

## ENTRE O CUIDADO E O ESGOTAMENTO: DESAFIOS EMOCIONAIS DOS PAIS DE CRIANÇAS ATÍPICAS

Emilly Menezes Leite<sup>1</sup>  
Maria Eduarda Gonçalves Sousa<sup>2</sup>  
Maria Iala Mota Vieira<sup>3</sup>  
Elaine Soares Costa<sup>4</sup>  
Anne Lívia Cavalcante Mota<sup>5</sup>

**INTRODUÇÃO:** O Estado Emocional, tem base primordial dentro do comportamento do indivíduo. Logo, relacionando aos desafios emocionais dos pais de crianças atípicas, observa-se a necessidade de um cuidado em como são organizados o as emoções desses responsáveis. Bem como, os sentimentos que são sensações corporais de propriedade humana. (Skinner, 1974). Logo, o relacionamento entre pais e filhos tem base fundamental nisso, já que o primeiro contato da criança é com os pais e a partir disso vai sendo construído vínculos e trocas socioafetivas desde os primeiros anos de vida.**OBJETIVO:**Relatar os principais desafios emocionais vivenciados por pais de crianças atípicas, analisando como o cuidado contínuo influencia na saúde mental, na dinâmica familiar e na qualidade de vida desses cuidadores. **METODOLOGIA:** trata-se de um relato de vivências de natureza qualitativa e descritiva, fundamentada em pesquisas realizadas pelos discentes do curso, que buscaram compreender os desafios emocionais enfrentados por pais de crianças atípicas. Para isso, foram analisadas as realidades de conhecidos e pessoas do convívio dos próprios pesquisadores, identificando relatos e percepções sobre o impacto emocional, social e psicológico decorrente do cuidado contínuo. As informações coletadas foram comparadas com referenciais teóricos da literatura científica, a fim de compreender os fatores que contribuem para o esgotamento emocional e para a construção de estratégias de enfrentamento e resiliência familiar.**RESULTADOS:** A análise das vivências relatadas evidenciou que os pais de

---

<sup>1</sup> Discente do curso de Psicologia da Faculdade Princesa do Oeste – FPO. Crateús/CE. E-mail: [emilly.menezes@alu.fpo.edu.br](mailto:emilly.menezes@alu.fpo.edu.br)

<sup>2</sup>Discente do curso de Enfermagem da Faculdade Princesa do Oeste – FPO. Crateús/CE. E-mail: [eduarda.goncalves@alu.fpo.edu.br](mailto:eduarda.goncalves@alu.fpo.edu.br)

<sup>3</sup> Discente do curso de Enfermagem da Faculdade Princesa do Oeste – FPO. Crateús/CE. Email: [iala.mota@alu.fpo.edu.br](mailto:iala.mota@alu.fpo.edu.br)

<sup>4</sup> Discente do curso de Psicologia da Faculdade Princesa do Oeste – FPO. Crateús/CE. Email: [elaine.soares@alu.fpo.edu.br](mailto:elaine.soares@alu.fpo.edu.br)

<sup>5</sup> Enfermeira. Mestre em Cuidados clínicos de enfermagem e saúde. Docente da da Faculdade Princesa do Oeste – FPO. Crateús/CE. Email:[anne.livia@fpo.edu.br](mailto:anne.livia@fpo.edu.br)

crianças atípicas enfrentam uma série de desafios emocionais relacionados, principalmente, à sobrecarga física e mental decorrente do cuidado contínuo. Entre os sentimentos mais frequentes relatados estiveram o medo, a insegurança, a frustração e a culpa. Muitos responsáveis revelaram sentir-se despreparados para lidar com as demandas específicas de seus filhos, o que acarreta altos níveis de estresse e esgotamento emocional. **DISCUSSÃO:** Segundo apontam Bosa (2019) e Silva e Martins (2022), há elevado nível de sofrimento psíquico e sobrecarga emocional entre pais de crianças atípicas, ao discutirem os efeitos do cuidado prolongado sobre a saúde mental parental. Com isso, existe uma ambivalência entre amor e exaustão, em que o ato de cuidar representa simultaneamente realização e desgaste (Trindade & Nunes, 2020). A ausência de suporte institucional e social agrava o esgotamento, evidenciando a urgência de políticas públicas e intervenções psicológicas voltadas à promoção da resiliência e do bem-estar desses cuidadores. **CONSIDERAÇÕES FINAIS:** Uma rede de apoio multiprofissional consolidada se faz indispensável para que as ações de promoção, prevenção e acompanhamento voltadas às famílias de crianças atípicas sejam efetivas. Cada profissional exerce um papel fundamental — desde o suporte psicológico, terapêutico e social até a orientação e fortalecimento dos cuidadores. Assim, conclui-se que o cuidado com a criança atípica não se limita às suas demandas clínicas, mas abrange também a saúde emocional dos pais, que enfrentam o constante desafio entre o amor e o esgotamento. As equipes multiprofissionais, portanto, são essenciais para garantir um atendimento humanizado, contínuo e inclusivo, promovendo não apenas o desenvolvimento da criança, mas também o bem-estar integral de toda a família.

**PALAVRAS-CHAVE:** Esgotamento parental. Saúde mental. Sobrecarga emocional. Crianças atípicas.

## Referências

BOSA, Cleonice Alves. *Cuidadores de crianças com transtorno do espectro autista: desafios e implicações para a saúde mental*. Porto Alegre: Artmed, 2019.

SILVA, Mariana de Andrade; MARTINS, João Paulo. *Parentalidade e saúde mental: impactos do cuidado de crianças com deficiência no bem-estar psicológico dos cuidadores*. *Revista Brasileira de Psicologia da Saúde*, v. 14, n. 2, p. 45–58, 2022.

TRINDADE, Larissa Gomes; NUNES, Carla Ferreira. *Entre o amor e o esgotamento: o cuidar como ambivalência emocional na parentalidade atípica*. *Revista Psicologia em Foco*, v. 12, n. 1, p. 77–89, 2020.

PEREIRA, Lorena David et al . Dificuldades de mães e de pais no relacionamento com crianças com transtorno do espectro autista. *Contextos Clínic*, São Leopoldo , v. 11, n. 3, p. 351-360, dez. 2018 .