

PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA E SOBRECARGA PERCEBIDA POR MÃES DE JOVENS COM TRANSTORNO DO ESPECTRO AUTISTA

PRACTICE OF PHYSICAL ACTIVITY AND PERCEIVED OVERLOAD BY MOTHERS OF YOUNG PEOPLE WITH AUTISM SPECTRUM DISORDER

Geovana Silva de Lima
Cláudia Godoy Dias
Bruno Marson Malagodi
Márcia Greguol

Universidade Estadual de Londrina, Londrina, PR, Brasil

Resumo

A maternidade atípica pode acarretar grande sobrecarga às mulheres, que muitas vezes acabam preterindo o autocuidado por conta da atenção demandada ao filho. Esse estudo teve como objetivo verificar o nível de prática de atividade física e a sobrecarga percebida por mães de jovens com Transtorno do Espectro Autista (TEA). Foram entrevistadas 20 mães com filhos diagnosticados com TEA, que responderam questionários com informações sociodemográficas, de atividade física habitual (Baecke) e de sobrecarga percebida (Burden Interview). Os resultados mostraram maior prevalência de mulheres divorciadas, com renda inferior a dois salários-mínimos, sem convênio médico ou rede de apoio e cujos filhos possuíam diagnóstico de TEA suporte 3. A sobrecarga percebida pelas mulheres foi em geral elevada e mostrou correlação negativa com a prática de atividade física. Conclui-se que a atividade física pode ser um fator benéfico para a redução da sobrecarga percebida entre mulheres com filhos com TEA.

Palavras-chave: Atividade Motora Adaptada. Transtorno do Espectro Autista. Sobrecarga. Maternidade atípica.

Abstract

Atypical motherhood can place a great burden on women, who often end up neglecting self-care due to the attention required for their child. This study aimed to verify the level of physical activity and the burden perceived by mothers of young people with Autism Spectrum Disorder (ASD). 20 mothers with children diagnosed with ASD were interviewed, who answered questionnaires with sociodemographic information, habitual physical activity (Baecke) and perceived burden (Burden Interview). The results showed a higher prevalence of divorced women, with an income of less than two minimum wages, without medical insurance or a support network and whose children were diagnosed with ASD support 3. The burden perceived by women was generally high and showed a negative correlation with practice of physical activity. It is concluded that physical activity can be a beneficial factor in reducing perceived burden among women with children with ASD.

Keywords: Adapted motor activity. Autism Spectrum Disorder. Overload. Atypical motherhood.

1 Introdução

As características desenvolvidas pelos indivíduos desde a infância carregam determinadas particularidades que envolvem o âmbito familiar como um todo, cujos indivíduos pertencentes são os principais responsáveis pelos cuidados uns dos outros (Barbosa *et al.*, 2012). Nesse sentido, na sociedade atual, embora as mulheres tenham conquistado um grande espaço no mercado de trabalho, ainda é explícito que a maior parte do trabalho doméstico e dos cuidados dos filhos são delegados às mães (Hayes; Rosseti; Zlomke, 2023; Pondé *et al.*, 2023), o que acarreta uma soma dessas tarefas ao trabalho profissional, inferindo a elas uma necessidade de organizar o tempo disponível no dia para gerenciar todos seus afazeres diários (Sticinski *et al.*, 2022).

Dessa forma, considerando que uma rotina de cuidados com os filhos exige uma alta demanda de dedicação, essa condição é ainda mais acentuada quando se trata de cuidadores de crianças atípicas (Pratesi *et al.*, 2021). Sendo assim, em função do excesso de atividades, do maior nível de dependência que uma criança ou adolescente com desenvolvimento atípico possui e do fato de serem, na maioria das vezes, as principais ou únicas responsáveis pelos cuidados dos filhos, as mães são expostas a uma sobrecarga física e mental que influencia diretamente no desenvolvimento de distúrbios físicos e emocionais, influenciados pela alta demanda de atenção aos filhos e, em contrapartida, pela carência do autocuidado em diversas áreas de suas vidas (Silva, 2021)

Dentre os transtornos do desenvolvimento atípico, temos o Transtorno do Espectro Autista (TEA), um distúrbio no neurodesenvolvimento manifestado majoritariamente durante a primeira infância do indivíduo (Nabeiro; Silva, 2019). De acordo com dados da quinta edição do Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM-5), estima-se que o TEA atinja cerca de 1% da população mundial e se manifeste por déficits na interação social e padrões comportamentais restritos e repetitivos, podendo acarretar diferentes gravidades e sintomas (APA, 2014).

