

## INTERVENÇÃO COM CUIDADORES DE INDIVÍDUOS COM TRANSTORNO DO ESPECTRO AUTISTA

LETÍCIA SOARES LEITE<sup>1</sup>; SILVIA NARA SIQUEIRA PINHEIRO<sup>2</sup>;

<sup>1</sup>*Universidade Federal de Pelotas. E-mail: leticiasoaresleite97@gmail.com*

<sup>2</sup>*Universidade Federal de Pelotas. E-mail: silvianarapi@gmail.com*

### 1. INTRODUÇÃO

Este trabalho trata-se de um relato de experiência que tem como objetivo descrever e refletir sobre o trabalho junto a grupos de cuidadores de pessoas com Transtorno do Espectro Autista (TEA), desenvolvido ao longo do estágio específico de Promoção e Prevenção em Saúde do curso de Psicologia.

Segundo a legislação brasileira, considera-se portador de TEA os indivíduos que: possuem deficiência na comunicação e interação social, dificuldades em iniciar e manter relações de acordo com seu nível de desenvolvimento. Apresentam padrões restritivos e repetitivos de comportamentos, interesses e/ou atividades, fixação de rotina e aversão a mudanças (BRASIL, 2012). Esses sintomas do TEA têm como característica aumentar os sintomas ansiosos vivenciado pelos cuidadores que muitas vezes são seus próprios familiares (BARBOSA E FERNANDES; 2009). O que pode afetar negativamente a forma de cuidado desses indivíduos (ZENDJIDJIAN E BOYER, 2014).

Apesar de ser uma característica adaptativa, quando em excesso, os sintomas ansiosos podem trazer prejuízos aos cuidadores. As respostas de ansiedade a um estímulo interpretado como ameaçador, tendem a ser de forma exagerada. Em meio à situação ameaçadora, o corpo ativa sistemas defensivos e fisiológicos que promovem o aumento da tensão muscular, ritmo cardíaco, respiratório e da pressão sanguínea. E a ativação prolongada desses processos tem consequência prejudicial aos aspectos físicos e psicológicos, gerando uma sensação de pressão constante (WILLHELM, ANDRETTA, UNGARETTI; 2015). Uma das formas de enfrentamento da ansiedade se dá por meio da redução da tensão. Dentre as formas de redução de tensão podem-se citar as técnicas de relaxamento. O treinamento em relaxamento ocorre a partir da suposição de que os estados de tensão e relaxamento não ocorrem ao mesmo tempo (WILLHELM, ANDRETTA, UNGARETTI; 2015). Diante desses fatos foi proposta a criação de grupos para alívio de estresse dos cuidadores. Nesses grupos foram ensinadas técnicas de relaxamento e promoveu-se o compartilhamento de experiências entre os membros.

### 2. METODOLOGIA

A intervenção teve duas etapas. A primeira etapa consistiu em acompanhar os cuidadores na sala de espera, enquanto seus filhos estavam em atendimento. Objetivando conhecê-los e ser conhecida. Na segunda etapa as cuidadoras foram convidadas para participar de um grupo semanal com duração de 45 minutos.

As técnicas utilizadas nos 10 encontros foram de relaxamento e diálogos posteriormente. Utilizou-se o diário de campo para registro dos mesmos. E, com base na análise de conteúdo estruturou-se três categorias: cuidado de si, relação

com o filho e preconceitos. Para manter o sigilo, os nomes das integrantes e dos filhos foram modificados.

### 3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram criados 3 grupos, cada um com uma média de quatro integrantes. Os grupos eram compostos por 12 mulheres, 11 mães e uma avó de crianças com TEA. Suas idades variam entre 32 à 68 anos. Cinco são solteiras e sete casadas, sendo que uma esta no segundo casamento. Seis integrantes possuem mais de um filho. A idade das crianças que com Transtorno do Espectro Autista varia entre 4 à 11 anos.

Apresentar-se-á, a seguir, alguns resultados obtidos na intervenção. No que se refere ao cuidado de si, Maria (32 anos, filho com 8 anos) “Mesmo quando operei o ombro e precisava ficar com o braço em repouso tive que dirigir e para levar o Carlos para as terapias”. É comum as mães organizarem suas rotinas em torno do cuidado com os filhos. Anulam os demais aspectos de suas vidas para dedicarem-se as crianças (SMEHA; CEZAR, 2011).

Ana (41 anos, filho: com 8 anos) também fala sobre essa o impacto do estresse sem uma rede de apoio: “Eu andei tão estressada que até ouvia vozes, elas diziam para eu me matar. Um dia fui até a ponte do laranjal para jogar meu filho e me jogar junto. Foi aí que eu percebi que precisava de ajuda”. Sobre isso, SCHIMIDT E BOSA (2007) citam estudos que falam sobre um elevado nível de estresse em mães pela expectativa social de tornarem-se a principal cuidadora de indivíduos com TEA. Os sintomas de ansiedade são mais elevados quando aliado a insegurança dessas mães em relação as suas habilidades de cuidado dos filhos e a falta de apoio familiar.

Bruna (32 anos, filho com 8 anos) comenta sobre as dificuldades de manter amizades e socializar após o nascimento do filho: “Agora eu estou conseguindo sair, porque ele aceita ficar com a minha mãe”.

