Revista CEFAC (Current Evidence on Feeding, Audiology, and Communication)	Sobrecarga familiar e crianças com transtornos do espectro do autismo: perspectiva dos cuidadores	Misquiatti et al. (2015)
CAPES	Journal of Media Critiques	Empoderando Mães Atípicas: um estudo de campo sobre a importância da autoestima na maternidade atípica	Kintope e de Souza Borges (2020)
CAPES	Revista Gaúcha de Enfermagem	Sobrecarga de mães com filhos diagnosticados com transtorno do espectro autista: estudo de método misto	Vilanova et al. (2022)
Não se aplica	Arquivos Brasileiros de Psicologia	Estresse e auto-eficácia em mães de pessoas com autismo	Schmidt e Bosa (2007)
Não se aplica	Revista Semestral da Associação Brasileira de Psicologia Escolar e Educacional	Estresse e estilo parental materno no transtorno de déficit de atenção e hiperatividade	Bargas e Lipp (2013)
Não se aplica	Psicologia Reflexão e Crítica	Avaliação de Treino de Controle do Stress para Mães de Crianças com Transtornos do Espectro Autista	Moxotó e Malagaris (2015)
Não se aplica	Revista Psico	Autismo e mães com e sem estresse: análise da sobrecarga materna e do suporte familiar.	Faro et al. (2019)
Não se aplica	Revista Psicologia e Saúde	Estresse em Mães com Filhos Diagnosticados com Autismo	Tinoco et al. (2023)

A Tabela 3, a seguir, apresenta características das mães e famílias participantes dos estudos revisados e o número de estudos. As categorias criadas não foram excludentes, permitindo a classificação de um estudo em mais de uma categoria.

Tabela 3*Público-alvo e número de estudos*

Participantes	Características	Quantidade de estudos
Mães e/ou famílias	Maternidade atípica	9
	Maternidade típica	2
Crianças	Desenvolvimento típico	2
	TEA	7
	TDAH	1
	Deficiência intelectual	1
	Síndrome de Down	1
	Transtorno de linguagem	1
	Não especificado	1

Conforme os dados da Tabela 3, a maternidade atípica era compreendida por mães e famílias de crianças com diagnóstico de TEA, TDAH, deficiência intelectual, síndrome de Down e transtorno de linguagem, podendo ser observado nos estudos revisados uma quantidade maior de estudos com mães e famílias de crianças com diagnóstico de TEA (n = 7).

A Tabela 4 apresenta a faixa de quantidade de participantes dos estudos e a faixa etária dos participantes.

Tabela 4*Quantidade de participantes dos estudos e faixa etária*

Estudo	Autor / ano	Caracterização dos participantes	Faixa etária
1	Schmidt e Bosa (2007)	30 mães de filhos diagnosticados com TEA, da faixa de 12 a 30 anos de idade	Entre 30 e 56 anos
2	Minetto et al. (2012)	61 pais de crianças entre 3 e 6 anos de idade, tanto com desenvolvimento típico quanto com desenvolvimento atípico (deficiência intelectual e síndrome de Down)	Mais de 18 anos
3	Bargas e Lipp (2013)	25 mães e os respectivos filhos diagnosticados com TDAH, da faixa entre 7 e 13 anos	Sem informação
4	Misquiatti et al. (2015)	10 familiares de crianças com diagnóstico de TEA e 10 familiares de crianças com transtornos de linguagem, da faixa de 3 a 10 anos de idade	Entre 22 e 60 anos

Tabela 4*Quantidade de participantes dos estudos e faixa etária*

Estudo	Autor / ano	Caracterização dos participantes	Faixa etária
5	Moxotó e Malagaris (2015)	20 mães de crianças com diagnóstico de TEA, sem informação da idade dos filhos	Entre 20 e 50 anos
6	Faro et al. (2019)	30 mães de crianças com diagnóstico de TEA, de 3 a 7 anos	Sem informação
7	Kintope e de Souza Borges (2020)	Sem informação	Sem informação
8	Vilanova et al. (2022)	57 mães de filhos diagnosticados com TEA, com idade inferior a 12 anos	Acima de 18 anos
9	Tinoco et al. (2023)	77 famílias de indivíduos com diagnóstico de TEA, sem informação da idade dos filhos	Sem informação

