Machine Translated by Google

Revista Científica Brasileña de Salud y Medicina (RBMED)
(Revista Científica Brasileña de Salud y Medicina) ISSN-e 3086-2477
Vol. 1, Núm. 1 | 2026

Cuidar y enfermar: implicaciones del cuidado continuo de personas con trastorno del espectro autista en la salud mental del cuidador.

Cuidar y enfermar: implicaciones del cuidado continuo para la salud mental del cuidador de personas con trastorno del espectro autista

Gabriela da Conceição Silva Machado – Facultad Interamericana de Ciencias Sociales

Genilson Cabral da Costa – Centro Universitario São Camilo

Daniela Vilela Terra – Centro Universitario São Camilo

Alessandra Ferreira da Silva – Centro Universitario Vale do Cricaré

Resumen

Este estudio tuvo como objetivo analizar las implicaciones del cuidado continuo de personas con TEA (Trastorno del Espectro Autista) en la salud mental de los cuidadores. Se trata de una revisión narrativa de la literatura, de naturaleza cualitativa y con un enfoque descriptivo-analítico, realizada a partir de estudios publicados entre 2013 y 2025 en las bases de datos SciELO, Google Scholar y PubMed. El análisis de los estudios mostró que el cuidado continuo se asocia con altos niveles de estrés, sobrecarga emocional, ansiedad, agotamiento emocional y síntomas depresivos, especialmente cuando el cuidado se concentra en un solo cuidador y se da en contextos de redes de apoyo frágiles y apoyo institucional insuficiente. Se observó que el malestar psicológico del cuidador tiende a acumularse de forma progresiva y silenciosa, impactando la calidad de vida, las relaciones familiares, la participación social y la salud física. Además, factores como el estigma, la autoestigmatización y las dificultades para acceder a los servicios contribuyen a la intensificación de la enfermedad mental. Se concluye que la salud mental del cuidador debe entenderse como una dimensión inseparable del cuidado de la persona con TEA, y que es esencial fortalecer las redes de apoyo, las políticas públicas integradas y las estrategias de atención que reconozcan al cuidador como sujeto de cuidados.

Palabras clave: Enfermedad mental. Cuidadores. Cuidados continuos. Sobrecarga emocional. Trastorno del espectro autista.

Abstracto

Este estudio tuvo como objetivo analizar las implicaciones del cuidado continuo de personas con TEA (trastorno del espectro autista) en la salud mental de los cuidadores. Se trata de una revisión narrativa de la literatura, de naturaleza cualitativa y con un enfoque descriptivo-analítico, realizada a partir de estudios publicados entre 2013 y 2025 en las bases de datos SciELO, Google Scholar y PubMed. El análisis de los estudios mostró que el cuidado continuo se asocia con altos niveles de estrés, sobrecarga emocional, ansiedad, agotamiento emocional y síntomas depresivos, especialmente cuando el cuidado se concentra en un solo cuidador y se da en contextos de redes de apoyo frágiles y apoyo institucional insuficiente. Se observó que el malestar psicológico del cuidador tiende a acumularse de forma progresiva y silenciosa, impactando la calidad de vida, las relaciones familiares, la participación social y la salud física. Además, factores como el estigma, la autoestigmatización y las dificultades para acceder a los servicios contribuyen a la intensificación de la enfermedad mental. Se concluye que la salud mental del cuidador debe entenderse como una dimensión inseparable del cuidado de la persona con TEA, y que el fortalecimiento de las redes de apoyo, las políticas públicas integradas y las estrategias de atención que reconozcan al cuidador como sujeto de cuidados son fundamentales.

Machine Translated by Google

Palabras clave: Enfermedad mental. Cuidadores. Cuidados continuos. Sobrecarga emocional. Trastorno del espectro autista.

1. Introducción

El trastorno del espectro autista (TEA) es una condición de
Problemas del neurodesarrollo que requieren seguimiento continuo y cuidados a largo plazo.
Esto repercute no solo en la persona diagnosticada, sino también en el contexto familiar en el que vive.
Los cuidados son esenciales. La vida cotidiana de las familias con personas con TEA se ve frecuentemente alterada.
debido a la necesidad de apoyo terapéutico, supervisión constante y adaptación.
debido a particularidades conductuales y comunicacionales, lo que le da al cuidado un carácter
permanente y muy exigente (BOHN; DAL MOLIN, 2023; JUSTIMIANO, 2024).

