REVISTA ELETRÔNICA PESQUISAS EM SAÚDE
v.3, n.4 out./dez. 2026 DOI: 10.47538/RPS-2026.V3N4
ISSN: 2965-9957

# DO LUTO À EXAUSTÃO: UMA ANÁLISE ANALÍTICO-COMPORTAMENTAL DA PARENTALIDADE DIANTE DO DIAGNÓSTICO DE DEFICIÊNCIA

**Ana Laura Almeida da Silva**
Graduanda em Psicologia, Faculdade UNAMA Boa Vista - RR, Brasil.
https://orcid.org/0009-0007-4377-0362
E-mail: lauraalmeida888@gmail.com

**Fernanda Irys Cavalcante Mota**
Graduanda em Psicologia, Faculdade UNAMA Boa Vista - RR, Brasil.
https://orcid.org/0009-0009-9091-9152
E-mail: fernandairys588@gmail.com

**Gabriella Matias da Silva**
Docente da Faculdade UNAMA. Especialista em Terapia Cognitiva, Educação Especial e Psicomotricidade, Neuropsicologia, Psicologia Clínica, Psicologia Jurídica e Psicologia Organizacional.
https://orcid.org/0009-0009-5192-0898
E-mail: gabriellamatiaspsi@hotmail.com

DOI-Geral: http://dx.doi.org/10.47538/RPS-2026.V3N4
DOI-Individual: http://dx.doi.org/10.47538/RPS-2026.V3N4-06

**RESUMO:** A exaustão de pais e cuidadores de crianças com deficiência costuma ser tratada como fragilidade individual, e o impacto do diagnóstico, como luto. Questiona-se como a literatura ajuda a compreender, pela Análise do Comportamento, a passagem do luto para a exaustão. Seu objetivo é analisar as contingências que organizam a parentalidade diante do diagnóstico e identificar as variáveis que levam da extinção inicial ao desamparo aprendido e ao burnout parental. Trata-se de pesquisa bibliográfica, qualitativa e exploratória, do tipo revisão narrativa, que reuniu obras da Análise do Comportamento, estudos psicanalíticos sobre o luto parental, pesquisas sobre burnout parental e sobre estresse e adaptação de cuidadores, lidos de forma analítica e interpretativa. O referencial parte do Behaviorismo Radical, de Skinner, Sidman e Hunziker sobre extinção, coerção e desamparo, e do modelo de Mikolajczak e Roskam sobre o equilíbrio entre demandas e recursos. Os resultados mostram que as literaturas tradicional e analítico-comportamental descrevem o mesmo fenômeno com explicações diferentes: o que se chama de luto corresponde, funcionalmente, à extinção de respostas mantidas pela expectativa de normalidade, e a rotina de cuidados impõe controle aversivo, esquiva e privação de reforço positivo, condições próximas ao desamparo aprendido e ao desequilíbrio entre demandas e recursos descrito no burnout parental. Conclui-se que a exaustão do cuidador pode ser entendida como produto do ambiente, o que orienta a intervenção para a reorganização das contingências e das redes de apoio, e que são escassos, no Brasil, os estudos sobre burnout parental em cuidadores de crianças com deficiência.

**PALAVRAS-CHAVE:** Análise do comportamento. Parentalidade. Deficiência. Desamparo aprendido. Burnout parental.

REVISTA ELETRÔNICA PESQUISAS EM SAÚDE
v.3, n.4 out./dez. 2026 DOI: 10.47538/RPS-2026.V3N4
ISSN: 2965-9957

# DEL DUELO AL AGOTAMIENTO: UN ANÁLISIS ANALÍTICO-CONDUCTUAL DE LA PARENTALIDAD ANTE EL DIAGNÓSTICO DE DISCAPACIDAD

**ABSTRACT:** The exhaustion of parents and caregivers of children with disabilities is usually treated as individual frailty, and the impact of the diagnosis, as grief. The question is how the literature helps to understand, through Behavior Analysis, the passage from grief to exhaustion. Its objective is to analyze the contingencies that organize parenting in the face of the diagnosis and to identify the variables that lead from the initial extinction to learned helplessness and parental burnout. This is bibliographic, qualitative and exploratory research, of the narrative review type, which gathered works of Behavior Analysis, psychoanalytic studies on parental grief, research on parental burnout and on caregiver stress and adaptation, read analytically and interpretively. The framework starts from Radical Behaviorism, from Skinner, Sidman and Hunziker on extinction, coercion and helplessness, and from the model of Mikolajczak and Roskam on the balance between demands and resources. The results show that the traditional and behavior-analytic literatures describe the same phenomenon with different explanations: what is called grief corresponds, functionally, to the extinction of responses maintained by the expectation of normality, and the care routine imposes aversive control, avoidance and deprivation of positive reinforcement, conditions close to learned helplessness and to the imbalance between demands and resources described in parental burnout. It is concluded that caregiver exhaustion can be understood as a product of the environment, which directs the intervention toward the reorganization of contingencies and support networks, and that studies on parental burnout among caregivers of children with disabilities are scarce in Brazil.

