

PLANTÃO PSICOLÓGICO COMO APOIO PARA CUIDADORES DE CRIANÇAS E JOVENS COM TRANSTORNO DO ESPECTRO AUTISTA

Geziany Aparecida Oliveira, Jacqueline Loana Massi Custódio, Ritiely de Mello Santos, Fernanda Sobreira Cossate Burock

Faculdade de Filosofia, Ciências e Letras de Alegre – FAFIA/Colegiado de Psicologia, Rua Belo Amorim, 100, Centro - 29500-000 - Alegre – ES, Brasil, gezianyoliveira95@gmail.com, jackmassi83@gmail.com, ritymellos@gmail.com, fernandacossate@gmail.com

Resumo

Este artigo apresenta um relato de experiência de um projeto de extensão desenvolvido por discentes da FAFIA, em parceria com uma associação de mães atípicas. O objetivo foi oferecer escuta qualificada, acolhimento emocional e suporte psicológico a mães, avós e demais responsáveis por crianças com Transtorno do Espectro Autista (TEA), por meio da modalidade de plantão psicológico. A metodologia envolveu atendimentos pontuais, registrados em diário de campo, com supervisão institucional e análise qualitativa do material. Entre as temáticas mais recorrentes, destacaram-se sobrecarga emocional, isolamento social, fragilidade da rede de apoio e sofrimento psíquico intenso. Apesar da proposta inicial de acolhimentos únicos, observou-se a recorrência de participantes ao serviço, sinalizando tanto a construção de vínculo quanto a necessidade de continuidade do cuidado. Conclui-se que o plantão psicológico configura-se como um espaço potente de acolhimento e fortalecimento emocional para aqueles que, muitas vezes em solidão, sustentam cotidianamente os cuidados de infâncias atípicas.

Palavras-chave: Plantão psicológico. Transtorno do Espectro Autista. Saúde mental. Extensão universitária.

Área do Conhecimento: Ciências Humanas – Psicologia.

Introdução

O Transtorno do Espectro Autista (TEA) é um transtorno do neurodesenvolvimento caracterizado por dificuldades de interação social ou comunicação e presença de interesses restritos ou comportamentos repetitivos. Segundo o Centro de Controle e Prevenção de Doenças (CDC, 2025), a rede de Monitoramento de Autismo e Disfunções Cognitivas (ADDM) dos Estados Unidos tem divulgado estimativas bienais sobre a prevalência do TEA em crianças de 8 anos desde 2000, evidenciando um aumento significativo: de um caso para cada 150 crianças há duas décadas para um a cada 36 em 2020. No Brasil, apesar da escassez de levantamentos, o Censo Demográfico do IBGE (2022) indica que 2,4 milhões de pessoas possuem diagnóstico de TEA, representando 1,2% da população, o que reforça a urgência de ampliar políticas públicas e práticas de cuidado voltadas não apenas às crianças autistas, mas também às famílias que sustentam esse cuidado.

O diagnóstico de autismo exige um processo de adaptação contínuo, que implica compreender as necessidades da criança e realizar ajustes constantes no ambiente familiar e social. Essa realidade tem impacto direto nos cuidadores, especialmente nas mães, que apresentam níveis de ansiedade e depressão superiores à média populacional (Bosa, 2006; Moreira *et al.*, 2023). Além das exigências inerentes ao cuidado, essas mulheres enfrentam dificuldades conjugais, abandono afetivo, medo do futuro dos filhos e solidão, configurando um quadro de vulnerabilidade emocional.

Vale *et al.* (2025) apontam que o poder público e a sociedade ainda reproduzem resquícios de uma cultura machista e patriarcal, o que contribui para invisibilizar o papel das mães cuidadoras. O cuidado com o outro é frequentemente visto como um “dom feminino”, naturalizando essa função e limitando seu reconhecimento social. Essa concepção faz com que muitas mulheres decidam dedicar uma maior porcentagem do seu tempo ao ambiente doméstico, sem apoio emocional de familiares ou de políticas públicas. É por essa razão que, apesar de todo o núcleo familiar estar sujeito a estigma,

A Ciência do NANO e seu impacto transformador no MACRO

discriminação e agravamento de problemas de saúde física e mental, a maior parte das demandas de suporte emocional e cuidados surge das mulheres.