Em virtude dos déficits impostos pelo transtorno, existem diferentes consequências funcionais que perduram no desenvolvimento desse sujeito, com destaque para a fixação por rotinas, aversão a mudanças, dificuldades na comunicação verbal e não verbal, comprometimento no processo de interação social e relacionamentos, entre outras (Aishworiya *et al.*, 2023). Nessa perspectiva, a família se torna uma base de suporte substancial para acolher as suas necessidades e fomentar um auxílio em potencial para o seu desenvolvimento, tarefa essa que representa um desafio na vida dos familiares e demanda uma reorganização a fim de atender os requisitos que o cuidado com uma criança atípica pode lhes impor (Mapelli *et al.*, 2018).

Dentro do contexto familiar, são as mães que se destacam como figura substancial nos cuidados, estando sujeitas a uma demanda intensa que se origina na gestação e puerpério, perdurando aos demais cuidados posteriores que surgem ao longo do crescimento da criança (Pascalichio *et al.*, 2021). Os sintomas manifestados pelos filhos de uma maternidade atípica interferem diretamente na saúde dos cuidadores envolvidos, influenciados principalmente por uma preocupação demasiada com o seu futuro e pela ausência de uma rede de apoio, favorecendo para um aumento nos níveis de estresse (Chaim *et al.*, 2019).

Diante disso, considera-se que os níveis de estresse estão ligados à maneira como os cuidadores conseguem se organizar, de forma física, emocional e social, para lidar com as adversidades que o filho com desenvolvimento atípico apresenta, sendo esse um fator preditor para a sua qualidade de vida (Tathgur; Kang, 2021). Tendo em vista a proeminência de prejuízos à saúde mental dos cuidadores, algumas alternativas podem ser preconizadas como ferramentas para auxiliar na melhoria desse quadro, contribuindo para uma maior qualidade de vida.

Entre diferentes estratégias, a atividade física tem se mostrado como um recurso não medicamentoso que, por meio de alterações fisiológicas e psicológicas, pode promover uma redução sintomática do estresse, ansiedade e depressão (Correa *et al.*, 2022). Ademais, a atividade física é uma ferramenta multifatorial, que contribui para o aumento do bem-estar físico, mental e psíquico, demonstrando benefícios na promoção de saúde e qualidade de vida (Oliveira *et al.*, 2011). Infelizmente, apesar dos potenciais benefícios da prática de atividade física, sabe-se que cuidadores de pessoas com TEA muitas vezes não conseguem introduzi-la em sua rotina diária, especialmente por conta da sobrecarga imposta pelo cuidado demandado e pela falta de rede de apoio (Pasetto *et al.*, 2014).

Portanto, considerando os benefícios da prática de atividade física na saúde física e mental e, em contrapartida, os riscos ocasionados pelas elevadas demandas impostas pela necessidade do cuidado constante, é de suma importância compreender a sobrecarga a que esses cuidadores estão expostos, assim como levantar indicadores de promoção à saúde nesta população. Com isso, o presente estudo teve como objetivo verificar o nível de prática de atividade física e a sobrecarga percebida por mães de jovens com diagnóstico de TEA. Os dados foram comparados de acordo com indicadores socioeconômicos e a gravidade do transtorno manifestado. Além disso, foram analisadas as associações entre a quantidade de atividade física praticada e a sobrecarga percebida, como forma de explorar possíveis relações benéficas entre estas variáveis para a população investigada.

2 Método

2.1 Participantes do estudo

O presente estudo foi do tipo descritivo correlacional, com um delineamento transversal. O estudo contou com a participação de 20 mulheres, cuidadoras informais de crianças e adolescentes com o diagnóstico clínico do Transtorno do Espectro Autista (TEA). As participantes do estudo foram residentes da cidade de Londrina, com idades a partir de 20 anos. Após apresentar os objetivos do estudo, a pesquisadora solicitou que as participantes assinassem o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Foram excluídas do estudo participantes cujos filhos com TEA fossem maiores de 18 anos. A pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa Envolvendo Seres Humanos da Universidade Estadual de Londrina, parecer número 6.137.535.

2.2 Instrumentos e procedimentos

As coletas de dados foram feitas em forma de entrevista presencial, com horários individuais previamente agendados, com duração de 30 a 60 minutos cada. Iniciou-se com a aplicação da anamnese com informações sociodemográficas, como escolaridade, moradia, data de nascimento, peso corporal, estatura, doenças crônicas pré-existentes, uso de medicamentos, número de filhos, convênio médico, nível de suporte do TEA do filho, qual escola o filho frequenta, qual terapia realiza, qual a idade do diagnóstico e medicamentos em uso.