En este escenario, el papel del cuidador se vuelve fundamental, especialmente cuando se trata de cuidados...
Se centra en un único miembro de la familia, una situación recurrente en el contexto del TEA (Trastorno del Espectro Autista).
Como señalan Bohn y Dal Molin (2023), la organización de los cuidados tiende a retroceder.
Sobre todo recae sobre las madres, debido a las expectativas sociales y a la fragilidad de sus redes de apoyo.
apoyo y dificultades para compartir responsabilidades. Este arreglo favorece
Los períodos prolongados de dedicación intensifican la implicación emocional, ampliando la
exposición del cuidador a situaciones de estrés y tensión psicológica (RIBEIRO; MASSALAI,
2024).

La literatura ha indicado que la atención continua puede constituir un factor de riesgo.
para la salud mental del cuidador, en la medida en que lo expone a niveles altos y persistentes de
estrés, sobrecarga emocional y sufrimiento psicológico (VIEIRA, 2020; BOHN; DAL MOLIN,
2023). Sin embargo, estas repercusiones no siempre se analizan de forma integrada,
considerando el cuidado como un proceso prolongado y acumulativo, capaz de producir
impactos psicológicos progresivos a lo largo del tiempo. Además, factores como la fragilidad
redes de apoyo, apoyo institucional insuficiente y la normalización del sufrimiento.
Los factores emocionales contribuyen a la invisibilidad de esta enfermedad (JUSTIMIANO, 2024).

Aunque estudios recientes han identificado altos niveles de estrés y ansiedad,
agotamiento emocional y síntomas depresivos entre los cuidadores de personas con TEA, como
Las manifestaciones no siempre se analizan de forma integrada. Ribeiro y Massalai (2024)
Señalan que parte de la literatura aborda estos impactos de manera fragmentada, sin considerar
La atención continua como un proceso prolongado capaz de conducir progresivamente a
Enfermedad mental en los cuidadores. Esta laguna teórica limita la comprensión de las implicaciones.

Machine Translated by Google

Los aspectos psicológicos del cuidado de personas dependientes dificultan la formulación de estrategias eficaces de promoción de la salud.
enfoques mentales centrados en este grupo.

Ante esto, resulta pertinente cambiar el enfoque analítico tradicionalmente centrado en...
solo en la persona diagnosticada, desde una perspectiva que reconoce al cuidador como sujeto.
también marcadas por vulnerabilidades emocionales, sociales y psicológicas. Comprender la
Se ha demostrado que las implicaciones de la atención continua para la salud mental del cuidador son fundamentales para
ampliar el debate en el campo del TEA y fomentar reflexiones más sensibles sobre el tema
Desafíos que se presentan en la vida diaria de un cuidador.

En este contexto, se hace evidente la necesidad de profundizar en la comprensión de lo siguiente.
efectos del cuidado continuo en la salud mental del cuidador, especialmente considerando
que, a pesar del reconocimiento de la alta carga emocional asociada con el cuidado
En lo que respecta a las personas con trastorno del espectro autista, los análisis que abordan este tema aún son limitados.
El cuidado se considera un proceso acumulativo de la enfermedad mental. Por lo tanto, surge lo siguiente.
Problema: ¿Cuáles son las implicaciones de la atención continua para las personas con trastornos?
¿El trastorno del espectro autista y su impacto en la salud mental de los cuidadores?

Dado este problema, el objetivo general de este estudio es analizar el
Implicaciones de la atención continua a personas con TEA en la salud mental del cuidador.
Específicamente, el objetivo es identificar los principales impactos psicológicos asociados con
atención continua para personas con TEA, analizando cómo la sobrecarga emocional, el estrés y
El agotamiento mental se aborda en estudios sobre cuidadores, y se analiza cómo...
La atención continuada contribuye al desarrollo a largo plazo de problemas de salud mental.

2. Materiales y métodos

Los procedimientos metodológicos adoptados en esta investigación consisten en una revisión.
Una narración de literatura, de naturaleza cualitativa, con un enfoque descriptivo-analítico, cuya
El objetivo era analizar las implicaciones de la atención continua para las personas con trastorno.
Trastorno del espectro autista (TEA) para la salud mental del cuidador. La opción para este tipo de revisión.
Se basa en la necesidad de comprender, de manera amplia e interpretativa, cómo el
En la literatura se aborda el tema de los cuidados prolongados, especialmente en lo que respecta a la sobrecarga.
emocional, relacionado con el estrés, el sufrimiento psicológico y los procesos de enfermedad mental.
experiencias vividas por los cuidadores.