Diante do pouco suporte às instituições familiares, o plantão psicológico se configura como um recurso clínico importante para atender urgências emocionais, especialmente em contextos institucionais ou de vulnerabilidade social, sem pretensão de resolver de forma definitiva a crise, mas de acolher e compreender o indivíduo no momento presente (Rebouças; Dutra, 2010; Mahfoud, 1987). Nessa perspectiva, o presente artigo relata a experiência de um projeto de extensão universitária desenvolvido por discentes do curso de Psicologia da Faculdade de Filosofia Ciências e Letras de Alegre (FAFIA), em parceria com a Associação de mães atípicas, cujo objetivo principal foi oferecer atendimento psicológico emergencial e acolhedor a familiares de crianças com TEA, promovendo suporte emocional, escuta qualificada e fortalecimento subjetivo.

Metodologia

Trata-se de um relato de experiência vinculado a um projeto de extensão universitária desenvolvido por discentes do curso de Psicologia da FAFIA, em parceria com a Associação de mães atípicas, cuja identidade será preservada para manter a privacidade das usuárias. O objetivo do projeto foi oferecer plantões psicológicos a familiares de crianças com Transtorno do Espectro Autista (TEA), com ênfase no acolhimento emocional e na escuta qualificada.

Para dar início ao projeto, este foi protocolado no colegiado de psicologia da FAFIA, seguindo as normas estabelecidas pela faculdade no que tange os projetos extensionistas. Após aprovação do trabalho realizou-se um encontro com as mães de crianças com autismo, com o objetivo de apresentar o funcionamento do projeto e esclarecer qualquer tipo de dúvida relacionado ao mesmo. Essa etapa inicial buscou favorecer a adesão consciente, acolher inseguranças e garantir o entendimento da proposta por parte das participantes.

Os atendimentos tiveram início em novembro de 2024, com uma pausa durante o recesso de fim de ano, sendo retomados em março de 2025 e finalizados, nesta primeira etapa, no final de junho do mesmo ano. Ao todo, foram realizados 24 encontros presenciais, sendo nove no ano de 2024 e quinze em 2025. Os encontros ocorreram em espaço adequado segundo as normas e foram realizadas por estagiárias do curso de Psicologia, que iniciaram a atuação no 8º período e a concluíram no 9º, sempre sob supervisão de uma psicóloga docente da instituição.

Ao longo dos meses em que o projeto foi realizado, aproximadamente vinte usuários foram atendidos, todos possuindo vínculo direto de cuidado com crianças autistas. Todas as sessões foram ofertadas de forma aberta e gratuita, tendo duração média de 60 minutos.

Para fundamentar teoricamente a proposta, foi realizada uma pesquisa bibliográfica com foco nas principais demandas psicossociais vivenciadas por cuidadores de pessoas autistas. Esse levantamento orientou a construção dos atendimentos e contribuiu para a sensibilização das extensionistas quanto às práticas de escuta e às possibilidades de intervenção clínica no contexto específico do plantão psicológico.

Resultados

A realização dos plantões psicológicos possibilitou identificar o sofrimento psíquico vivenciado por mães, pais e avós responsáveis pelo cuidado direto de crianças com Transtorno do Espectro Autista (TEA), destacando questões como sobrecarga emocional e a fragilidade de uma rede de apoio efetiva. Observou-se que os cuidadores eram majoritariamente mulheres, correspondendo a 95% do total de atendidos. Esses cuidadores enfrentam desafios que vão além do cuidado cotidiano com a criança, incluindo conflitos conjugais, baixa autoestima, isolamento social, dificuldades financeiras e sentimentos de incerteza quanto à própria competência parental.

