






# Educação em saúde e estratégias de promoção do autocuidado para mães de crianças com deficiência em um centro de reabilitação: um relato de experiência

*Health education and self-care promotion strategies for mothers of children with special needs in a rehabilitation center: an experience report*

Submetido em: 11/11/2025 | Aceito em: 27/01/2026 | Publicado em: 07/02/2026

Lucas Almeida de Andrade<sup>1</sup> , Paula Gonçalves Rodrigues<sup>1</sup> , Ana Paula Pontes Moneda<sup>1</sup> , Carla Paula Silveira<sup>1</sup> , Isabela Mie Takeshita<sup>1</sup> 

<sup>1</sup>Faculdade Ciências Médicas de Minas Gerais, Belo Horizonte, MG - Brasil  
E-mail: [lucasrlb248@gmail.com](mailto:lucasrlb248@gmail.com)

Declaração de conflito de interesses: Não há conflito de interesses

## RESUMO

**Introdução:** O cuidado contínuo exigido por crianças com deficiência impacta significativamente a dinâmica familiar, recaindo, em grande parte, sobre as mães, que frequentemente negligenciam o próprio bem-estar. Nesse contexto, ações extensionistas em educação em saúde configuram-se como estratégias relevantes para a promoção do autocuidado materno. **Objetivo:** Descrever a experiência de acadêmicos da área da saúde na implementação de atividades voltadas ao autocuidado das mães e cuidadoras de crianças com deficiência, no projeto "Cuide-se para Cuidar", com o ensino sobre a importância do autocuidado, promovendo momentos de bem-estar e troca de experiências. **Relato de Experiência:** A experiência ocorreu por meio de quatro encontros em uma instituição filantrópica de reabilitação, localizada em Belo Horizonte/MG, nos quais foram aplicadas estratégias como escuta qualificada, técnicas de relaxamento, educação em saúde e atividades expressivas, organizadas de forma progressiva a partir das demandas identificadas. **Considerações finais:** As ações favoreceram o fortalecimento de vínculos, a troca de experiências e a ampliação da compreensão sobre o autocuidado, além de contribuir para a formação acadêmica, ao evidenciar a importância de abordagens interdisciplinares e humanizadas no cuidado às famílias de crianças com deficiência.

**Palavras-chave:** Autocuidado; Crianças com Deficiência; Educação em Saúde.

## ABSTRACT

**Introduction:** The continuous care required by children with disabilities significantly impacts family dynamics, largely falling on mothers, who often neglect their own well-being. In this context, health education outreach activities are relevant strategies for promoting maternal self-care. **Objective:** To describe the experience of health science students in implementing activities focused on the self-care of mothers and caregivers of children with special needs, within the "Take Care of Yourself to Care for Others" project, teaching about the importance of self-care, promoting moments of well-being, and sharing experiences. **Experience Report:** The experience took place through four meetings at a philanthropic rehabilitation institution located in Belo Horizonte/MG, in which strategies such as active listening, relaxation techniques, health education, and expressive activities were applied, progressively organized based on identified needs. **Final considerations:** The activities fostered stronger bonds, the exchange of experiences, and a broader understanding of self-care, in addition to contributing to academic training by highlighting the importance of interdisciplinary and humanized approaches in caring for families of children with disabilities.

**Keywords:** Self-Care; Children with Disability; Health Education.

---

## INTRODUÇÃO

Crianças com deficiências são aquelas que apresentam uma ou mais condições físicas, de desenvolvimento, comportamentais ou emocionais e que requerem cuidados específicos, contínuos e prolongados, excedendo as demandas comuns da infância.<sup>1</sup>

O nascimento de uma criança com essas características impõem desafios significativos à dinâmica familiar, especialmente para as mães, que, na maioria das vezes, assumem a função principal nos cuidados. Essa realidade exige adaptações emocionais, sociais e econômicas, impactando diretamente sua qualidade de vida e bem-estar.<sup>2</sup> Além disso, os custos financeiros costumam ser elevados e, dependendo das limitações da criança, essa necessidade de assistência parental pode se estender por toda a vida.<sup>3</sup>