Além da anamnese, foram aplicados outros dois questionários. O primeiro questionário aplicado foi o de atividade física habitual de Baecke, utilizado para analisar o nível de atividade física das participantes nos últimos doze meses. O questionário foi validado no Brasil por Mazo et al. (2001), possui 16 questões e é composto por três partes, associadas a diferentes aspectos da atividade física. A atividade física ocupacional (8 questões), exercício físico e esporte no lazer (4 questões) e a atividade na locomoção e lazer (4 questões) são os domínios contemplados no questionário. As questões são organizadas em escala Likert, com escore de 1 a 5, sendo que, quanto maior a pontuação, maior o nível de atividade física.

Posteriormente, foi aplicado o questionário Burden Interview, que avalia a sobrecarga familiar percebida pelos cuidadores de indivíduos com incapacidades mentais e físicas. O questionário foi validado em português no Brasil por Sczufca (2002), contendo 22 questões que englobam as áreas de saúde, vida social e individual, situação financeira, estabilidade emocional e relações interpessoais. As opções de respostas estão organizadas em escala Likert e avaliam a frequência de ocorrência das situações, sendo 0 = nunca; 1 = raramente; 2 = algumas vezes; 3 = frequentemente e 4 = sempre. Quanto maior a pontuação anotada, maior a sobrecarga percebida. Segundo o autor, a avaliação da sobrecarga é definida da seguinte forma: sobrecarga intensa

(escore entre 61 e 88), sobrecarga moderada a severa (escores entre 41 e 60), sobrecarga moderada a leve (escores entre 21 e 40) e ausência de sobrecarga (escores inferiores a 21).

2.3 Análise estatística

Os dados foram inicialmente tratados por meio de estatística descritiva, com valores de tendência central e variabilidade para as variáveis contínuas e frequência de respostas para as variáveis categóricas. As comparações de acordo com as variáveis sociodemográficas e o nível de suporte de TEA do filho foram feitas por meio de teste t-student para amostras independentes e análise de variância (ANOVA). Já as relações entre as variáveis foram investigadas por meio de teste de correlação de Pearson. Em todos os casos foi adotada significância $p \leq 0,05$. Os dados foram tabulados e tratados no programa estatístico SPSS 26.0.

3 Resultados

Com base nos resultados encontrados, as 20 participantes deste estudo apresentaram idade média de 38,36 ($\pm 6,31$) anos, em sua maioria com escolaridade do Ensino Médio completo (40%). Além disso, o estado civil mais prevalente (40%) foi divorciada. Com relação à renda familiar mensal, 60% das mães reportaram renda familiar menor do que 2 salários-mínimos mensais. Entre as doenças crônicas relatadas, observou-se uma prevalência dos transtornos de ansiedade/depressão (40%), seguidos pela hipertensão arterial (20%). A maioria das participantes não possuía acesso a convênio médico (75%) e também carecia de rede de apoio (60%). No que diz respeito aos filhos com TEA, observou-se uma prevalência de mães com filhos de nível de suporte 3 (60%). Quanto à sobrecarga percebida, a maioria das mães relatou uma sobrecarga moderada a severa (70%), conforme avaliado pelo *Burden Interview* (Tabela 1).

Quando a sobrecarga reportada pelas mães foi comparada, não houve diferenças dos valores entre aquelas que possuíam ou não possuíam convênio médico ($p = 0,122$), entre os diferentes níveis de escolaridade ($p = 0,092$) e nem entre os diferentes níveis de suporte dos filhos ($p = 0,878$). Já quando a sobrecarga foi comparada de acordo com a renda familiar e a existência de rede de apoio, houve maior sobrecarga entre as mulheres que reportaram renda inferior a dois salários-mínimos ($62,14 \pm 4,0$; $p = 0,000$) e entre aquelas que declararam não possuir rede de apoio ($58,77 \pm 3,33$; $p = 0,012$).

Os resultados obtidos no teste de correlação de Pearson entre o valor total da sobrecarga obtido pelo questionário Burden, o escore da atividade física total (AFT), a atividade física ocupacional (AFO), o Esporte/Exercício físico no Lazer (EEF), as Atividades de Lazer e Locomoção (ALL), a idade e o índice de massa corporal (IMC) encontram-se sintetizados na Tabela 2.