Embora uma apresentação coletiva inicial tenha sido realizada com os usuários da associação, o plantão psicológico, por ser uma experiência inédita para a maioria das participantes, gerou certa resistência quanto à adesão ao serviço. No entanto, ao longo dos meses, o sigilo assegurado, aliado à criação de um espaço acolhedor e confiável, favoreceu o engajamento dos usuários e incentivou

A Ciência do NANO e seu impacto transformador no MACRO

buscas e retornos espontâneos. Assim, apesar de o projeto estar fundamentado na proposta de acolhimentos pontuais, aproximadamente 68% das participantes retornaram em mais de um dia e horário, estabelecendo vínculos consistentes com as extensionistas.

Foi possível observar uma transformação gradual na postura dos participantes: muitas, inicialmente inibidas ou pouco acostumadas a falar sobre si mesmas, passaram a expressar suas emoções com mais liberdade e autenticidade. O reconhecimento de que aquele espaço era voltado para suas vivências e não apenas para o diagnóstico dos filhos, gerou alívio, sensação de pertencimento e fortalecimento emocional.

A prática extensionista também revelou a escassez de serviços destinados aos cuidadores e a invisibilidade de seus sofrimentos. Embora existam algumas políticas públicas que dão assistência a esses familiares, os plantões evidenciaram uma rede de apoio fragilizada e demandas que extrapolam o esgotamento físico. Foram frequentes os relatos de abandono afetivo, solidão materna, medo em relação ao futuro dos filhos e negligência institucional.

O contato direto com essa realidade permitiu às estagiárias expandir sua escuta clínica, compreender a complexidade do cuidado cotidiano de famílias atípicas e reconhecer a potência das intervenções breves. A experiência fomentou reflexões importantes sobre o papel social da Psicologia e reforçou a urgência de políticas públicas voltadas não apenas à criança com TEA, mas também aos familiares que sustentam essa jornada.

Por fim, o projeto contribuiu de forma significativa para a formação ética, técnica e sensível das futuras psicólogas, fortalecendo o vínculo entre universidade e comunidade.

Discussão

Os resultados deste estudo evidenciam que cuidadores de crianças com Transtorno do Espectro Autista (TEA) estão sujeitos a elevados níveis de estresse e sobrecarga emocional (Oliveira; Lucena; Duarte, 2024). A demanda de cuidado necessária a essas crianças, aliada às mudanças na rotina de hábitos familiares, gastos financeiros, relações sociais e profissionais, pode ser percebida como eventos estressores significativos, acarretando sobrecarga física e emocional nos cuidadores (Bosa, 2001). Estudos indicam que pais de crianças com TEA apresentam maior comprometimento da saúde emocional em comparação a outros grupos, devido às características do transtorno, como baixa interação social e dificuldades de relacionamento, que frequentemente resultam em problemas comportamentais e exigem atenção constante e prolongada (Kiquio; Gomes, 2019).

Dessa forma, o estresse parental pode ser compreendido como um desequilíbrio desadaptativo, que ocorre quando o cuidador percebe que os recursos disponíveis são insuficientes para atender às demandas do papel parental (Park; Walton-Moss, 2012). Além disso, fatores psicossociais, como a vergonha e o julgamento de terceiros, frequentemente internalizados pelos pais, contribuem significativamente para sentimento de culpa, estresse, ansiedade e sintomas depressivos (Neff; Faso, 2014). Essa convergência de fatores indica que a vivência do cuidado de crianças com TEA implica não apenas esforços físicos e cognitivos, mas também desafios emocionais e sociais complexos, os quais impactam diretamente a qualidade de vida dos cuidadores, conforme evidenciado nos atendimentos realizados nos plantões.