Desde a descoberta da condição, essas mães enfrentam um longo processo de aceitação e ajustes, frequentemente acompanhado por sentimentos de medo, angústia e incerteza quanto ao futuro dos filhos.<sup>4</sup> As vivências dessas mulheres são marcadas por desafios que ultrapassam a esfera individual, afetando suas interações sociais, relações familiares e aspirações pessoais. O preconceito e a falta de suporte adequado contribuem para o isolamento social, agravando a sobrecarga emocional e psicológica. Essa presença constante na vida dos filhos se reflete tanto nas atividades diárias, como alimentação e higiene, quanto em momentos de lazer, como viagens, nas quais a falta de acessibilidade dificulta a locomoção e estadia de pessoas com necessidades especiais.<sup>3,4</sup> A ausência de uma rede de apoio eficaz intensifica essas dificuldades, tornando essencial a implementação de estratégias que promovam o cuidado integral, tanto das crianças quanto das mães.<sup>5</sup>

Nesse contexto, a educação em saúde se destaca como um instrumento fundamental para promover o autocuidado materno, permitindo que essas mulheres adquiram competências para gerenciar sua saúde física e emocional sem comprometer a atenção aos filhos. Intervenções realizadas em centros de reabilitação, como a formação de grupos de apoio, o acesso a informações

sobre saúde mental e a implementação de estratégias de enfrentamento, podem contribuir significativamente para a melhoria da qualidade de vida dessas mães.<sup>6</sup>

As intervenções realizadas em centros de reabilitação têm mostrado um impacto significativo na qualidade de vida das mães de crianças com transtornos do neurodesenvolvimento, especialmente quando incluem a formação de grupos de apoio.<sup>3,4,5</sup> Esses grupos não apenas proporcionam um espaço de acolhimento emocional, mas também servem como plataforma para o compartilhamento de informações e estratégias eficazes de cuidado. A troca de experiências entre as mães facilita a construção de uma rede de apoio, que pode ser decisiva para o enfrentamento das dificuldades diárias.<sup>6</sup>

Nesse contexto, aulas de respiração para auxiliar em momentos de ansiedade e atividades artísticas são exemplos de intervenções realizadas em centros de reabilitação que têm se mostrado eficazes na promoção do bem-estar e da qualidade de vida de mães de crianças com deficiência. As práticas de respiração e relaxamento auxiliam no alívio do estresse e da ansiedade, permitindo que essas mulheres desenvolvam maior consciência corporal e emocional, favorecendo o autocuidado.<sup>7</sup> Já as atividades artísticas, como pintura, colagem e modelagem, funcionam como canais alternativos de expressão emocional, possibilitando a ressignificação de vivências difíceis e a liberação de sentimentos reprimidos. Essas intervenções, ao serem integradas de forma cuidadosa e sensível, proporcionam momentos de escuta, acolhimento e reconstrução subjetiva, fortalecendo emocionalmente essas mulheres e contribuindo para que enfrentem os desafios do cuidado com mais equilíbrio e suporte.<sup>6,7</sup>

Esse apoio mútuo fortalece a resiliência emocional e melhora a capacidade dessas mães de lidar com os desafios do cuidado, resultando em um bem-estar geral mais equilibrado e positivo. A construção de vínculos com outras mães que compartilham vivências semelhantes cria um ambiente no qual as emoções podem ser expressas sem medo de julgamento, o que é essencial para o processo de cura e adaptação.<sup>7</sup>

O presente trabalho tem como objetivo descrever a experiência de acadêmicos dos cursos de medicina e enfermagem na implementação de atividades de autocuidado para cuidadoras de crianças com deficiência num centro de reabilitação filantrópico de Belo Horizonte/MG.