Machine Translated by Google

La búsqueda de estudios se realizó en la base de datos SciELO (Comercio Electrónico Científico).
Las publicaciones que se priorizaron fueron las que se encontraron en las siguientes bases de datos: Library Online, Google Scholar y PubMed.
que abordaba el cuidado familiar en el contexto del TEA y sus repercusiones en la salud mental.
cuidador, considerando descriptores como estrés, ansiedad, depresión, sobrecarga
angustia emocional, agotamiento y enfermedad mental. La elección de los descriptores tuvo en cuenta la
El problema de investigación y sus objetivos, que buscan abarcar estudios que discutan tanto el
Es necesario brindar atención continua con respecto a las implicaciones psicológicas para el cuidador.

Se incluyeron estudios publicados entre 2013 y 2025, con alcance nacional.
y a nivel internacional, que abordaron la atención de las personas con trastorno del espectro autista y
También se tuvieron en cuenta sus implicaciones para la salud mental de los cuidadores y los familiares.
estudios que, si bien no trataban exclusivamente sobre el TEA, abordaban la atención continua.
en el contexto de afecciones neurodesarrollativas crónicas, siempre que presentaran
Contribuciones teóricas relevantes para la comprensión de la enfermedad mental de los cuidadores.
Se excluyeron las obras que no abordaban directamente el tema del cuidado o que...
restringido a aspectos exclusivamente clínicos de la persona con TEA, sin considerar la
Experiencia como cuidador.

El análisis de datos se realizó utilizando un enfoque cualitativo.
Interpretativo, basado en una lectura sistemática y analítica de los estudios seleccionados. Esta etapa
Su propósito era examinar cómo la literatura ha discutido las implicaciones de
Atención continua a la salud mental de las personas con trastorno del espectro autista.
cuidador, considerando los principales aspectos psicológicos asociados a este proceso.

3. Marco teórico

3.1 La atención continua y la carga emocional para el cuidador

La atención continua de las personas con trastorno del espectro autista (TEA) constituye:
si se considera una experiencia marcada por una intensa implicación emocional, la reorganización de
Rutina familiar y aumento de las responsabilidades diarias. Según el análisis de Bohn y Dal.
Molin (2023), desde el diagnóstico en adelante, las madres (que frecuentemente asumen el rol de
Los cuidadores principales comienzan a experimentar un proceso de adaptación que implica renunciar a...
proyectos personales, redefinición de prioridades y mayor carga emocional asociada con
cuidado. En este contexto, el cuidado deja de estar restringido a la dimensión física y comienza a abarcar
apoyo terapéutico continuo, atención constante al comportamiento de la persona.

Machine Translated by Google

con TEA y adaptaciones continuas a sus necesidades, configurándose a sí mismo como un proceso prolongado que afecta directamente el equilibrio emocional del cuidador (JUSTIMIANO, 2024).

La centralización de los cuidados conlleva una acumulación de responsabilidades emocionales. aspectos organizativos y afectivos en un solo sujeto. Para Bohn y Dal Molin (2023) esto La centralización no se produce de forma espontánea, sino que está asociada a la insuficiencia de las redes. formas formales e informales de apoyo con respecto a las expectativas sociales que históricamente se atribuyen a Las mujeres asumen el rol de cuidadoras, especialmente en situaciones de enfermedad o discapacidad. Esta configuración favorece períodos prolongados de dedicación y reduce las posibilidades de Compartir la carga del cuidado intensifica la tensión emocional. Del mismo modo, Ribeiro y Massalai (2024) señalan que la responsabilidad casi exclusiva del cuidador El objetivo principal es aumentar el riesgo de sobrecarga psicológica, ya que limita los espacios para... Descanso, apoyo emocional y reconocimiento de las propias necesidades.

Los estudios demuestran que un diagnóstico de TEA (Trastorno del Espectro Autista) inicia un proceso de experiencia vivida. sobrecarga emocional prolongada, que se manifiesta de maneras multifacéticas, involucra Estrés, ansiedad, sentimientos de impotencia y agotamiento psicológico. Vieira (2020), al analizar El estrés percibido y los síntomas emocionales en los cuidadores ponen de manifiesto las necesidades constantes de atención que estos requieren. El manejo de personas con TEA requiere vigilancia constante y un alto nivel de implicación emocional, factores que... Con el tiempo, comprometen el equilibrio emocional del cuidador y aumentan el riesgo de enfermedad mental. En este sentido, la sobrecarga no se presenta como un evento aislado, pero como una experiencia acumulativa, construida en la rutina diaria de cuidados y reforzada por Falta de descansos y apoyo.