Tabela 1 - Caracterização das participantes do estudo (n=20)

	Média ± DP
Idade (anos)	38,36 ± 6,31
Massa corporal (Kg)	71,55 ± 14,6
Estatura (m)	1,61 ± 0,08
IMC (Kg/m ²)	27,89 ± 4,41
AF Ocupacional	2,89 ± 0,81
Esporte/EF Lazer	2,31 ± 0,53
Lazer e Locomoção	2,42 ± ,77
AF Total	7,62 ± 2,18
Burden	43,70 ± 7,06
Estado civil	N (%)
Solteira	7 (35)
Casada	5 (25)
Divorciada	8 (40)
Renda familiar	
Menos de 2 SM	12 (60)
2 a 5 SM	7 (35)
6 a 10 SM	1 (5)
Doenças crônicas	
Hipertensão arterial	4 (20)
Problemas ortopédicos	3 (15)
Hipotireoidismo	2 (10)
Transtorno de ansiedade/depressão	8 (40)
Nenhuma	3 (15)
Convênio médico	
Sim	5 (25)
Não	15 (75)
Rede de apoio	
Sim	8 (40)
Não	12 (60)
Nível de suporte do filho	
1	2 (10)
2	6 (30)
3	12 (60)
Classificação Burden	
Sobrecarga intensa	4 (20)
Sobrecarga moderada a severa	14 (70)
Sobrecarga moderada a leve	2 (10)
Escolaridade das mães	
Ensino médio incompleto	5 (25)
Ensino médio completo	8 (40)
Ensino superior incompleto	3 (15)
Ensino superior completo	4 (20)

Fonte: elaboração própria.

Legenda: DP: desvio padrão. IMC: Índice de Massa Corporal. AF: Atividade física. EF: Exercício físico. SM: Salário-mínimo.

Tabela 2 - Valores de correlação entre as variáveis do estudo

	Burden	AFO	EEF	ALL	AFT	Idade	IMC
Burden							
AFO	R = -0,21 p = 0,281						
EEF	R = -0,58 p = 0,001	R = 0,67 p = 0,000					
ALL	R = -0,46 p = 0,034	R = 0,62 p = 0,000	R = 0,73 p = 0,000				
AFT	R = -0,52 p = 0,019	R = 0,88 p = 0,000	R = 0,77 p = 0,000	R = 0,91 p = 0,000			
Idade	R = 0,19 p = 0,238	R = -0,28 p = 0,370	R = -0,32 p = 0,097	R = -0,31 p = 0,121	R = -0,29 p = 0,145		
IMC	R = 0,29 p = 0,252	R = -0,31 p = 0,315	R = -0,42 p = 0,004	R = -0,33 p = 0,470	R = -0,37 p = 0,551	R = 0,48 p = 0,004	

Fonte: elaboração própria.

Legenda: Valores em negrito = correlações significativas ($p \leq 0,05$)

A partir da Tabela 2 foi possível observar que os valores relatados no Burden pelas participantes correlacionaram-se negativamente de forma significativa com o EEF, a ALL e a AFT, indicando que a sobrecarga percebida tende a reduzir quanto maiores os níveis praticados de atividade física total, esporte/exercício físico no lazer e atividades de lazer e locomoção. Além disso, o EEF também mostrou correlação negativa significativa com o IMC, sugerindo que o maior nível de prática acarretaria menores riscos de sobrepeso e obesidade. Por fim, foi vista uma correlação positiva e significativa entre a idade e o IMC, indicando que o avançar da idade pode estar relacionado ao meio risco de sobrepeso e obesidade.

4 Discussão

Esse estudo teve como objetivo verificar o nível de prática de atividade física e a sobrecarga percebida por mães de jovens com diagnóstico de TEA. Nessa perspectiva, dados socioeconômicos, sobrecarga percebida e atividade física praticada foram analisados com o intuito de explorar as relações entre as variáveis para o público investigado.

Entre as participantes analisadas, foi possível observar que a maior parte delas situava-se em um nível socioeconômico mais baixo, com prevalência maior de renda

abaixo de dois salários-mínimos. Sabe-se que a falta de recursos financeiros pode configurar um desafio ao acesso a cuidadores formais, terapias, lazer e outros benefícios, afetando ainda mais a qualidade de vida dessas mães (Marsack-topolewski; Maragakis, 2021). Esse fato ficou evidenciado na comparação da sobrecarga percebida, a qual mostrou-se significativamente mais elevada entre as mães que reportaram renda menor. Esse resultado vai ao encontro daqueles obtidos no estudo de Phetrasuwan e Miles (2009), que destacaram que mães de crianças com TEA possuem maiores níveis de estresse e sobrecarga, sobretudo aquelas com uma renda mais baixa, podendo isso estar associado à falta de acesso a suporte e recursos que reduzem a percepção de sobrecarga familiar.