Outro ponto relevante apontado pela realização do projeto de extensão foi a predominância feminina no papel de cuidadora de crianças com TEA. Segundo Vale *et al.* (2025), historicamente, a figura feminina sempre esteve associada ao cuidado, entendido como o ato de oferecer afeto, proteção e dedicação aos membros do grupo familiar. Nesse contexto, a maternidade atípica frequentemente é romantizada, sendo vista como um papel de “guerreira” ou “escolhida” divinamente para cuidar do filho com deficiência, o que intensifica a sobrecarga das cuidadoras, impondo-lhes múltiplas responsabilidades, angústia frente aos estigmas e dificuldades das crianças, além do acesso limitado a serviços médicos e terapêuticos.

Por se tratar de uma modalidade inédita, o plantão psicológico resultou inicialmente em certa resistência por parte das participantes. Esse fenômeno pode ser compreendido considerando que mães de crianças autistas frequentemente enfrentam barreiras significativas para buscar apoio psicológico, decorrentes de uma combinação de desafios emocionais, sociais e práticos (Vale *et al.* 2025). Além disso, fatores socioeconômicos, como dependência financeira e acesso limitado a serviços de saúde mental, agravam os problemas enfrentados e frequentemente contribuem para o

A Ciência do NANO e seu impacto transformador no MACRO

isolamento social dessas cuidadoras (Moreira *et al.*, 2023). Apesar dessas dificuldades, observou-se que muitas participantes retornaram ao plantão em mais de uma ocasião, estabelecendo vínculos consistentes com as extensionistas. Este retorno evidencia que, mesmo em face da resistência inicial, a criação de um espaço acolhedor e sensível às necessidades das famílias favorece a adesão ao serviço e a construção de confiança, elementos centrais para a efetividade de intervenções psicossociais em contextos comunitários (Rebouças; Dutra, 2010).

A transformação gradual observada na postura das participantes pode ser compreendida como resultado do estabelecimento de um espaço psicossocial acolhedor, que permitiu a expressão de emoções reprimidas e a reflexão sobre suas próprias experiências. Esse movimento não apenas evidencia o fortalecimento emocional, mas também se alinha à abordagem centrada na pessoa, de Carl Rogers, segundo a qual a empatia, a aceitação incondicional e a escuta ativa favorecem mudanças subjetivas significativas (Rogers, 1957). Assim, ao perceberem que o atendimento valorizava suas vivências individuais e todas suas demandas enquanto partes de uma sociedade, as cuidadoras foram capazes de ressignificar suas experiências de cuidado, reduzindo sentimentos de sobrecarga e promovendo maior senso de pertencimento. Esse processo indica que intervenções pontuais, quando conduzidas de maneira sensível e respeitosa, podem ter efeitos duradouros sobre o bem-estar psicológico dos cuidadores (Maynard *et al.*, 2014).

Apesar do aumento da atenção à saúde de crianças com TEA, os resultados do projeto de extensão evidenciam a existência de uma lacuna significativa nos serviços destinados aos cuidadores. Como lembra Silva (2024), embora programas como o Benefício de Prestação Continuada (BPC) estejam disponíveis, seu acesso exige esforços burocráticos adicionais das famílias, aumentando o impacto emocional. Além disso, estudos observam que, embora o TEA seja oficialmente reconhecido como deficiência, o enquadramento do transtorno na área de saúde mental dificulta o acesso aos benefícios, ressaltando tanto a ausência de políticas públicas adequadas quanto os desafios de implementação das existentes.

Diante dessas limitações nos serviços formais, redes de apoio social e cuidado psicológico têm se mostrado centrais na mitigação do estresse materno. Estudos indicam que mães com redes de apoio eficazes apresentam menores níveis de estresse e ansiedade (Leoni, Jabali, Rodrigues, 2020; Sales *et al.*, 2022). Faro *et al.* (2019) também reforçam essa perspectiva, observando que o suporte consistente da rede correlaciona-se com redução significativa do estresse materno, evidenciando a importância de estratégias de apoio que complementem políticas públicas insuficientes.