Justimiano (2024) observa que, para muchas familias, el cuidado adquiere un papel más destacado. fundamental para la organización de la vida diaria, redefiniendo prioridades y restringiendo espacios de Ocio, interacción social y realización personal para el cuidador. En este escenario, el sufrimiento Los aspectos emocionales tienden a silenciarse o normalizarse, dadas las exigencias de la persona que recibe los cuidados. Tienen prioridad sobre las necesidades del cuidador. Este proceso contribuye a la haciendo invisible el sufrimiento psicológico, lo que dificulta su reconocimiento como un problema de salud y fomento de trayectorias de angustia emocional continua.

Al analizar los informes maternos, Bohn y Dal Molin (2023) muestran que la carga El estado emocional del cuidador no solo proviene de las características clínicas del trastorno, sino también de... experiencia continua de vigilancia, preocupación constante por el futuro del niño y de un sentido de responsabilidad continua por el propio desarrollo. Según los autores, el

Machine Translated by Google

La percepción de que el cuidado de personas dependientes es una tarea intransferible intensifica la implicación.
El malestar emocional contribuye a la sensación recurrente de agotamiento, además de debilitar el cuerpo.
Percepción del apoyo social disponible para el cuidador.

Souza et al. (2022) destacan que el cuidado continuo de los niños con TEA requiere...
El cuidador debe mantener una actitud de constante preparación, especialmente ante ciertos comportamientos.
Eventos impredecibles, crisis emocionales o dificultades de comunicación. Esta condición favorece
estados persistentes de estrés psicológico, en los que el cuidador permanece alerta, incluso
durante los períodos de descanso, lo que dificulta la recuperación emocional y la relajación mental.
Además, la imprevisibilidad inherente al cuidado de personas con TEA intensifica la
Sobrecarga emocional.

La sobrecarga emocional también se manifiesta en la dificultad para conciliar el cuidado de los demás.
con otras dimensiones de la vida, como el trabajo, las relaciones sociales y los proyectos personales. Ribeiro y
Massalai (2024) destacan que muchos cuidadores informan la interrupción o el abandono de
actividades profesionales y sociales, lo que contribuye al aislamiento progresivo y a
una sensación de pérdida de identidad más allá del rol de cuidador. Esta experiencia refuerza que
La atención continua no solo afecta la salud emocional, sino que también compromete...
autonomía, sentido de pertenencia social y la posibilidad de construir trayectorias personales.
independiente de los cuidados.

En este contexto, la atención continua de las personas con trastorno del espectro autista
Debe entenderse como un proceso marcado por un desgaste emocional progresivo.
como resultado de una combinación de exigencias intensas, responsabilidad prolongada y fragilidad.
de redes de apoyo. Como argumenta Justimiano (2024), la ausencia de espacios para escuchar y
La atención sistemática a la salud mental de los cuidadores fomenta la normalización del sufrimiento.
psicológico, contribuyendo a trayectorias de enfermedad emocional que se desarrollan a partir de
de forma silenciosa y gradual.

Por lo tanto, la carga emocional sobre el cuidador no debe entenderse como
no un efecto secundario u ocasional del cuidado, sino como un elemento estructurador de
experiencia en el cuidado de una persona con trastorno del espectro autista. Como señalan
Ribeiro y Massalai (2024) afirman que la atención continua, cuando está respaldada por altas demandas,
Los factores emocionales tienen un impacto directo en la salud mental del cuidador. Reconocer esto
Sobrecargar esta situación implica desviar el enfoque de la atención, que actualmente se centra exclusivamente en la persona con TEA.
para una comprensión más amplia que incluya al cuidador como sujeto de derechos y necesidades.
y vulnerabilidades.

Machine Translated by Google

3.2 Implicaciones de la atención continua para la salud mental del cuidador

La sobrecarga emocional asociada con el cuidado continuo de personas con trastorno
El trastorno del espectro autista (TEA) ha sido ampliamente reconocido en la literatura como un factor.
fundamental para el deterioro de la salud mental del cuidador. Los estudios indican que esto
cuidados prolongados, caracterizados por vigilancia constante, mayores responsabilidades y
La reorganización de la vida cotidiana crea condiciones propicias para el desarrollo del sufrimiento.
enfermedad psicológica y mental, especialmente cuando se mantiene durante largos períodos sin
apoyo adecuado (ILIAS et al., 2018; GENTLES; MCLAUGHLIN; SCHNEIDER, 2024).