Ademais, foi verificado entre as participantes uma predominância de mães que não possuíam acesso a uma rede de apoio, seja ela formal ou informal, sendo que a ausência de suporte nos cuidados diários provavelmente contribuiu para a maior sobrecarga percebida. Kiami e Goodgold (2017) em seu estudo mostram que o suporte familiar, a divisão das tarefas e o apoio emocional são fatores atenuantes diante de situações estressoras, melhorando o bem-estar dessas mães, a sua autonomia e o ambiente familiar.

Além disso, nenhuma mãe participante do estudo relatou ter o apoio de um cuidador formal, sugerindo que esse suporte pode parecer utópico para a realidade de algumas famílias, visto que esse aspecto está intrinsecamente ligado à questão financeira. A baixa renda pode dificultar o acesso à assistência, seja um serviço de apoio ou a contratação de um cuidador, sendo que essa dificuldade pode conferir um empecilho para que essas mães tenham mais tempo para vivenciar suas atividades cotidianas (Fávero; Santos, 2010; Marsack-topolewski; Maragakis, 2021).

A presença de alguns comportamentos disfuncionais ocasionados pelo TEA pode representar um desafio para seus familiares e interferir em suas rotinas, exacerbando os sintomas de estresse materno. Apesar disso, por meio dos achados do presente estudo não foi possível encontrar diferenças significativas entre os níveis de suporte do TEA e a sua influência na sobrecarga materna. Nesse sentido, alguns achados da literatura divergem nesse aspecto, como o estudo realizado por Schmidt e Bosa (2017). Os autores abordam que as características do comportamento de indivíduos com TEA, somadas à gravidade do transtorno, podem configurar um estresse em potencial aos familiares, em função das dificuldades comportamentais e o prejuízo funcional que pode divergir entre diferentes níveis de suporte. Uma possível explicação para a ausência de diferenças no presente estudo pode ser o fato de que a maioria dos filhos apresentavam nível de suporte 3 e apenas dois deles apresentavam nível de suporte 1.

Ao se analisar os valores médios de atividade física total obtidos através do Baecke, que investiga a prática de atividade física habitual nos últimos doze meses,

foi observado que as participantes se classificaram como inativas ou insuficientemente ativas (Vila *et al.* 2013). Contudo, apesar do escore não alcançar os valores ideais, com base na correlação entre a atividade física total e a sobrecarga percebida, foi verificado que as mães que realizavam mais atividade física habitual, atividade física de lazer/locomoção e de esporte/exercício físico, tinham uma de sobrecarga reduzida.

A prática de atividade física regular exerce um papel fundamental no âmbito da saúde do indivíduo, sendo destacada como um importante regulador da qualidade de vida e trazendo benefícios para saúde física e mental das mães (Patel *et al.*, 2022). Na literatura existem diversos trabalhos que elencam os benefícios da atividade física, sobretudo no contexto do lazer, que elucidam sua importância para a saúde mental. Reconhecidas pelos seus benefícios no bem-estar e qualidade de vida, os estudos mostram que as atividades de lazer fornecem uma sensação de prazer e satisfação, além de reduzirem o estresse e angústia dos participantes (Ault *et al.*, 2021).

Entretanto, existem vários fatores que interferem na prática de atividade física, sendo que as mulheres percebem mais barreiras e menos facilitadores quando comparadas aos homens (Nienhuis; Lesser, 2020). Aspectos como situação socioeconômica, tempo insuficiente, falta de motivação, de autoconfiança, de apoio familiar e de acessibilidade aos espaços de prática de atividade são alguns dos fatores que configuram uma dificuldade na aderência ou aumento de atividade física (Özkan, Numanoğlu, 2022). Nesse contexto, as mães envolvidas com a maternidade atípica podem enfrentar desafios adicionais, provenientes da demanda de tempo e responsabilidades que o cuidado com seus filhos infere.

Um estudo realizado por Denche-Zamorano *et al.* (2023), que explora a relação entre a prática de atividade física e o estado de depressão e ansiedade, bem como o uso de antidepressivos e ansiolíticos em cuidadores informais, propõe que a prática de atividade física possui uma relação protetiva contra alguns problemas de saúde mental, como a ansiedade e depressão. Os pesquisadores sugerem que as cuidadoras inativas estão mais propensas a vivenciar tais transtornos, entretanto, a atividade física regular foi observada como uma ferramenta que auxiliou as cuidadoras a lidarem melhor com o estresse, melhorando também a sua autopercepção e contribuindo para que elas possam cumprir esse papel de cuidados por mais tempo.

