

RESUMO EXPANDIDO - SAÚDE DO TRABALHADOR DE ENFERMAGEM:
REFERE-SE AO CAMPO QUE ESTUDA E INTERVÉM NAS RELAÇÕES
ENTRE O PROCESSO DE TRABALHO DA ENFERMAGEM E O PROCESSO
SAÚDE-DOENÇA DE SEUS PROFISSIONAIS, BEM COMO DA RELAÇÃO
DESTE COM O OBJETO DO CUIDADO EM DIVERSOS CAMPOS DE
ATUAÇÃO. CONSIDERANDO A EXPOSIÇÃO CONTÍNUA A DIVERSAS
CARGAS DE TRABALHO (BIOLÓGICAS, ERGONÔMICAS, QUÍMICAS,
FÍSICAS E PSICOSSOCIAIS), O CONCEITO Foca NA PREVENÇÃO DE
ACIDENTES E DOENÇAS OCUPACIONAIS. ISSO INCLUI DESDE LESÕES
POR ESFORÇOS REPETITIVOS (LER/DORT) E ACIDENTES COM MATERIAL
BIOLÓGICO, ATÉ O ESTRESSE E A SÍNDROME DE BURNOUT, AGRAVADOS
POR LONGAS JORNADAS E FALTA DE RECURSOS. AÇÕES QUE
PROMOVAM UM AMBIENTE DE TRABALHO SEGURO, SAUDÁVEL E
HUMANIZADO, GARANTINDO O BEM-ESTAR FÍSICO E MENTAL DA
CATEGORIA PARA QUE POSSAM PRESTAR UM CUIDADO DE QUALIDADE.

SOBRECARGA DE TRABALHO E IMPACTOS NA SAÚDE MENTAL DE CUIDADORES FAMILIARES DE CRIANÇAS ATÍPICAS

Géssica Sousa Teixeira (gessicateixeira0105@gmail.com)

Israel Coutinho Sampaio Lima (israel.coutinho.sampaio@gmail.com)

INTRODUÇÃO

A presença de crianças atípicas no contexto familiar, especialmente aquelas com condições crônicas ou transtornos do neurodesenvolvimento, promove mudanças importantes na convivência familiar, exigindo dos cuidadores maior dedicação e adaptação às novas demandas. O processo de adoecimento ou diagnóstico impacta não apenas o indivíduo, mas também seus familiares, que passam a vivenciar alterações no cotidiano e nos papéis desempenhados dentro da família (Garbelini et al., 2022).

Nesse contexto, os cuidadores familiares assumem a responsabilidade pelo cuidado, muitas vezes sem preparo adequado ou suporte, planejando suas rotinas e negligenciando suas próprias necessidades. A função de cuidar abrange diversas responsabilidades que ultrapassam as tarefas diárias, podendo causar sobrecarga física, emocional e social. Essa sobrecarga está relacionada às exigências do cuidado e às mudanças na rotina dos cuidadores, além de contribuir para o aparecimento de problemas físicos e psicológicos. Quando não existem estratégias de enfrentamento eficientes, o estresse gerado pelo cuidado constante pode causar danos à saúde mental dos cuidadores (Santos et al., 2022).

No caso de crianças com deficiência ou transtornos do desenvolvimento, os cuidadores familiares têm um papel fundamental na garantia do bem-estar e na execução das tarefas diárias dessas crianças. Entretanto, as demandas desse cuidado, aliadas à falta de suporte social e institucional, podem afetar negativamente a saúde física e mental desses cuidadores, contribuindo para o surgimento de impactos na saúde mental (Foresti; Hodecker; Bousfield, 2022).

Além disso, no caso específico de crianças com Transtorno do Espectro Autista (TEA), os cuidadores enfrentam desafios ainda mais intensos, relacionados às dificuldades de comunicação, interação social e comportamento dessas crianças, o que exige maior envolvimento e adaptação constante. Estudos apontam que esses cuidadores apresentam níveis elevados de sobrecarga e maior risco para o adoecimento mental quando comparados à população geral (Rodrigues; Soares, 2024).

Portanto, a sobrecarga de cuidados, associada às demandas constantes e à ausência de suporte adequado, torna os cuidadores familiares de crianças com necessidades especiais mais propensos a efeitos prejudiciais na saúde mental. Deste modo, entender essa conexão é fundamental para criar estratégias de suporte e melhorar a saúde dessas pessoas. Nesse sentido, o presente estudo tem como questão norteadora: como ocorrem os impactos na saúde mental de cuidadores familiares de crianças atípicas em relação à sobrecarga do cuidado?

OBJETIVO

Descrever os impactos na saúde mental de cuidadores familiares de crianças atípicas em relação à sobrecarga do cuidado.

MÉTODO

Trata-se de um estudo de revisão de literatura do tipo narrativa, que segundo (Ogassavara et al., 2025), este tipo de método busca o desenvolvimento descritivo e interpretativo do fenômeno investigado, com base em arcabouço literário disponível, na forma de delineamento experimental teórico simples.

O estudo também se caracteriza como de abordagem descritiva e exploratória, o qual busca descrever as características de determinado fenômeno e proporcionar maior familiaridade com o problema, possibilitando seu aprofundamento. O estudo, em seu caráter investigativo, buscou dados já publicados nas bases de dados online: Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e Scientific Electronic Library Online (SciELO).