Tal como ilustrado na Tabela 4, a população estudada nos artigos revisados abarca uma amostra diversificada quanto ao número de participantes, com no mínimo 10 e no máximo 77 participantes. Em relação à idade média das mães e/ou familiares observou-se que essa informação não é apresentada em quatro estudos. Naqueles que descreveram tal informação, constata-se uma prevalência de idades entre 18 a 60 anos. Com relação à idade das crianças, observou-se que essa informação não é apresentada em apenas dois dos estudos e que há uma maior frequência de estudos com mães e/ou familiares de crianças com até 13 anos (Minetto et al. (2012), Bargas e Lipp (2013), Misquiatti et al. (2015), Faro et al. (2019), Vilanova et al. (2022)). Apenas no estudo de Schmidt e Bosa (2007) a faixa etária dos filhos variou de 12 a 30 adultos, compreendendo filhos adolescentes e adultos.

A Tabela 5 apresenta os principais procedimentos de avaliação empregados com os participantes (mães e/ou famílias) nos estudos revisados.

Tabela 5*Procedimentos de avaliação*

Procedimentos de avaliação	Número de estudos	Citação dos estudos
Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de Lipp (ISSL)	5	Schmidt e Bosa (2007); Bargas e Lipp (2013); Moxotó e Malagaris (2015); Tinoco et al. (2023); Faro et al. (2019)
Escala de Auto-eficácia	1	Schmidt e Bosa (2007)
Inventário de Estilos Parentais de Gomide	1	Bargas e Lipp (2013)
Escala de Estresse Infantil	1	Bargas e Lipp (2013)
Análises descritivas e inferenciais	1	Minetto et al. (2012)
Escala Burden Interview	2	Misquiatti et al. (2015) e Vilanova et al. (2022)
Inventário Biosociodemográfico;	1	Faro et al. (2019)
Escala de Sobrecarga de Zarit	1	Faro et al. (2019)
Inventário de Avaliação Pediátrica de Incapacidade	1	Faro et al. (2019)
Inventário de Percepção de Suporte Familiar	1	Faro et al. (2019)

Conforme a Tabela 5, observa-se que o Inventário de Sintomas de *Stress* para Adultos de Lipp (ISSL) foi especificado em cinco dos nove estudos (Schmidt & Bosa, 2007; Bargas & Lipp, 2013; Moxotó & Malagaris, 2015; Faro et al., 2019; Tinoco et al., 2023), sendo o mais citado. O ISSL, tem por finalidade identificar de forma objetiva a ausência ou presença da sintomatologia de estresse, bem como o tipo de sintoma (se somático ou psicológico) e em qual fase se encontra (alerta, resistência, quase exaustão e exaustão) (Lipp, 2000).

A Escala *Burden Interview* foi utilizada em dois estudos, conduzidos por Misquiatti et al. (2015) e Vilanova et al. (2022), ambos com o objetivo de avaliar a sobrecarga dos cuidadores. Além disso, estudos como o de Faro et al. (2019) se destacam por utilizarem

uma combinação de instrumentos que ampliam a compreensão dos dados. Entre eles estão: o Inventário *Biossociodemográfico*, que reúne informações pessoais sobre a mãe e a criança, como renda, composição familiar e tratamentos realizados; a Escala de *Sobrecarga de Zarit*, que avalia o nível de sobrecarga emocional dos cuidadores; o Inventário de *Avaliação Pediátrica de Incapacidade* (PEDI), que descreve o desempenho funcional de crianças de seis meses a sete anos e meio; e o Inventário de *Percepção de Suporte Familiar* (IPSF), que mede o quanto a pessoa percebe sua família como fonte de apoio, considerando afetividade, adaptação e autonomia.

A Tabela 6 apresenta as principais características da aplicação clínica e os principais resultados dos estudos revisados.

Tabela 6

Estudo, características da aplicação clínica e principais resultados

Estudo	Característica da aplicação clínica	Principais resultados
1	Avaliação	A maior parte das mães (70%) apresentou altos níveis de estresse. Quanto à auto-eficácia, os movimentos estereotipados do filho, a quantidade excessiva de tempo gasto em uma atividade particular e a insistência para que as coisas sejam feitas de determinada maneira foram os comportamentos com que as mães se julgaram mais eficazes para lidar. Os comportamentos do filho que se mostraram mais difíceis para as mães lidarem foram a habilidade de troca de turnos durante conversas e a capacidade para fixar o olhar quando interagindo com parceiros.
2	Avaliação	Há diferenças na escolha de práticas educativas entre os diferentes grupos de pais e que pais de filhos com deficiência intelectual são mais estressados que pais de crianças típicas e com síndrome de Down.
3	Avaliação	Alto nível de estresse materno (estilo parental classificado como de risco); a sintomatologia do estresse materno tem relação com o subtipo de TDAH e que os sintomas de desatenção dos filhos são potencializados pelo estresse.
4	Avaliação	Não foi observada diferença estaticamente significativa na média do índice de sobrecarga do familiar cuidador de criança diagnosticada com TEA e de criança com transtorno de linguagem.
5	Intervenção	TCS-MTEA (Treino de Controle do <i>Stress</i> - Mães de crianças com TEA) foi eficaz na redução do stress das participantes.