Desde esta perspectiva, Gentles, McLaughlin y Schneider (2024) proponen comprender la
El estrés experimentado por los cuidadores de personas con TEA como fenómeno
multidimensional, que va más allá de las reacciones emocionales aisladas y se configura como un
Un proceso continuo de desgaste psicológico. Según los autores, este estrés es consecuencia de...
interacción entre las exigencias prácticas del cuidado, las presiones emocionales y las limitaciones sociales.
impuestos por la rutina, produciendo impactos acumulativos que comprometen progresivamente la
salud mental del cuidador. Cuando estas demandas no están mediadas por estrategias de
Los mecanismos de afrontamiento o las redes de apoyo tienden a favorecer el desarrollo del estrés crónico y pueden
desencadenando problemas de salud mental (ILIAS et al., 2018).

Los estudios demuestran que los cuidadores de personas con TEA presentan altos niveles de trastorno del espectro autista (TEA).
de estrés, ansiedad, agotamiento emocional y síntomas depresivos, especialmente cuando
La atención se presta de forma específica y en contextos de apoyo emocional insuficiente.
social (VIEIRA, 2020; BOHN; DAL MOLIN, 2023). Estos hallazgos refuerzan la comprensión
que el sufrimiento psicológico se acumula con el tiempo, especialmente cuando se asocia con
fragilidad de las redes de apoyo y ausencia de espacios para la recuperación emocional resultante
de las exigencias del cuidado.

Según Chaim et al. (2019), la carga del cuidado a menudo implica
Abandonar las actividades profesionales, sociales y de ocio, reduciendo las oportunidades de autocuidado.
y la participación social. Esta restricción progresiva tiende a limitar las fuentes de placer y apoyo.
El malestar emocional contribuye a los sentimientos de aislamiento, agotamiento y pérdida de identidad.
personal. Así, además del esfuerzo físico, el impacto del cuidado alcanza dimensiones subjetivas,
porque la reducción de espacios para el descanso y la realización personal puede intensificar la tensión.
angustia emocional y vulnerabilidad al sufrimiento psicológico, especialmente cuando se requiere atención médica.
concentrado en un solo miembro de la familia.

Machine Translated by Google

Desde esta misma perspectiva, Ribeiro y Massalai (2024) destacan que la recurrencia de intensas exigencias emocionales, junto con la responsabilidad casi exclusiva que recae sobre el cuidador y La fragilidad de las redes de apoyo contribuye a la perpetuación de un sufrimiento psicológico silencioso. Este proceso suele normalizarse en el contexto familiar. Tiende a comprometer mejorar gradualmente el bienestar psicológico del cuidador, transformando la sobrecarga diaria en Enfermedad mental a lo largo del tiempo.

Los estudios de Friesen (2022), a su vez, contribuyen a ampliar la comprensión. de las implicaciones de la atención continua, destacando el sufrimiento psicológico del cuidador. Esto no solo se debe a la intensidad objetiva de las demandas, sino también a la forma en que se formulan dichas demandas. Las demandas se interpretan y se abordan con el tiempo. Según Friesen (2022), Los cuidadores de personas con TEA tienden a experimentar altos niveles de estrés y El malestar emocional se produce cuando uno percibe poca previsibilidad y escaso control sobre... situaciones de cuidado y recursos personales y sociales insuficientes para hacer frente a las exigencias. desafíos cotidianos. El autor destaca que las estrategias de afrontamiento adaptativas pueden mitigar estos desafíos. Los efectos negativos del estrés, aunque no eliminan por completo el impacto del cuidado de personas dependientes. continuo.

Entre las implicaciones, Lam et al. (2024) señalan la depresión como una de las Problemas más frecuentes que enfrentan los cuidadores de niños con trastorno del espectro autista. En un metaanálisis que recopiló 40 estudios e involucró a 13.853 cuidadores, los autores identificaron una alta prevalencia global de síntomas depresivos, estimada en un 45% (IC del 95%: 39,0–51.0), lo que pone de relieve la magnitud significativa del riesgo psicosocial asociado al cuidado de personas dependientes. continuo. Los hallazgos también indicaron variaciones regionales relevantes, con mayor prevalencias observadas en estudios europeos (54%) y en la región del Mediterráneo oriental (53%), seguido del Sudeste Asiático y el Pacífico Occidental (40%) y las Américas (38%). De En general, se demostró que los síntomas depresivos estaban asociados con la intensidad de las demandas de precaución, dada la fragilidad de las redes de apoyo social y la incertidumbre con respecto al desarrollo y Autonomía futura de la persona con TEA, reforzando el impacto global y duradero de la atención. estudio continuo sobre la salud mental de los cuidadores (LAM et al., 2024).