Foram selecionados artigos publicados entre os anos de 2022 a 2025, em língua portuguesa, com acesso livre, que abordassem a temática da sobrecarga de trabalho e seus impactos na saúde mental de cuidadores familiares de crianças atípicas.

O processo metodológico seguiu as seguintes etapas: estruturação e planejamento; leitura e análise dos materiais; e, por último, o relato e síntese dos conteúdos. Por se tratar de um estudo bibliográfico, não houve necessidade de submissão ao comitê de ética, visto que os dados utilizados são de domínio público.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os estudos revisados apontam que o cuidado de crianças atípicas no âmbito familiar e escolar traz muitos desafios para os cuidadores, sobretudo para as mães, que são as principais responsáveis (Moreira et al., 2023). A intensidade dessa dedicação, frequentemente sem o devido suporte, resulta em sobrecarga física e emocional, o que afeta diretamente o cotidiano familiar (Garbelini et al., 2022). Por outro lado, o monitoramento das questões escolares e das necessidades particulares dessas crianças torna o cuidado ainda mais exigente.

A sobrecarga está diretamente ligada a danos à saúde mental dos cuidadores. A literatura indica que há ansiedade, depressão, estresse elevado, exaustão, fadiga e sono perturbado (Foresti; Hodecker; Bousfield, 2022). Observa-se, ainda, que grande parte dos cuidadores apresenta sobrecarga moderada a severa, o que compromete de maneira significativa a qualidade de vida desses indivíduos (Garbelini et al., 2022).

Fatores socioeconômicos agravam esse cenário, como baixa renda e necessidade de abandono das atividades laborais para se dedicar ao cuidado, aumentando a vulnerabilidade social (Moreira et al., 2023). A ausência de uma rede de apoio favorece o isolamento social e o sofrimento mental dos cuidadores, o que torna mais difícil lidar com as exigências diárias (Foresti; Hodecker; Bousfield, 2022). Neste cenário, destaca-se a

importância do desenvolvimento de habilidades sociais educativas parentais como estratégia para melhorar as interações familiares e o manejo dos comportamentos das crianças. Além disso, a ampliação do envolvimento paterno e a implementação de intervenções voltadas ao fortalecimento das práticas parentais positivas mostram-se fundamentais para promover um

ambiente familiar mais equilibrado e favorecer o bem-estar dos cuidadores e das crianças (Rodrigues; Soares, 2024).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Conclui-se que o cuidado de crianças atípicas pode gerar sobrecarga significativa, afetando a saúde mental dos cuidadores, principalmente quando há falta de apoio e concentração das responsabilidades. Diante disso, é essencial fortalecer as habilidades dos cuidadores e incentivar a participação familiar, a fim de reduzir a sobrecarga e promover melhor qualidade de vida para todos.

REFERÊNCIAS

Moreira, Martha Cristina Nunes et al. Depressão, ansiedade, estresse e apoio social: estudo transversal com cuidadores de crianças com deficiência visual no Rio de Janeiro, Brasil – Views-QoL Study. Cadernos de Saúde Pública, Rio de Janeiro, v. 39, n. 11, e00247622, 2023. Disponível em:

<https://share.google/u9hGXJ5xbsjUnzx3V>. Acesso em: 30 abr. 2026.

Garbelini, Adriana; Santos, Patricia; Côbo, Viviane; SCORSOLINI-COMIN, Fabio. Associações entre funcionamento familiar, sobrecarga e saúde mental em cuidadores. Revista Psicologia, Saúde & Doenças, Lisboa, v. 23, n. 1, p. 319-330, 2022. Disponível em: <https://www.scielo.pt/pdf/psd/v23n1/1645-0086-psd-23-01-319.pdf>. Acesso em: 30 abr. 2026.

Foresti, Taimara et al. O cuidado na Perspectiva de familiares de pessoas com deficiência: revisão integrativa. Estudos de Psicologia (Natal), [S. l.], v. 26, n. 4, p. 392-403, 2022. DOI: 10.22491/1678 4669.20210037. Disponível em:

<https://submissionpepsic.scielo.br/index.php/epsic/article/view/22434>. Acesso em: 30 abr. 2026.

Rodrigues, Eduardo Soares Damasco; Soares, Adriana Benevides. Habilidades sociais educativas em mães e pais de crianças com diagnóstico de TEA. SciELO Preprints, 2024. DOI: 10.1590/SciELOPreprints.10529. Disponível em: <https://preprints.scielo.org/index.php/scielo/preprint/view/10529>. Acesso em: 30 abr. 2026.

Ogassavara, Dante et al. Trilhas metodológicas para revisão narrativa: orientações pragmáticas para sua elaboração. Revista Ensino & Pesquisa, v. 23,

n. 3, 2025. Doi: <https://doi.org/10.33871/23594381.2025.23.3.10317>. Disponível em: <https://periodicos.unespar.edu.br/ensinoepesquisa/article/view/10317>. Acesso em: 30 abr. 2026.

Palavras-chave: autismo infantil; cuidados de enfermagem; saúde mental.