Nesse contexto, torna-se urgente o planejamento e a criação de políticas públicas voltadas à saúde mental dos cuidadores, especialmente das mulheres/mães, que assumem a maior carga de tarefas e responsabilidades no cuidado diário (Silva, 2024). Iniciativas como o plantão psicológico desenvolvido pelo projeto de extensão com a associação de mães de crianças com autismo demonstram a relevância de espaços de acolhimento e orientação, contribuindo para a redução do estresse e para o fortalecimento das estratégias de enfrentamento desses cuidadores.

Conclusão

O plantão psicológico desenvolvido na associação demonstrou a relevância da extensão universitária como espaço de aproximação entre a faculdade e a realidade das famílias de crianças, adolescentes e jovens com Transtorno do Espectro Autista (TEA). O projeto possibilitou observar e compreender as demandas emocionais, sociais e relacionais desse público, oferecendo um espaço seguro de escuta, acolhimento e reflexão que favoreceu o fortalecimento da expressão emocional, do pertencimento e da autonomia das participantes.

Para as extensionistas, o projeto proporcionou experiências significativas em escuta clínica, acolhimento, ética profissional e sensibilidade às demandas emocionais de famílias de crianças e adolescentes atípicas. A vivência permitiu compreender a complexidade das sobrecargas enfrentadas pelos cuidadores, reforçando a importância de estratégias de cuidado psicológico voltadas às necessidades deste grupo.

O projeto se mostrou relevante para a comunidade ao oferecer um espaço de acolhimento, fortalecendo vínculos e promovendo o bem-estar. Embora os dados apresentados se refiram ao período até junho de 2025, o projeto de plantão segue sendo realizado ao longo do segundo semestre, permitindo a continuidade do atendimento e o fortalecimento de parcerias institucionais.

Dessa forma, a experiência evidencia que investimentos em atenção psicossocial a famílias de pessoas com TEA são fundamentais, gerando impactos positivos e promovendo aprendizado enriquecedor para futuras psicólogas, uma vez que se pode ampliar as perspectivas profissionais ao mesmo tempo em que reforça o papel da faculdade como agente transformador na comunidade.

Referências

BOSA, C. As relações entre autismo, comportamento social e função executiva. **Psicologia: Reflexão e Crítica**, online, vol.14, n.2, p.281-287, 2001. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0102-79722001000200004>. Acesso em: 13 ago. 2025.

BOSA, C. Autismo: intervenções psicoeducacionais. **Brazilian Journal of Psychiatry**, v. 28, p. s47–s53, maio 2006. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbp/a/FPHKndGWRRYPFvQTcBwGHNN/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 08 ago. 2025.

CENTERS FOR DISEASE CONTROL AND PREVENTION. Prevalence and Early Identification of Autism Spectrum Disorder Among Children Aged 4 and 8 Years — Autism and Developmental Disabilities Monitoring Network, 16 Sites, United States, 2022. **MMWR. Surveillance Summaries**, v. 74, n. 2, 17 abr. 2025. Disponível em: <https://www.cdc.gov/mmwr/volumes/74/ss/ss7402a1.htm>. Acesso em: 07 ago. 2025.

FARO, K. C. A. *et al.* Autismo e mães com e sem estresse: análise da sobrecarga materna e do suporte familiar. **Psico**, [S. l.], v. 50, n. 2, p. e30080, 2019.

IBGE. Siqueira, Breno. **Censo 2022 identifica 2,4 milhões de pessoas diagnosticadas com autismo no Brasil**. Disponível em: <https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-noticias/2012-agencia-de-noticias/noticias/43464-censo-2022-identifica-2-4-milhoes-de-pessoas-diagnosticadas-com-autismo-no-brasil>. Acesso em: 07 ago. 2025.

KIQUIO, T.; GOMES, K. O Estresse familiar de crianças com transtorno do espectro do autismo. **Revista de iniciação científica UNESC**, vol.16, n.1, p.1-12, 2018. Disponível em: www.periodicos-capes-gov-br. Acesso em: 13 ago 2025.