Tabela 6*Estudo, características da aplicação clínica e principais resultados*

Estudo	Característica da aplicação clínica	Principais resultados
6	Avaliação	Mães com estresse tiveram quase o dobro de percepção de sobrecarga, enquanto as sem estresse perceberam maior suporte familiar, principalmente nos aspectos de afetividade e autonomia em relação aos familiares, como expressão e comunicação de afetos e respeito pela sua liberdade e tomadas de decisões.
7	Intervenção	Evidenciou o papel da autoestima materna como fator de proteção emocional.
8	Avaliação	64,7% das mães de crianças com diagnóstico de TEA se sentiam sobrecarregadas, com sobrecarga leve a moderada (52,9%).
9	Intervenção	Previne-se o agravamento do quadro do estresse materno, viabilizando a queda dos níveis de estresse, beneficiando o ambiente familiar.

De acordo com a Tabela 6, observa-se que seis dos estudos revisados tiveram como foco principal da aplicação clínica a avaliação (Schmidt & Bosa, 2007; Minetto et al., 2012; Bargas & Lipp, 2013; Misquiatti et al., 2015; Faro et al., 2019; Vilanova et al., 2022;), enquanto três estudos priorizaram intervenções (Moxotó & Malagaris, 2015; Kintope & de Souza Borges, 2020). Nesses estudos voltados à avaliação, foram identificados elevados níveis de estresse e sobrecarga entre mães e cuidadores de crianças com desenvolvimento atípico, especialmente com diagnóstico de TEA e TDAH. Esses trabalhos destacam dificuldades nas interações familiares, a relevância de suporte social e familiar e a carência de redes de apoio consistentes, sobretudo para mães de crianças com TEA.

Nos estudos com foco em intervenções, os resultados foram promissores. O Treinamento de Controle do Estresse (TCS) de Moxotó e Malagaris (2015), por exemplo, aplicado em mães de crianças com TEA, mostrou-se eficaz: 70% das participantes da amostra experimental deixaram de apresentar sinais de estresse, enquanto os 30% restantes apresentaram redução nos níveis. Em contrapartida, 100% do grupo controle permaneceu

com estresse elevado. Outro estudo (Kintope & de Souza Borges, 2020) evidenciou o papel da autoestima materna como fator de proteção emocional, essencial para o enfrentamento das demandas diárias impostas pela condição atípica dos filhos.

Em relação à percepção de sobrecarga, Faro et al. (2019) identificaram que mães de crianças com estresse apresentaram quase o dobro de sobrecarga, com um tamanho de efeito elevado, indicando diferenças significativas entre os grupos analisados. A comparação também revelou que a percepção de suporte familiar é geralmente maior entre as mães que não apresentam estresse, especialmente nos aspectos de autonomia e afetividade. Esses dados sugerem, portanto, que a presença de suporte familiar pode exercer um papel protetivo, contribuindo para a redução do estresse em mães atípicas.

Discussão

Este estudo de revisão cumpriu com seu objetivo de compreender o estresse parental em mães de crianças atípicas e analisar a aplicação clínica da Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) no manejo desse estresse. Ademais, a presente revisão contribui com a comunidade científica ao reunir e sistematizar estudos sobre o estresse parental na maternidade atípica.

Os estudos encontrados evidenciaram altos níveis de sobrecarga emocional vivenciados por essas mães (Schmidt & Bosa, 2007; Bargas & Lipp, 2013; Vilanova et al., 2022), reforçando a necessidade de estratégias de apoio psicológico mais estruturadas, como intervenções baseadas no Treinamento Cognitivo em Stress (Moxotó & Malagris, 2015), que se mostraram eficazes na redução desses efeitos. Além disso, autores como Tinoco et al. (2023), Kintope e de Souza Borges (2020) e Faro et al. (2019) destacam a importância

de espaços de escuta e acolhimento, apontando para a urgência de práticas terapêuticas especializadas voltadas a esse público.