## RELATO DE EXPERIÊNCIA

Por meio do projeto de extensão “Cuide-se para Cuidar”, três acadêmicos da área da saúde, sendo dois do curso de Medicina e um do curso de Enfermagem, realizaram atividades voltadas ao autocuidado de mães e cuidadoras de crianças com deficiência. As ações foram desenvolvidas em uma instituição filantrópica localizada em Belo Horizonte/MG, a qual possui duas unidades no município, sendo as intervenções realizadas na unidade situada no bairro Planalto. A instituição oferece atendimentos a preços sociais destinados a crianças e adolescentes com deficiência, em um espaço físico amplo e estruturado, contemplando serviços nas áreas de psicologia, fisioterapia, terapia ocupacional, fonoaudiologia e nutrição, configurando-se como um importante dispositivo de cuidado integral e apoio às famílias atendidas.

As instalações da unidade foram apresentadas pela responsável da instituição. O espaço contava com consultórios destinados à terapia ocupacional, fisioterapia e psicologia, sendo que cada sala possuía sua própria recepção, o que dificultava a permanência conjunta das mães em um único ambiente.

Entre os meses de setembro e novembro de 2024, foram realizadas quatro visitas, cada uma com um objetivo específico. Na primeira visita, o foco principal foi o reconhecimento da instituição e a identificação do perfil das mães atendidas, com o intuito de compreender suas histórias de vida e levantar possíveis demandas para os encontros subsequentes. A partir dessas informações iniciais, buscou-se planejar atividades mais individualizadas e adequadas à realidade de cada participante.

Com base nos desafios encontrados, especialmente quanto à limitação de tempo e ao fluxo descentralizado das mães nos atendimentos, foi necessário desenvolver habilidades de flexibilidade, escuta ativa e adaptação do planejamento inicial. A cada visita, aprendizados distintos marcaram a trajetória dos extensionistas. Em média, participaram dos encontros entre quatro a seis mães/cuidadoras, com atividades de curta duração, variando de 10 a 30 minutos por intervenção. Foram elaborados materiais visuais lúdicos para apoio às dinâmicas, elementos que se mostraram fundamentais para que os estudantes se desenvolvessem tanto no aspecto técnico quanto no relacional, compreendendo que cuidar de quem cuida exige não apenas conhecimento, mas também sensibilidade e respeito à realidade vivida por cada mulher.

A primeira atividade teve como foco uma abordagem individual com cada mãe presente na sala de espera do setor de psicologia. Cada uma foi atendida separadamente pelo grupo de acadêmicos, que se apresentou e explicou os objetivos do projeto de extensão e das ações planejadas. Durante o diálogo, foram coletadas informações como nome, idade, número e idade dos filhos, existência de diagnóstico prévio, forma como receberam a notícia do diagnóstico, tempo de vínculo com a instituição, se eram as principais responsáveis pelos cuidados, rede de apoio disponível, ocupações profissionais, formas de autocuidado e temas que gostariam que fossem abordados nos próximos encontros.

Através dessas perguntas, direcionadas à compreensão da trajetória individual de cada mãe, foi possível obter um entendimento mais claro daquela realidade. Isso permitiu identificar as reais necessidades das participantes e selecionar as atividades mais apropriadas para serem desenvolvidas no contexto da instituição para os encontros subsequentes.

Diante da recorrente menção ao estresse e à falta de tempo para si como uma das principais demandas identificadas no primeiro encontro, a 2ª ação teve o objetivo de ensinar técnicas e estratégias simples, rápidas e viáveis de serem incorporadas à rotina diária. A proposta visava não apenas à redução do estresse, mas também à promoção do autocuidado, proporcionando às participantes momentos de bem-estar, relaxamento e reconexão consigo mesmas. As técnicas de relaxamento incluíram exercícios de respiração guiada, uso de aromaterapia e alongamentos leves. Para a realização da atividade, uma sala da instituição foi preparada de forma a garantir um ambiente reservado, acolhedor e propício ao conforto das participantes. As mães presentes na unidade foram convidadas a participar da ação e demonstraram boa adesão, conforme a Figura 1.

**Figura 1.** Participação das mães durante a atividade de relaxamento.



Fonte: Acervo dos autores.