Según Roskam et al. (2021), además de la depresión y la ansiedad, los cuidadores de Los niños con TEA pueden desarrollar agotamiento parental, caracterizado por agotamiento emocional. un intenso desapego emocional y sentimientos de insuficiencia en la prestación de cuidados, lo que resulta Esto se debe a un desequilibrio persistente entre la alta demanda de atención médica y la insuficiencia de recursos. En este contexto, los cuidadores son más vulnerables a este fenómeno, ya que

Machine Translated by Google

que los cuidados prolongados y muy exigentes tienden a reducir progresivamente las reservas.

Factores emocionales y mecanismos de adaptación psicológica.

Según Li et al. (2022), la ansiedad y el estrés también están presentes con frecuencia.
a niveles clínicamente relevantes, con diferencias por género: las madres tienden a reportar niveles más altos
niveles de estrés, ansiedad y depresión en comparación con los padres, especialmente cuando
Los síntomas del TEA son más graves. En este contexto, el sufrimiento psicológico del cuidador no es...
No se explica únicamente por el diagnóstico, sino por la interacción entre las demandas de atención y
características del desarrollo y comportamiento infantil/adolescente, que
Modulan la intensidad del malestar emocional (LI et al., 2022). En conjunto, estos hallazgos
Los estudios indican que la enfermedad mental del cuidador adopta múltiples formas clínicas.
influenciada por la compleja interacción entre las necesidades de atención y los recursos disponibles.

Según Ilias et al. (2018), factores como la gravedad de los síntomas y las dificultades
Los problemas financieros y, especialmente, el apoyo social insuficiente se asocian repetidamente con
Mayor estrés parental, mientras que las estrategias de afrontamiento y los recursos familiares
Pueden funcionar como elementos protectores. Por lo tanto, la atención continua tiende a ser más efectiva.
Resulta debilitante cuando el cuidador se enfrenta a desafíos diarios con una red de apoyo débil y pocos recursos.
posibilidades para dividir las tareas.

Según Seçinti et al. (2024), la relación entre las características de una persona con TEA y el
La enfermedad del cuidador suele producirse de forma indirecta, mediada por problemas.
Los factores emocionales y conductuales, así como el estigma internalizado, pueden intensificar la asociación.
entre las exigencias del cuidado, el estrés parental y los síntomas depresivos. Desde esta perspectiva, la
Los estudios sugieren que no solo importa la "gravedad" en sí misma, sino también la forma en que...
Las dificultades se expresan en la vida diaria y en cómo el cuidador las interpreta, especialmente cuando
Existe vergüenza, autoculpabilización o miedo al juicio social.

Lima et al. (2024) destacan que el autoestigma en las madres y/o cuidadoras puede contribuir
Este escenario de sufrimiento psicológico interfiere con la percepción de apoyo y la búsqueda de ayuda.
y en la forma en que la persona que cuida a alguien se evalúa a sí misma y su experiencia como madre/cuidadora.
Por lo tanto, comprender el estigma como un componente psicosocial es fundamental para
para explicar por qué algunos cuidadores presentan una salud mental más deficiente incluso en ciertos contextos
Similar a las demandas objetivas.

Además de las repercusiones individuales, los estudios demuestran que la atención continuada tiene repercusiones.
impactando significativamente la calidad de vida y las relaciones familiares. Según Chaim et al.
(2019), tensiones matrimoniales, dificultades de comunicación y reducción de la interacción social son

Machine Translated by Google

efectos recurrentes asociados con la sobrecarga emocional del cuidado, creando un ciclo en el que
El malestar psicológico del cuidador interfiere con la dinámica familiar y, simultáneamente,
Las relaciones debilitadas intensifican el estrés.

En la misma línea, Ahmed et al. (2023) demuestran que la calidad de vida de
Las madres y los padres que son cuidadores pueden exhibir patrones distintos, asociados con factores como el grado de
Sobrecarga, disponibilidad de apoyo social y contexto de atención. Estos hallazgos refuerzan la idea de que
la necesidad de comprender la experiencia del cuidador como situada, considerando variables
Factores como el género, las condiciones económicas, las redes de apoyo y el acceso a los servicios indican que...
Los efectos de la atención continuada tienden a acumularse con el tiempo, abarcando múltiples etapas.
dimensiones de la vida.

Según Hayes y Watson (2013), los efectos de la atención continua para personas con
El trastorno del espectro autista (TEA) va más allá del ámbito psicológico y también afecta a la salud física de los cuidadores.
con una mayor prevalencia de trastornos del sueño, fatiga crónica, dolor musculoesquelético y
Síntomas somáticos, frecuentemente asociados con estrés prolongado y sobrecarga.
emocional. Estos hallazgos refuerzan la comprensión de que la atención continua es un factor de riesgo.
acumulativo, capaz de comprometer el bienestar general del cuidador con el tiempo.