Analogamente, transtornos de ansiedade e depressão foram os mais prevalentes entre as participantes do presente estudo. Damasceno *et al.* (2021), em seu estudo, demonstram resultados que vem ao encontro a essas informações, indicando que entre as morbidades que mais acometem as mães de indivíduos com TEA, destacam-se a ansiedade, depressão e hipertensão arterial. Tal fato estaria associado à demanda de responsabilidades vivenciada na rotina de cuidados de indivíduos com TEA, bem como à falta de tempo que as mães possuem para cuidar de si mesmas. Assim, alta prevalência

dessas patologias se correlacionaria ao estresse físico e emocional vivenciados pela maternidade atípica, juntamente com as alterações na rotina e ao tempo dedicado aos cuidados, que afetam negativamente a qualidade de vida (Mendonça, 2023).

Quanto às limitações desta pesquisa, destaca-se o tamanho da amostra, que abordou um número de participantes relativamente baixo, como também a mensuração da prática de atividade física por método indireto, que pode subestimar ou superestimar esses valores. Ainda assim, os dados aqui levantados apontam para a situação de risco em saúde para essas mulheres e reforçam a necessidade da criação de estratégias para a implementação de programas de atividade física acessíveis a essa população.

5 Conclusão

Tendo em vista os resultados obtidos pelo presente estudo, foi possível observar que a sobrecarga percebida por mães de crianças e jovens com TEA foi em geral elevada e se relacionou com a escassez de recursos financeiros, a falta de rede de apoio e os níveis insuficientes de atividade física praticados pelas participantes, sobretudo no domínio do lazer. A partir dessas circunstâncias, se observa uma série de barreiras que interferem na saúde dessas mulheres, que se associa ao fato de que elas são as principais ou únicas responsáveis pelo cuidado com os filhos, o que intensifica o estresse e sobrecarga imposto.

Esse estudo destaca a importante relação entre a atividade física em indicadores de sobrecarga. Nessa perspectiva, a atividade física confere um papel importante na promoção de bem-estar e qualidade de vida, contribuindo para a saúde física e mental, além da melhora na autoimagem e autoestima. Contudo, compreende-se que existem diversos fatores que configuram obstáculos para a sua aderência, como a falta de tempo, baixos níveis socioeconômicos, dificuldades no acesso, entre outros.

Considerando a importância fundamental da prática regular de atividade física na promoção da saúde e prevenção de doenças crônicas, faz-se necessário pensar em estratégias que abordem as mulheres envolvidas na maternidade atípica, a fim de viabilizar melhores condições de saúde para este público. A partir da implementação e desenvolvimento de estratégias e políticas públicas, com uma equipe multidisciplinar que compreenda a saúde em seu contexto multifacetado e que promova a atividade física para essas mulheres, pode-se fornecer um suporte para essas mães lidarem melhor com a sobrecarga física e emocional vivenciada na rotina de cuidados com seus filhos autistas.