É comum que os pais isolem-se socialmente em função de problemas comportamentais dos filhos. No entanto, a longo prazo, tais ações podem prejudicar relações com outros indivíduos. E, consequentemente, limitam suas fontes de aprendizagem social e qualidade de vida (PEREIRA; BORDINI; ZAPPITELLI, 2017).

Na categoria relação com o filho, Adriana (38 anos, filho com 6 anos) expõe: “A minha psicóloga falou que eu precisava desconstruir o filho imaginário que eu tinha... Eu tinha preconceito”.

Ao receberem o diagnóstico de autismo, é comum que os pais experienciem desilusões, preocupações, culpa. A vivência da maternidade também é afetada, a mãe pode ver o filho como um desconhecido, pois percebe que a criança não corresponde aos seus ideais (SMEHA; CEZAR, 2011).

Laura (47 anos, filho com 10 anos) demonstra a dificuldade de adaptação ao comportamento do filho ao dizer: “Tu quer ter paz, não mora perto de autista”, Bruna (32 anos, filho com 8 anos) contribui para a fala da outra integrante dizendo “No início, eu e meu irmão tinhemos que segurar ele na cama até ele parar de espernear e eu poder explicar o que ele fez (de errado)”.

Quando ocorre a assimilação que o filho sonhado não é o filho real, os pais entendem que suas vidas sofrerão modificações na rotina familiar. As limitações geradas pelo transtorno fazem com que a relação dos pais com os filhos se torne complexa e exijam constante readaptação (SMEHA; CEZAR, 2011).

Já em relação aos preconceitos vivenciados, em um dos encontros Rafaela (46 anos, filho com 9 anos) comentou sobre os olhares que recebia dos passageiros ao embarcar no ônibus com o filho “Só nós que sabemos o que realmente passamos. A gente percebe o preconceito e o julgamento dos outros”.

Bruna (32 anos, filho com 8 anos) também comentou que percebe as conquistas do filho como sendo desvalorizadas pelos demais: “Quando a gente fala que o meu filho conseguiu segurar uma colher (aos 6 anos) as pessoas te olham como se dissessem ‘mas já passou da hora de ele aprender isso’”.

SMEHA e CEZAR (2011) afirmam que quando se percebe o incômodo de terceiros direcionado aos filhos, as mães tomam como uma ofensa a si. Ao constatar a dificuldade de inserção social, as mães se sentem fragilizadas, o que influência a relação com o contexto.

#### 4. CONCLUSÕES

A partir dos dados analisados, pode-se perceber a importância da promoção de um espaço de escuta para cuidadores de indivíduos com Transtorno do Espectro Autista. O alívio do estresse se deu, não só pelas técnicas de relaxamento, mas pela expressão de sentimentos, compartilhamento de experiências no manejo com crianças com TEA. No grupo, os integrantes perceberam as dificuldades que os outros cuidadores enfrentam e ocorreu acolhimento e aconselhamento entre os cuidadores.

Frente aos resultados obtidos, sugere-se a continuidade do trabalho junto aos cuidadores de TEA, pois se tem claro que há possibilidade de mudanças.

Salienta-se, também, o valor do estágio de psicologia junto a formação acadêmica e no cumprimento do papel da universidade pública junto a comunidade.

## 5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BARBOSA, M. R. P.; FERNANDES, F. D. M. Qualidade de vida dos cuidadores de crianças com transtorno do espectro autístico. **Ver. Soc. Bras. Fonoaudiol.** 2009. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rsbf/v14n4/a09v14n4.pdf>>

BRASIL. **Lei nº 12.764, de 27 de dezembro de 2012.** Institui a Política Nacional de Proteção dos Direitos da Pessoa com Transtorno do Espectro Autista. Brasília, DF, 2012. Disponível em: <[http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/\\_ato2011-2014/2012/lei/l12764.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2011-2014/2012/lei/l12764.htm)>

PEREIRA, M. L.; BORDINI, D.; ZAPPITELLI, M.C.. Relatos de mães de crianças com transtorno do espectro autista em uma abordagem grupal. Cad. Pós-Grad. Distúrb. Desenvolv. vol.17 no.2 São Paulo dez. 2017. Disponível em: <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1519-03072017000200006](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1519-03072017000200006)>

SCHMIDT, C.; BOSA, C.. Estresse e auto-eficácia em mães de pessoas com autismo. **Arquivos brasileiros de psicologia.** v.59 n.2 Rio de Janeiro dez. 2007. Disponível em: <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1809-52672007000200008](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-52672007000200008)>

SMEHA, L. N.; CEZAR, P.K. A vivência da maternidade de mães de crianças com autismo. **Psicologia em Estudo**, Maringá, v. 16, n. 1, p. 43-50, jan./mar. 2011. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/pe/v16n1/a06v16n1>>

WILLHELM, A. R.; ANDRETTA, I.; UNGARETTI, M. S.; Importância das técnicas de relaxamento na terapia cognitiva para ansiedade. **Contextos Clínicos.** vol. 8 nº. 1 São Leopoldo jun. 2015. Disponível em: <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1983-34822015000100009](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1983-34822015000100009)>

ZENDJIDJIAN, X. Y.; BOYER, L.. Challenges in measuring outcomes for caregivers of people with mental health problems. **Dialogues in Clinical Neuroscience**, v.16, n 12. Disponível em: <<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4140510/>>