A atividade teve início com uma breve explicação sobre a importância da aplicação das técnicas no cotidiano, destacando seus benefícios para a saúde mental e física, bem como a relevância de reservar momentos voltados ao cuidado de si mesmas. Durante a prática, foi utilizada música relaxante de fundo, e um dos acadêmicos conduziu a sessão, fornecendo instruções verbais enquanto as mães, de olhos fechados, seguiam os comandos. Entre as técnicas propostas, destacaram-se exercícios de respiração, como inspiração profunda em cinco segundos e expiração em sete segundos. Simultaneamente, foi utilizada aromaterapia com óleo essencial de lavanda em um difusor de ambiente, além da realização de alongamentos simples.

Ao final da sessão, as participantes relataram sentir-se significativamente mais relaxadas. Algumas expressaram emoção durante a atividade e todas afirmaram nunca terem vivenciado experiências semelhantes anteriormente. Foi possível perceber o quanto se sentiram acolhidas e gratas por receberem atenção voltada diretamente a elas, e não apenas aos filhos, o que reforça a importância de iniciativas que promovam o cuidado integral às cuidadoras.

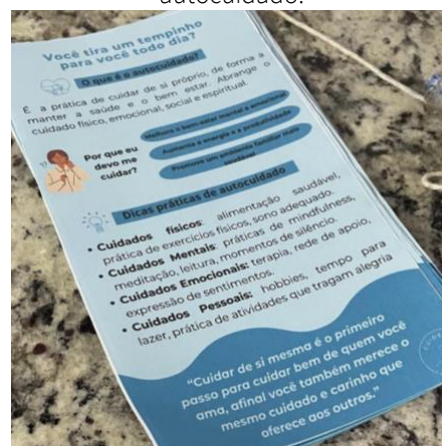
No decorrer da atividade, os acadêmicos puderam desenvolver importantes habilidades, como a comunicação clara e empática ao explicarem a relevância das técnicas de relaxamento de forma acessível e acolhedora, além da condução de práticas guiadas, exercitando a capacidade de orientar os exercícios de respiração, alongamentos leves e relaxamento com calma e segurança. Também foi possível aprimorar o trabalho em equipe, por meio da organização conjunta do espaço, da divisão de funções e do apoio mútuo durante a realização da ação. Somado a isso, destacou-se a promoção de vínculo e acolhimento com as participantes, fortalecendo a escuta sensível e a empatia, aspectos fundamentais para a construção de uma prática em saúde centrada no cuidado integral.

O objetivo do terceiro encontro foi aprofundar a temática do autocuidado e ressaltar a importância de sua incorporação no cotidiano das cuidadoras. Para isso, foi elaborada uma cartilha informativa, demonstrada na Figura 2, que abordava o conceito de autocuidado, sua relevância e as diversas formas de praticá-lo. As cartilhas funcionaram como um recurso visual e didático, proporcionando uma introdução clara e acessível ao tema.

Ao chegarem à instituição, os acadêmicos notaram uma mudança significativa no ambiente: as mães demonstravam maior proximidade entre si, com algumas sentadas em grupo e socializando, comportamento que não havia sido observado nos encontros anteriores. Essa aproximação favoreceu uma abordagem coletiva, promovendo uma troca mais rica de experiências durante a apresentação e discussão da cartilha.

Observou-se, neste encontro, que as mães estavam mais à vontade e seguras, fruto do vínculo construído ao longo dos encontros anteriores. Esse ambiente de confiança permitiu que compartilhassem, com maior abertura, aspectos de suas trajetórias de vida, incluindo as dificuldades enfrentadas no dia a dia em decorrência das condições de saúde e limitações de seus filhos. Muitas relataram sentimentos de sobrecarga relacionados às múltiplas responsabilidades domésticas, aos cuidados constantes com os filhos e à ausência de uma rede de apoio.

Figura 2. Cartilha informativa sobre autocuidado.



Fonte: Acervo dos autores.