Referências

- AISHWORIYA, Ramkumar; MA, Van Kim; STEWART, Susan; HAGERMAN, Randi; FELDMAN, Heidi M. Meta-analysis of the modified checklist for autism in toddlers, revised/follow-up for screening. *Pediatrics*, v.151, n.6, p. e2022059393, 2023.
- AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. *Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais*. Porto Alegre: Artmed, 2014.
- AULT, Samantha; BREITENSTEIN, Susan M.; TUCKER, Sharon Susan; FORD, Jodi. Caregivers of children with autism spectrum disorder in rural areas: A literature review of mental health and social support. *Journal of Pediatric Nursing*, v.61, p. 229-239, 2021.
- BARBOSA, Daniele Castro; SOUZA, Francisca Georgina Macedo; SILVA, Andréa Cristina Oliveira; SILVA, Ítalo Rodolfo; SILVA, Thiago Privado; PAIVA, Mirian Chaves Miranda. Sobrecarga do cuidado materno à criança com condição crônica. *Cogitare Enfermagem*, v. 17, n. 3, p. 492-497, 2012.
- CHAIM, Maria Paula Miranda; COSTA NETO, Sebastião Benício; PEREIRA, Aminny Farias; GROSSI, Fabiana Regina da Silva. Qualidade de vida de cuidadores de crianças com transtorno do espectro autista: revisão da literatura. *Cadernos de Pós-Graduação em Distúrbios do Desenvolvimento*, v. 19, n. 1, p. 9-34, 2019.
- CORREA, André Ricardo; PEDRIALI, Ariane Marquenzi Silveira; QUEIROZ, Thalita Stephanie; HUNGER, Marcelo Studart; MARTELLI, Anderson; DELBIN, Lucas Rissetti. Exercício físico e os transtornos de ansiedade e depressão. *Revista Faculdades do Saber*, v. 7, n. 14, p. 1072-1078, 2022.
- DAMASCENO, Bárbara Campos; CUNHA, Jéssica Camila Viana; FORTUNA, Lucas Brito; LANA, Luiza Malatesta; PINTO, Marcela Dayrell Campos; ALVES, Paula Alícia Barreto; DIAS, Anna Marcella Neves; MENDES, Nathália Barbosa do Espírito Santo; AMARAL, Guilherme Henrique Faria. Análise da Qualidade de Vida das famílias de indivíduos com Transtorno do Espectro Autista no município de Juiz de Fora–Minas Gerais. *Brazilian Journal of Health Review*, v. 4, n. 3, p. 9907-9918, 2021.
- DENCHE-ZAMORANO, Angel; RODRIGUEZ-REDONDO, Yeray; FERNANDEZ, Sabina Barrios; MENDOZA-MUÑOZ, María; RAMOS, Jorge Rojo; GORDILLO; Miguel Angel Garcia; ADSUAR, José; BERMEJO, Laura Muñoz. Depression, anxiety and antidepressants and anxiolytics use in Spanish informal caregivers according to the physical activity frequency: EHSS 2014–2020. *Healthcare*, v. 11, n. 7, p. 990, 2023.
- FÁVERO, Maria Ângela; SANTOS, Manoel Antônio dos. Depressão e qualidade de vida em mães de crianças com transtornos invasivos do desenvolvimento. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, v. 18, p. 33-40, 2010.
- HAYES, Katey N.; ROSSETTI, Kristina G.; ZLOMKE, Kimberly. Community support, family resilience and mental health among caregivers of youth with autism spectrum disorder. *Child: Care, Health and Development*, v.49, n.1, p.130-136, 2023.
- KIAMI, Sheri R.; GOODGOLD, Shelley. Support needs and coping strategies as predictors of stress level among mothers of children with autism spectrum disorder. *Autism research and treatment*, v. 2017, n.1, 2017.
- MAPELLI, Lina Domenica; BARBIERI, Mayara Caroline; CASTRO, Gabriela Van Der Zwaan Broekman; BONELLI, Maria Aparecida; WERNET, Monika; DUPAR, Giselle. Criança com transtorno do espectro autista: cuidado na perspectiva familiar. *Escola Anna Nery*, v. 22, p. e20180116, 2018.

MARSACK-TOPOLEWSKI, Christina N.; MARAGAKIS, Alexandros. Relationship between symptom severity and caregiver burden experienced by parents of adults with autism. *Focus on Autism and Other Developmental Disabilities*, v.36, n.1, p.57-65, 2021.

MAZO, Giovana Zarpellon; MOTA, Jorge; BENEDETTI, Tania Bertoldo; BARROS, Mauro Virgílio Gomes. Validade concorrente e reprodutibilidade: teste-reteste do Questionário de Baecke modificado para idosos. *Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde*, v. 6, n. 1, p. 5-11, 2001.

MENDONÇA, Rayanne Dárila Souza. *Comparação do nível de atividade física com a qualidade de vida mães de crianças com Transtorno do Espectro Autista (TEA)*. 2023. 29 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Educação Física) - Universidade Federal de Pernambuco, Recife, 2023.

NABEIRO, Marli; SILVA, Fernanda Carolina Toledo. Atividade física e transtorno do espectro autista. In: GREGUOL, Márcia; COSTA, Roberto Fernandes. *Atividade Física Adaptada – qualidade de vida para pessoas com necessidades especiais*. Barueri, Editora Manole, 2019.

NIENHUIS, Carl P.; LESSER, Iris A. The impact of COVID-19 on women's physical activity behavior and mental well-being. *International journal of environmental research and public health*, v. 17, n. 23, p. 9036, 2020.

OLIVEIRA, Eliany Nazaré; AGUIAR, Rômulo Carlos; ALMEIDA, Maria Tereza Oliveira; ELOIA, Sara Cordeiro; LIRA, Tãmia Queiroz. Benefícios da atividade física para saúde mental. *Saúde coletiva*, v. 8, n. 50, p. 126-130, 2011.

ÖZKAN, Rabia Seva; NUMANOĞLU-AKBAŞ, Ayşe. Physical activity and exercise benefits/barriers in mothers of children with motor disabilities. *Irish Journal of Medical Science*, p. 1-8, 2022.