A pesar de este escenario de vulnerabilidad, los estudios señalan la existencia de factores
Medidas de protección capaces de mitigar los efectos negativos de la atención continuada sobre la salud mental.
Según Ilias et al. (2018), el apoyo social y los recursos de afrontamiento aparecen como factores.
fundamental para reducir el estrés y promover los procesos de adaptación psicológica, lo que sugiere que
Las intervenciones y las políticas deben favorecer las redes de apoyo formales e informales.

Según Peng et al. (2025), las intervenciones psicosociales, como los grupos de apoyo y
Las prácticas basadas en la atención plena han demostrado tener el potencial de reducir los niveles de estrés y
para mejorar el bienestar emocional, aunque la literatura destaca la necesidad de enfoques
contextualizado e integrado en las condiciones reales de las familias. El conjunto de evidencia sugiere
que tales intervenciones son más efectivas cuando se adaptan a las necesidades específicas de
cuidador y combinado con apoyo multidisciplinario.

En el marco de las políticas y directrices de atención, se reconoce que la atención
La atención integral para las personas con TEA requiere coordinación de redes y un enfoque interdisciplinario, que
Además, protege indirectamente a los cuidadores al reducir las interrupciones y los desplazamientos innecesarios.
Inseguridad en los servicios y la información. Por lo tanto, fortalecer el proceso de atención puede tener un efecto.
relevante para la salud mental del cuidador, al mitigar los factores organizacionales que amplifican la

Machine Translated by Google

Revista Científica Brasileña de Salud y Medicina (RBMED)
(Revista Científica Brasileña de Salud y Medicina) ISSN-e 3086-2477
Vol. 1, Núm. 1 | 2026

Finalmente, Gentles, McLaughlin y Schneider (2024) refuerzan que la salud mental de
Se debe entender que el cuidador es una parte integral de la atención que se le brinda a la persona con TEA.
falta de apoyo institucional, fragmentación de los servicios y discontinuidad de
El apoyo tiende a amplificar el sufrimiento psicológico del cuidador, mientras que las políticas
Las vías de atención pública e integrada pueden actuar como factores protectores indirectos.
Reconocer y abordar las implicaciones de la atención continua para la salud mental del cuidador.
Por lo tanto, constituye un paso fundamental hacia la elaboración de estrategias de atención más eficaces.

Consideraciones finales

Este estudio permitió un análisis integral de las implicaciones de la atención médica.
Apoyo continuo a la salud mental de los cuidadores de personas con trastorno del espectro autista.
destacando que esta experiencia está asociada con impactos significativos en la salud mental.
del cuidador, creando un contexto de alta vulnerabilidad psicológica. La exposición
Exigencias emocionales intensas y prolongadas, vigilancia constante y responsabilidad.
Los trastornos afectivos contribuyen al desarrollo de estrés crónico, ansiedad, agotamiento emocional y otros síntomas.
Puede producirse depresión, especialmente cuando la atención se concentra en un solo cuidador.

Los estudios analizados indican que tales repercusiones no se limitan a
son características del trastorno, pero se derivan de la organización diaria de los cuidados.
a menudo marcada por la fragilidad de las redes de apoyo, por un apoyo insuficiente
Este escenario contribuye a la institucionalización y a la normalización del sufrimiento emocional del cuidador.
para el aplazamiento del reconocimiento de la enfermedad mental y para el mantenimiento y los procesos
Signos progresivos de agotamiento emocional.

También se observó que el sufrimiento psicológico del cuidador tiene múltiples repercusiones.
dimensiones de la vida diaria, incluidas las relaciones familiares, la participación social y las actividades
Factores relacionados con el trabajo, que producen efectos acumulativos en la calidad de vida. La literatura indica que...
La ausencia de espacios para escuchar, brindar apoyo emocional e intervenciones dirigidas al cuidador tiende a
intensificar estos impactos con el tiempo.

En este sentido, los hallazgos refuerzan la comprensión de la salud mental del cuidador como
Un componente inseparable de la atención a las personas con trastorno del espectro autista.
La incorporación del cuidador como sujeto de cuidados en las prácticas y políticas de atención demuestra:

Machine Translated by Google

Esto es fundamental para promover intervenciones más integradas, sostenibles y sensibles.
complejidades que implica la atención continua.