Foi possível perceber, nos relatos, momentos de alívio ao expressarem suas vivências, bem como alegria ao identificarem, nas falas umas das outras, pontos em comum. O reconhecimento de que não estavam sozinhas em suas experiências trouxe conforto e reforçou a importância do espaço de escuta coletiva. Esse momento foi extremamente enriquecedor para os acadêmicos, pois possibilitou uma compreensão mais profunda da realidade dessas mulheres, cuja atenção muitas vezes é invisibilizada diante do foco direcionado exclusivamente às crianças com deficiência.

O retorno sobre a cartilha foi bastante positivo. Muitas mães relataram não saber que o autocuidado também envolve cuidados pessoais e com a aparência, atenção à saúde mental, manutenção de vínculos sociais e construção de uma rede de apoio. Inicialmente, ao serem questionadas sobre o tema, a maioria associava o autocuidado apenas à prática de atividades físicas. Ao final do encontro, algumas cartilhas foram deixadas na recepção da instituição, com o objetivo de alcançar outras mães que frequentam a unidade em dias diferentes, ampliando o acesso às informações e à proposta do projeto.

Durante a realização do terceiro encontro, os acadêmicos puderam desenvolver diferentes habilidades fundamentais à prática em saúde. Destacou-se a capacidade de comunicação didática e adaptada ao elaborar e apresentar a cartilha de forma clara e acessível, favorecendo a compreensão do conteúdo pelas participantes. Também foi exercitada a escuta ativa e sensível, ao acolherem os relatos das mães com atenção e respeito, o que contribuiu para a criação de um ambiente de confiança e fortalecimento de vínculos. Além disso, os acadêmicos aprimoraram o trabalho em equipe, tanto na preparação do material quanto na condução coletiva da atividade, e ampliaram sua habilidade de mediação de grupos, estimulando a troca de experiências e o compartilhamento de vivências entre as cuidadoras.

Na quarta e última visita, foi promovido um momento de confraternização com a realização de um lanche coletivo, que contou com café, suco, bolo e biscoitos, como forma de proporcionar um ambiente de descontração e de expressar gratidão pela participação das mães ao longo do projeto. Paralelamente, foi realizada uma oficina de arte com a confecção de marcadores de página, atividade que contou com a participação das crianças, criando um momento de interação entre mães e filhos.

Diferentemente dos encontros anteriores, esta visita teve como proposta principal a valorização da convivência e o encerramento simbólico das atividades desenvolvidas, aliando o cuidado individual ao fortalecimento dos vínculos familiares e comunitários. O ambiente foi cuidadosamente preparado para ser acolhedor, permitindo que as crianças também participassem e contribuíssem para a construção de um espaço de integração afetiva e emocional.

**Figura 3.** Produção dos marcados personalizados.



Fonte: Acervo dos autores.

Durante a oficina, cada dupla, formada por mãe e filho, foi convidada a criar um marcador de página personalizado, como demonstrado na Figura 3. Para isso, os acadêmicos disponibilizaram materiais como cartolina, canetas coloridas, lápis e giz de cera, incentivando a criatividade e a expressão artística dos participantes. A atividade foi pensada como uma estratégia de relaxamento e conexão, possibilitando que mães e filhos compartilhassem ideias, memórias e afetos

durante o processo de criação. Os marcadores confeccionados tornaram-se lembranças simbólicas daquele momento de cumplicidade e união.

A dinâmica foi recebida com entusiasmo tanto pelas mães quanto pelas crianças, gerando um ambiente leve, afetuoso e de significativa interação. A participação espontânea de mães que não haviam comparecido aos encontros anteriores também foi notável, demonstrando o impacto positivo da ação e o fortalecimento do sentimento de pertencimento ao grupo.

A mudança na relação entre as mães, bem como entre elas e os acadêmicos, foi claramente perceptível ao longo do projeto. No último encontro, todas se mostraram mais descontraídas, engajadas e à vontade para compartilhar vivências e construir laços. Ao final da atividade, foi entregue a cada mãe uma mensagem de despedida em nome do projeto “Cuide-se para Cuidar”, reforçando a importância do autocuidado e da valorização dos momentos de bem-estar pessoal como fundamentais para a saúde emocional e o fortalecimento dos vínculos familiares.