PASCALICCHIO, Mariana Ledier; ALCÂNTARA, Kelly Cristina Garcia de Macêdo; PEGORARO, Luiz Fernando Longuim. Vivências maternas e autismo: os primeiros indicadores de TEA e a relação mãe e filho. *Estilos da Clínica*, v. 26, n. 3, p. 548-565, 2021.

PASETTO, Carolina; SERON, Bruna Baboza; ALMEIDA, Eloise Werle; SOUTO, Elaine Cappellazzo; GREGUOL, Márcia. Análise da sobrecarga de cuidadores de jovens com síndrome de Down fisicamente ativos e sedentários. *Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde*, v. 19, n. 5, p. 636-636, 2014.

PATEL, Amar Deep; ARYA, Amit; AGARWAL, Vivek; GUPTA; Pawan Kumar; AGARWAL, Manu. Burden of care and quality of life in caregivers of children and adolescents with autism spectrum disorder. *Asian journal of psychiatry*, v.70, p.103030, 2022.

PHETRASUWAN, Supapak; SHANDOR MILES, Margaret. Estresse parental em mães de crianças com transtornos do espectro do autismo. *Revista para especialistas em enfermagem pediátrica*, v. 14, n. 3, p. 157-165, 2009.

PONDÉ, Milena Pereira; MEDRADO, Aracelles Alvarenga; SILVA, Amanda Motta; CAMPOS, Rafael Cabral; SIQUARA, Gustavo Marcelino. Prevalência de ansiedade e depressão em pais de crianças com transtorno do espectro autista durante a primeira onda da pandemia de COVID-19 no Nordeste do Brasil. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, v.72, p.159-165, 2023.

PRATESI, Claudia B.; Garcia, Alessandra B.; PRATESI, Riccardo; GANDOLFI, Leonora; HETCH, Mariana; NAKANO, Eduardo Yoshio; ZANDONADI, Renata Puppini. Quality of life in caregivers of children and adolescents with autistic spectrum disorder: Development and validation of the questionnaire. *Brain Sciences*, v.11, n.7, p.924, 2021.

SCAZUFCA, Marcia. Brazilian version of the Burden Interview scale for the assessment of burden of care in carers of people with mental illnesses. *Revista Brasileira de Psiquiatria*, [S.L.], v. 24, n. 1, p. 12-17, mar. 2002.

SCHMIDT, Carlo; BOSA, Cleonice. Estresse e auto-eficácia em mães de pessoas com autismo. *Arquivos Brasileiros de Psicologia*, v. 59, n. 2, p. 179-191, 2007.

SILVA, Marcela Samara Lira. *Um olhar para além da beleza da maternidade: Burnout materno – exaustão e sobrecarga de mães*. 2021. 35 fl. (Trabalho de Conclusão de Curso – Monografia), Curso de Bacharelado em Enfermagem, Universidade Federal de Campina Grande, Cuité/PB, Brasil, 2021.

STICINSKI, Virginia; EIDELMAN, Steven; KARPYN, Allisson; CHAI, Sheau C; EARNSHAW, Valerie. Social support access among single caregivers with children on the autism spectrum. *Research in Developmental Disabilities*, v.128, p.104291, 2022.

TATHGUR, Manmeet Kaur; KANG, Harmeet Kaur. Challenges of the Caregivers in Managing a Child with autism Spectrum Disorder—a Qualitative analysis. *Indian Journal Of Psychological Medicine*, v.43, n.5, p.416-421, 2021.

VILA, Camilla Prats; SILVA, Maria Eduarda Merlin; SIMAS, Joseani Paulini Neves; GUIMARÃES, Adriana Coutinho de Azevedo; PARCIA, Sílvia Rosane Parcia. Aptidão física funcional e nível de atenção em idosas praticantes de exercício físico. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, v. 16, p. 355-364, 2013.

Sobre os autores

Geovana Silva de Lima

Centro de Educação Física e Esporte, Universidade Estadual de Londrina

email: geovana.silva.lima@uel.br

<https://orcid.org/0009-0001-0894-4220>

Cláudia Godoy Dias

Centro de Educação Física e Esporte, Universidade Estadual de Londrina

claudia.godoy.dias@uel.br

<https://orcid.org/0000-0003-1739-2488>

Bruno Marson Malagodi

Centro de Educação Física e Esporte, Universidade Estadual de Londrina

email: bruno.marson.malagodi@uel.br

<https://orcid.org/0000-0002-1060-2983>

Márcia Greguol

Centro de Educação Física e Esporte, Universidade Estadual de Londrina

email: mgreguol@uel.br

<https://orcid.org/0000-0002-3711-8120>

LIMA et al.

Recebido em: 25/06/2024

Reformulado em: 30/08/2024

Aceito em: 30/08/2024