Por lo tanto, aumentar la atención a la salud mental de los cuidadores implica superar la
hacer invisible el sufrimiento emocional y fortalecer las estrategias de apoyo, la escucha calificada y
ampliar las redes de apoyo. Esta perspectiva contribuye al desarrollo de prácticas de
una atención más humana, sostenible y eficaz, capaz de promover tanto el cuidado de la persona
con el TEA en lo que respecta a la preservación de la salud mental de quienes lo practican a diario.

Referencias

BOHN, Larisa; DAL MOLIN, Rossano Sartori. Carga materna por el diagnóstico de
Trastorno del espectro autista e implicaciones para la enfermería. En: Autismo: un enfoque
multiprofesional. Editorial Científica Digital, 2023. págs. 108-121.

CHAIM, Maria Paula Miranda et al. Calidad de vida de los cuidadores de niños con
Trastorno del espectro autista: una revisión de la literatura. Cuadernos de estudios de posgrado en
Trastornos del desarrollo, vol. 19, n.º 1, págs. 9-34, 2019.

FRIESEN, Kelsey A. et al. Salud mental y afrontamiento resiliente en cuidadores de autismo
Individuos durante la pandemia de COVID-19: hallazgos del estudio sobre familias que enfrentan la COVID-19.
Revista de Autismo y Trastornos del Desarrollo, vol. 52, n.º 7, págs. 3027-3037, 2022.

GENTLES, Stephen James; MCLAUGHLIN, Janet; SCHNEIDER, Margaret A. Estrés entre
cuidadores de niños autistas: análisis conceptual y verificación mediante dos estudios cualitativos
conjuntos de datos. PLOS One, vol. 19, n.º 10, e0312391, 2024.

HAYES, Stephanie A.; WATSON, Shelley L. El impacto del estrés parental: un metaanálisis
de estudios que comparan la experiencia del estrés parental en padres de niños con y sin
Trastorno del espectro autista. Revista de Autismo y Trastornos del Desarrollo, vol. 43, n.º 3, pág. 629-
642, 2013.

Machine Translated by Google

ILIAS, Kartini et al. Estrés parental y resiliencia en padres de niños con trastorno del espectro autista.
Trastorno del espectro autista (TEA) en el sudeste asiático: una revisión sistemática. Frontiers in Psychology, vol. 9, 280, 2018.

JUSTIMIANO, Simone. Los impactos del autismo en la salud mental de las familias. En: Psicología:
Ciencia y profesión: reflexiones e intervenciones psicológicas, 2024. págs. 125-134.

LAM, Xin Rong et al. Prevalencia mundial de la depresión en cuidadores de niños con autismo:
Revisión sistemática y metaanálisis. Revista de Enfermería Pediátrica, vol. 80, págs. e74-e85, 2025.
LI, Fēi et al. Malestar psicológico en padres de niños con trastorno del espectro autista: un
Estudio transversal basado en 683 díadas madre-padre. Revista de Enfermería Pediátrica, vol. 65,
págs. e49-e55, 2022.

LIMA, Claudete Veiga de et al. Autoestigma en madres de niños con trastorno del espectro autista.
autista. Psicología y Sociedad, vol. 36, e281976, 2024.

PENG, Qiyan et al. La efectividad de las intervenciones basadas en la atención plena para niños con
Autismo y sus padres: una revisión sistemática y metaanálisis. Frontiers in Psychology, vol.
16, 1526001, 2025.

RIBEIRO, Carolina Firmo Alamino; MASSALAI, Renata. Carga invisible: el desafío de
Madres que cuidan a niños con trastorno del espectro autista. Ibero-
Revista Estadounidense de Humanidades, Ciencias y Educación, vol. 10, n.º 12, págs. 43-66, 2024.

ROSKAM, Isabelle et al. Agotamiento parental en todo el mundo: un estudio en 42 países. Afectivo
Ciencia, vol. 2, núm. 1, págs. 58-79, 2021.

SEÇINTI, Dilara Demirpençe et al. Depresión y angustia parental entre cuidadores de
Niños autistas: un análisis de mediación en serie en cuidadores de niños autistas. BMC Psychology,
v. 12, n. 1, 339, 2024.

Machine Translated by Google

SOUSA, Laila Laise Alves de et al. Análisis del nivel de carga en los cuidadores de Niños con parálisis cerebral y autismo. Revista Brasileña de Desarrollo, vol. 8, n.º 5, pág. 33108-33119, 2022.

VIEIRA, Leandro da Silveira et al. Análisis del estrés percibido, síntomas depresivos y Ansiedad en padres/cuidadores de niños y adolescentes con trastorno del espectro autista. autista. 2020. 110 p. Disertación (Maestría en Neurociencia) – Universidad Federal de Minas Gerais, Instituto de Ciencias Biológicas, 2020.