A atividade foi amplamente bem recebida, demonstrando-se um recurso eficaz para o fortalecimento dos laços afetivos e para a criação de um ambiente acolhedor, no qual as mães puderam interagir de maneira significativa entre si e com seus filhos.

## REFLEXÕES TEÓRICAS

A atuação interprofissional em projetos de extensão voltados ao cuidado de populações vulnerabilizadas tem se mostrado uma estratégia potente para a formação em saúde. O envolvimento de acadêmicos de Medicina e Enfermagem no projeto “Cuide-se para Cuidar” permitiu uma experiência prática que dialoga com os princípios da educação interprofissional, promovendo colaboração entre diferentes saberes e favorecendo a integralidade do cuidado prestado a mães de crianças com deficiência, o que ressalta os benefícios do trabalho colaborativo em contextos de reabilitação.<sup>1,3</sup>

O perfil das participantes, majoritariamente composto por mulheres que assumem sozinhas os cuidados com os filhos, evidencia a sobrecarga materna, muitas vezes agravada pela ausência de uma rede de apoio eficiente. Essa realidade é confirmada por estudos que mostram como mães de crianças com deficiência enfrentam altos níveis de estresse, solidão e esgotamento físico e emocional, sendo a presença de suporte social um fator decisivo para a redução dessa carga e a promoção da qualidade de vida.<sup>8,9</sup>

A escuta ativa e a abordagem individualizadas possibilitaram um acolhimento mais efetivo das demandas subjetivas dessas mulheres, favorecendo intervenções centradas em suas reais necessidades. Essa postura humanizada e empática promoveu um espaço seguro para a expressão de sentimentos muitas vezes silenciados, permitindo que as participantes se sentissem valorizadas e compreendidas em sua singularidade. Além disso, práticas baseadas na escuta qualificada e na personalização do cuidado fortalecem o vínculo entre profissionais e usuárias, ampliando a adesão às ações de promoção da saúde e contribuindo para o bem-estar emocional das cuidadoras de crianças com deficiência.<sup>10,11</sup>

Nesse contexto, práticas integrativas e complementares, como o relaxamento guiado, os exercícios respiratórios e o uso da aromaterapia, revelam-se recursos eficazes para a redução de sintomas de estresse, ansiedade e tensão muscular, promovendo sensação de calma, equilíbrio e autocontrole. Tais estratégias, quando inseridas em ambientes de reabilitação, favorecem não apenas o alívio físico e mental, mas também o desenvolvimento da consciência corporal e

emocional dessas mulheres, permitindo que se reconectem consigo mesmas e ressignifiquem o cuidado de forma mais leve e equilibrada. Aliado a essa situação, ao vivenciarem momentos de pausa e acolhimento, às mães experimentam o fortalecimento de sua autoestima e de seu senso de pertencimento, elementos fundamentais para a promoção do autocuidado e para a construção de uma rede de apoio solidária e sustentável.<sup>12</sup>

A introdução do tema do autocuidado por meio de uma cartilha educativa reforçou a importância da educação em saúde como ferramenta transformadora. Nesse contexto, mães que têm acesso a informações sobre saúde mental e estratégias de enfrentamento demonstram maior capacidade de lidar com os desafios do cuidado, apresentando menor índice de exaustão emocional e melhor qualidade de vida.<sup>13,14</sup> No presente projeto, observou-se a ressignificação do conceito de autocuidado entre as participantes, que passaram a compreendê-lo de forma ampliada, englobando saúde mental, estética, lazer e relações sociais.