No entanto, observou-se uma escassez de estudos brasileiros que investiguem diretamente os efeitos da TCC no estresse parental em mães de crianças atípicas, conforme também apontado por Brito e Faro (2016). A maioria dos trabalhos concentrou-se na avaliação do estresse e da sobrecarga emocional materna por meio de escalas padronizadas, sem aplicar ou mensurar intervenções baseadas na TCC.

Para ampliar a busca, adotou-se uma seleção manualizada que resultou na inclusão de cinco estudos adicionais. Embora não abordassem diretamente a TCC, esses estudos utilizaram instrumentos validados para mensurar os níveis de estresse em mães de crianças com desenvolvimento atípico.

Essa lacuna no cenário nacional destaca uma carência significativa na literatura, especialmente considerando que a maternidade atípica impõe desafios contínuos que vão além daqueles vivenciados na maternidade convencional. A constante necessidade de adaptação às demandas específicas de crianças com transtornos do neurodesenvolvimento contribui diretamente para o aumento do estresse materno (Misquiatti et al., 2015; Christmann et al., 2017, 2023; Vilanova et al., 2022).

Diante do exposto, conclui-se que faz necessário novas investigações que explorem de forma mais aprofundada a eficácia da TCC no suporte à saúde mental dessas mães. Investir em práticas clínicas fundamentadas cientificamente pode contribuir significativamente para a qualidade de vida das famílias e para o desenvolvimento saudável das crianças. É urgente, ainda, garantir que políticas públicas efetivas assegurem os direitos constitucionais de crianças atípicas e suas cuidadoras, pois a falta de acesso a esses recursos não apenas sobrecarrega as mães elevando níveis de estresse e isolamento social, mas compromete o cuidado integral dessas famílias (Gutierrez et al., 2024).

Nunes et al. (2021) explicam que compreender a qualidade de vida das famílias exige superar a perspectiva centrada apenas nas demandas individuais de seus membros, considerando a família como uma unidade legítima de atenção e intervenção. Essa visão amplia o olhar para as necessidades coletivas, permitindo a construção de estratégias que promovam o bem-estar familiar de forma integrada.

Nesse sentido, legitimar o cuidado da família como um todo é fundamental, pois reconhece que o suporte, o afeto e a corresponsabilidade entre os membros impactam diretamente a saúde emocional e a funcionalidade do grupo, fortalecendo vínculos e favorecendo a qualidade de vida coletiva. Espera-se, assim, que profissionais da psicologia e da saúde mental considerem a inserção da TCC nos planos de cuidado voltados a mães que enfrentam tais desafios, promovendo intervenções mais eficazes, sensíveis e humanizadas.

Referências

- American Psychiatric Association. (2023). *Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5-TR* (5ª ed., texto rev.). Artmed.
- Alves, J. S., Gameiro, A. C. P., & Biazzi, P. H. G. (2022). Estresse, depressão e ansiedade em mães de autistas: Revisão nacional. *Revista Psicopedagogia*, 39(120), 412-424.
- Bargas, J. A., & Lipp, M. E. N.. (2013). Estresse e estilo parental materno no transtorno de déficit de atenção e hiperatividade. *Psicologia Escolar E Educacional*, 17(2), 205–213. <https://doi.org/10.1590/S1413-85572013000200002>
- Brito, A., & Faro, A. (2016). Estresse parental: Revisão sistemática de estudos empíricos. *Psicologia pesquisa*, Juiz de Fora, 10(1), 64-75.
- Christmann, Michele, Marques, Mariana Amaro de Andrade, Rocha, Marina Monzani da, & Carreiro, Luiz Renato Rodrigues. (2017). Estresse materno e necessidade de cuidado dos filhos com TEA na perspectiva das mães. *Cadernos de Pós-Graduação em Distúrbios do Desenvolvimento*, 17(2), 8-17. <https://doi.org/10.5935/cadernosdisturbios.v17n2p8-17>
- Christmann, M., Barreto, A. F., Alckmin-Carvalho, F., & da Rocha, M. M. (2023). Estresse, apoio social, crenças e práticas parentais de mães de crianças autistas. *Revista Portuguesa de Investigação Comportamental e Social*, 9(2), 1-19.
- de Lemos, L. H. A., & da Silva Ferreira, T. A. (2023). Revisões Integrativas em Psicologia: Modelos, definições e características. *Mudanças*, 31(1), 77-86.
- Faro, K. C. A., Santos, R. B., Bosa, C. A., Wagner, A., & Silva, S. S. da C. (2019). Autismo e mães com e sem estresse: análise da sobrecarga materna e do suporte familiar. *Psico*, 50(2), e30080. <https://doi.org/10.15448/1980-8623.2019.2.30080>