LEONI, P. H. T.; JABALI, M. B. F. C.; RODRIGUES, A. A. Adaptação familiar ao diagnóstico de Transtorno do Espectro Autista: uma compreensão da vivência de famílias. **Revista Interdisciplinar de Saúde e Educação**, v. 1, n. 2, p. 21-40, 2020.

LOPES, V. A. F. S. O estresse de pais e cuidadores de crianças com transtorno do espectro do autismo: uma revisão da literatura nacional. **Monografia, Faculdade de Filosofia e Ciências Humanas, Universidade Federal de Minas Gerais**, Belo Horizonte, 2020.

MAHFOUD, M. (1987). A Vivência de um Desafio: plantão psicológico. Em R. L. Rosenberg (Org.), **Aconselhamento Psicológico Centrado na Pessoa** (p. 75-83). São Paulo: EPU.

MAYNART, W. H. da C. *et al.* A escuta qualificada e o acolhimento na atenção psicossocial. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 27, n. 4, p. 300-304, 2014. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/apel/a/GbQ3nnHqHpPTSzm8JX4Jdqf/?lang=pt>. Acesso em: 13 ago 2025.

MOREIRA, A. L. C. S.; LOPES, K. Z. S.; DE PAULO, R. F. A. N. Avaliação dos níveis de ansiedade e depressão em mães de crianças com TEA (Transtorno do Espectro Autista) e seus fatores associados. **Research, Society and Development**, v. 12, n. 10, p. e38121043422-e38121043422, 2023. Disponível em: <https://rsdjournal.org/rsd/article/view/43422>. Acesso em: 12 ago. 2025.

NEFF, K.; FASO, D. Self-Compassion and Well-Being in Parents of Children with Autism. **Original Paper**. New York, 2014. Disponível em: www.periodicos-capes-gov-br. Acesso em: 13 ago 2025.

A Ciência do NANO e seu impacto transformador no MACRO

NOBRE, D. D. S.; SOUZA, A. M. D. Vivências de pais e/ou cuidadores de crianças com autismo em um serviço de plantão psicológico. **Revista Baiana de Enfermagem**. 2018.

PARK, H.; WALTON-MOSS, B. Parenting style, parenting stress, and children's healthrelated behaviors. **Journal of Develop mental & Behaviorall Pediatrics**, Vol.33, p. 495-503. 2012.

REBOUÇAS, M. S. S.; DUTRA, E. Plantão psicológico: uma prática clínica da contemporaneidade. **Revista da Abordagem Gestáltica: Phenomenological Studies**, v. 16, n. 1, p. 19-28, 2010.

ROGERS, C. **Terapia Centrada no Cliente**. Lisboa: Edual, 2004.(obra original publicada em 1951).

SALES, E.; MEIRELLES, L.; DE ANDRADE, R.; SILVA, É. L.; SILVA JÚNIOR, E. Investigação sobre a síndrome de Burnout em cuidadores de crianças e adolescentes com Transtorno do Espectro Autista. **Concilium**, [S.l.], v. 22, n. 7, p. 333–345, 2022.

SILVA, M. N. V. **Cuidado, Suporte e Atenção Psicossocial a Mães de Crianças/Adolescentes com Transtorno do Espectro Autista: Um Ensaio Teórico-Reflexivo**. Trabalho de Conclusão de Curso — Graduação de Psicologia da Universidade LaSalle - UNILASALLE. Rio Grande do Sul, p. 18, 2024.

VALE, M. de S.; *et al.* O Cuidar Solitário: Desafios Enfrentados por Mães Cuidadoras de Crianças Com Deficiência e Transtornos do Neurodesenvolvimento. **Revista Foco**, [S. l.], v. 18, n. 6, p. e8897, 2025. DOI: 10.54751/revistafoco.v18n6-112. Disponível em: <https://ojs.focopublicacoes.com.br/foco/article/view/8897>. Acesso em: 12 ago. 2025.