A construção de vínculos interpessoais entre as mães ao longo dos encontros promoveu uma rede espontânea de apoio, cuja importância é amplamente reconhecida. Diante desse cenário, o pertencimento a grupos de apoio contribui para a redução do sofrimento psíquico e aumenta a resiliência emocional de mães cuidadoras.<sup>15</sup> Essa rede também reforça o sentimento de valorização individual e coletiva, o que foi percebido no presente projeto por meio da crescente espontaneidade e engajamento das participantes nas atividades.<sup>16</sup>

Por fim, do ponto de vista formativo, o envolvimento dos acadêmicos gerou importantes aprendizados relacionados à empatia, escuta qualificada e adaptação às realidades vivenciadas pelas participantes. A vivência prática em contextos de vulnerabilidade é fundamental para a construção de competências humanas e éticas na formação em saúde, especialmente no que diz respeito ao cuidado centrado na pessoa.<sup>17</sup>

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

As ações desenvolvidas no projeto “Cuide-se para Cuidar” evidenciaram a relevância de ações voltadas ao autocuidado de mães de crianças com deficiência de saúde, particularmente no contexto de instituições de reabilitação. A experiência vivenciada e relatada no projeto, demonstrou que estratégias simples, quando pautadas na escuta qualificada, na empatia e na valorização das vivências individuais, podem gerar impactos significativos no bem-estar emocional das cuidadoras de crianças com deficiência, frequentemente negligenciado diante das demandas intensas do cuidado.

A criação de espaços de acolhimento e troca de experiências favoreceu a construção de uma rede de apoio mútua entre as mães, fortalecendo vínculos e reduzindo sentimentos de solidão e sobrecarga. Ao mesmo tempo, possibilitou que as mães ressignificassem o conceito de autocuidado, compreendendo-o de forma mais ampla e integrativa, incluindo aspectos emocionais e relacionais.

Além dos benefícios gerados às participantes, o projeto contribuiu significativamente para a formação de estudantes da área da saúde, ao proporcionar vivências práticas que ampliaram a sensibilidade social e o compromisso ético com populações em situação de vulnerabilidade. O contato direto com as complexidades que envolvem o cuidado materno em contextos de deficiência reforçou a importância de uma atuação profissional centrada no sujeito, atenta às dimensões humanas que atravessam o processo de cuidar.

Portanto, destaca-se que as iniciativas descritas neste artigo representam uma importante contribuição para o fortalecimento de políticas públicas voltadas à saúde materna e ao cuidado integral de crianças com deficiência. A continuidade e o aprimoramento dessas ações, em articulação com os serviços de saúde e a comunidade, mostram-se fundamentais para a construção de práticas mais inclusivas e transformadoras no campo da atenção à saúde e para formação dos futuros profissionais de saúde.