- Galvão, T. F., & Pereira, M. G.. (2014). Revisões sistemáticas da literatura: passos para sua elaboração. *Epidemiologia E Serviços De Saúde*, 23(1), 183–184. <https://doi.org/10.5123/S1679-49742014000100018>
- Gutierrez, D. M. D., da Rocha, K. L. S., & dos Santos, L. S. (2024). Vivências atípicas: experiências de mães de crianças com autismo (Brasil). *Revista Educação e Humanidades*, 5(01), 138-157.
- Kintope, L. O., & de Souza Borges, R. (2020). Empoderando mães atípicas: um estudo de campo sobre a importância da autoestima na maternidade atípica. *Journal of Media Critiques*, 6(18), 21-36.
- Lipp, M. E. N. (2000). Manual do inventário de sintomas de stress para adultos de Lipp. São Paulo, SP: Casa do Psicólogo.
- Lipp, M. E. N., & Malagris, L. E. (2001). O stress emocional e seu tratamento. *Psicoterapias cognitivo-comportamentais: um diálogo com a psiquiatria*, 475-490.
- Moxotó, G. D. F. A., & Malagris, L. E. N. (2015). Avaliação de treino de controle do stress para mães de crianças com transtornos do espectro autista. *Psicologia: reflexão e crítica*, 28, 772-779.
- Minetto, M. de F., Crepaldi, M. A., Bigras, M., & Moreira, L. C.. (2012). Práticas educativas e estresse parental de pais de crianças pequenas com desenvolvimento típico e atípico. *Educar Em Revista*, (43), 117–132. <https://doi.org/10.1590/S0104-40602012000100009>
- Misquiatti, A. R. N, Brito, M. C., Ferreira, F. T. S., & Assumpção Junior, F. B. (2015). Sobrecarga familiar e crianças com transtornos do espectro do autismo: Perspectiva dos cuidadores. *Revista CEFAC*, 17(1), 192-200.

- Pastorelli, S. D. O. S., de Sousa Viana, C. T., & Benicasa, M. G. (2024). Maternidade Atípica: Caracterização do Sofrimento e seus Enfrentamentos. *Revista Acadêmica Online*, 10(50), 1-21.
- Schmidt, Carlo, & Bosa, Cleonice. (2007). Estresse e auto-eficácia em mães de pessoas com autismo. *Arquivos Brasileiros de Psicologia*, 59(2), 179-191.
- Silva, Í. D. C. P. D., Cunha, K. D. C., Ramos, E. M. L. S., Pontes, F. A. R., & Silva, S. S. D. C. (2019). Estresse parental em famílias pobres. *Psicologia em Estudo*, 24, e40285.
- Souza, MTD, Silva, MDD, & Carvalho, RD (2010). Revisão integrativa: o que é e como fazer. *Einstein* (8), 102-106.
- Skreden M, Skari H, Malt UF et al. (2012). Estresse parental e bem-estar emocional em mães e pais de crianças em idade pré-escolar. *Revista Escandinava de Saúde Pública*. 40(7):596-604. <https://doi.org/10.1177/1403494812460347>
- Tinoco, V. C., Dornela, T. T., Castro, G. G. de ., & Peres, T. S. . (2023). Estresse em Mães com Filhos Diagnosticados com Autismo. *Revista Psicologia E Saúde*, 14(4), 35–42. <https://doi.org/10.20435/pssa.v14i4.2023>
- Viana, C. T. S., & Benincasa, M. (2023). Maternidade atípica: Termo e conceito. *Revista Acadêmica Online*., 9(46), 1-13. <https://doi.org/10.36238/2359-5787.2023.035>
- Vilanova, J. R. S., Carneiro, C. T., Rocha, K. N. D. S., Brito, M. D. A., Rocha, R. C., Costa, A. D. C., & Bezerra, M. A. R. (2022). Sobrecarga de mães com filhos diagnosticados com transtorno do espectro autista: estudo de método misto. *Revista Gaúcha de Enfermagem*, 43, e20210077.