## REFERÊNCIAS

1. Fonseca SC, Carvalho-Freitas M. N, Alves B. A. (2020). Investigação com mães de pessoas com deficiência intelectual: a redução da sobrecarga como um projeto de vida. *Revista Educação Especial*, 33, 1-21. Disponível em: <https://doi.org/10.5902/1984686X40373>. Acesso em: 07 fev. 2025
2. Crisostomo KN, Grossi FR da S, Souza R dos S. As representações sociais da maternidade para mães de filhos(as) com deficiência. *Revista Psicologia Saúde* 2019;11(3):79-96. Disponível em: <https://pepsic.bvsalud.org/pdf/rpsaude/v11n3/v11n3a06.pdf>. Acesso em: 07 fev. 2025.
3. Pascalicchio ML, Alcântara KCG de M, Pegoraro LFL. Vivências maternas e autismo: os primeiros indicadores de TEA e a relação mãe e filho. *Estilos da Clínica* 2021;26(3):548-65. Disponível em: <https://doi.org/10.11606/issn.1981-1624.v26i3p548-565>. Acesso em: 09 fev. 2025.
4. Monhol PP, Gonçalves A, Silva R, Oliveira T, Santos M, Almeida J, et al. Children with autistic spectrum disorder: perception and experience of families. *Research, Society and Development* 2021;31(2):224-35. Disponível em: <https://doi.org/10.36311/jhgd.v31.12224>. Acesso em: 09 fev. 2025.
5. Fruhling MT de C, Bravo DS, Gomes MFP, Santos MS, Valverde VRL, Fracolli LA. Qualidade de vida de mães de crianças com deficiências físicas e mentais. *Revista de Saúde Coletiva da UEFS* 2022;12(2). Disponível em: <https://doi.org/10.13102/rscdauefs.v12i2.7771>. Acesso em: 10 mar. 2025.
6. Reis GA, Zonta JB, Camilo BHN, Fumincelli L, Gonçalves AMS, Okido ACC. Qualidade de vida de cuidadores de crianças com transtornos do neurodesenvolvimento. *Revista Eletrônica de Enfermagem* 2020;22:59629. Disponível em: <https://doi.org/10.5216/ree.v22.59629>. Acesso em 11 mar. 2025.
7. Turnage D, Conner N. Quality of life of parents of children with Autism Spectrum Disorder: An integrative literature review. *Journal For Specialists Pediatrics Nurses*. 2022 Oct;27(4):e12391. Disponível em: 10.1111/jspn.12391. Acesso em 11 mar. 2025
8. Azevedo TL de, Cia F, Spinazola CC. Correlação entre o relacionamento conjugal, rotina familiar, suporte social, necessidades e qualidade de vida de pais e mães de crianças com deficiência. *Revista Brasileira de Educação Especial* 2019;25(2):205-218. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/s1413-65382519000200002>. Acesso em: 16 mar. 2025
9. Baldini PR, Lima BJ de, Pina JC, Okido ACC. Mães de crianças que necessitam de cuidados contínuos e complexos: fatores associados ao apoio social. *Esc Anna Nery* 2021;25(3):e20200254. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/2177-9465-EAN-2020-0254>. Acesso em: 16 mar. 2025
10. Roiz RG, Figueiredo MO de. O processo de adaptação e desempenho ocupacional de mães de crianças no transtorno do espectro autista. *Caderno Brasileiro Terapia Ocupacional* 2023;31:e3304. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/2526-8910.ctoAO252633041>. Acesso em: 14 abr. 2025.
11. Park EY, Kim JH. Activity limitation in children with cerebral palsy and parenting stress, depression, and self-esteem: a structural equation model. *Pediatrics Internacional* 2020;62(4):459-466. Disponível em: <https://doi.org/10.1111/ped.14177>. Acesso em: 16 abr. 2025.
12. Fereidouni Z, Kamyab AH, Dehghan A, Khiyali Z, Ziapour A, Mehedi N, Toghroli R. A comparative study on the quality of life and resilience of mothers with disabled and neurotypically developing children in Iran. *Heliyon* 2021;7:e07285. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2021.e07285>. Acesso em: 10 jun. 2025.
13. Anjos BB dos, Morais NA de. As experiências de famílias com filhos autistas: uma revisão integrativa da literatura. *Ciencias Psicológicas* 2021;15(1):e2347. Disponível em: <https://doi.org/10.22235/cp.v15i1.2347>. Acesso em: 10 set. 2025.

14. Aguiar MCM de, Pondé MP. Autism: impact of the diagnosis in the parents. *J Bras Psiquiatr* 2020;69(3):149–155. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000276>. Acesso em: 15 set.. 2025.
15. Vasconcellos RN, Souza MHN do N, Nóbrega VM da, Collet N. A família da criança com necessidades especiais de saúde e suas relações sociais. *Rev Bras Enferm* 2022;75(Suppl 2):e20210031. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2021-0031>. Acesso em: 15 set. 2025.
16. Edelstein H, Schippke J, Sheffe S, Kingsnorth S. Children with medical complexity: a scoping review of interventions to support caregiver stress. *Child Care Health Dev* 2017;43(3):323-333. Disponível em: <https://doi.org/10.1111/cch.12430>. Acesso em: 20 out. 2025.
17. Dias BC, Marcon SS, Reis PD, Lino IGT, Okido ACC, Ichisato SMT et al. Family dynamics and social network of families of children with special needs for complex/continuous cares. *Rev Gaúcha Enferm* 2020;41:e20190178. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1983-1447.2020.20190178>. Acesso em: 29 out. 2025.