**KEYWORDS:** Behavior analysis. Parenting. Disability. Learned helplessness. Parental burnout.

## INTRODUÇÃO

Ser pai ou mãe envolve um repertório de comportamentos construído ao longo da vida, sob a influência de contingências filogenéticas, ontogenéticas e culturais que sustentam a expectativa de um filho com desenvolvimento típico. Desde o planejamento familiar, o comportamento dos pais é orientado por regras e imagens idealizadas que antecipam reforçadores sociais positivos, como o êxito escolar, a aceitação social e a independência futura da criança, e que organizam um conjunto complexo de respostas voltadas ao cuidado e à socialização do filho (Skinner, 2003).

Nesse cenário, o diagnóstico de uma deficiência física, intelectual ou do neurodesenvolvimento representa uma mudança abrupta e de forte caráter aversivo no ambiente da família. Ele desfaz as condições anteriores e coloca em extinção operante

comportamentos dos cuidadores que vinham sendo mantidos pela expectativa de normalidade. Na literatura psicológica geral, de matriz predominantemente psicanalítica, esse impacto costuma ser descrito como o luto vivido diante da distância entre o filho idealizado e o filho real (Mannoni, 1999; Franco, 2015). Do ponto de vista analítico-comportamental, trata-se de uma suspensão aguda de reforçadores, que evoca respostas emocionais reflexas e intensas, como isolamento, episódios depressivos e desorganização do comportamento (Carrara, 2015).

Passado o impacto inicial, a rotina da família se reorganiza em torno de exigências diárias intensas e de um controle predominantemente aversivo. O ato de cuidar tende a ser regido sobretudo pela necessidade de fugir ou de se esquivar de situações aversivas, como o agravamento clínico da criança, as crises de comportamento e o julgamento social depreciativo, o que priva os pais, de forma crônica, do acesso a fontes externas de reforçamento positivo (Sidman, 2009). A exposição prolongada a essa estimulação aversiva incontrolável, somada à escassez de reforçadores positivos, enfraquece os comportamentos de enfrentamento e pode culminar no desamparo aprendido, com exaustão emocional e apatia (Hunziker, 2011).

Esse estado de exaustão, correlato clínico do burnout parental, não deve ser tomado como mero rótulo para o desamparo aprendido. O burnout parental é um construto próprio, de reconhecimento internacional recente, descrito por Roskam, Brianda e Mikolajczak (2018) como uma síndrome marcada por exaustão ligada ao papel parental, contraste com o eu parental anterior, saturação com esse papel e distanciamento emocional dos filhos. Uma revisão de escopo conduzida por pesquisadores brasileiros mostrou que o campo é recente, com a maior parte dos estudos publicada a partir de 2017, e que populações específicas, como a de cuidadores de crianças com deficiência, seguem pouco exploradas (Paula et al., 2022).

Nota-se, assim, uma lacuna na articulação entre a leitura analítico-comportamental da parentalidade atípica e a literatura sobre burnout parental, sobretudo no cenário brasileiro e na região Norte. Diante dessa lacuna, formula-se o seguinte problema de pesquisa: de que modo a literatura permite compreender, sob a perspectiva da Análise do Comportamento, a transição do processo de extinção (luto) para o

desamparo aprendido (exaustão) em pais diante do diagnóstico de deficiência de seus filhos? Parte-se da suposição de que o diagnóstico representa uma mudança aversiva que interrompe as consequências antes esperadas e coloca em extinção o repertório voltado ao "filho idealizado" (Carrara, 2015) e de que a rotina de cuidados contínuos impõe privação crônica de reforçadores positivos e excesso de controle aversivo, o que favorece o desamparo aprendido e a exaustão (Hunziker, 2011; Sidman, 2009).

Quatro razões justificam esta discussão. No plano teórico, busca-se ir além das explicações mentalistas e internalistas que predominam na literatura sobre o estresse do cuidador, afastando-se de leituras que culpabilizam os pais ou tratam o sofrimento como fraqueza de personalidade e oferecendo uma explicação funcional que o compreende como produto de ambientes coercitivos (Hunziker, 2011).

No plano social, o tema dá visibilidade a uma população pouco vista, cuja participação na vida comunitária, escolar e profissional pode ser limitada pela rotina de cuidados. No plano clínico, contribui para um manejo voltado também à saúde do cuidador, já que as intervenções em Análise do Comportamento Aplicada (ABA) costumam concentrar-se na modelagem de repertórios da criança, embora os pais sejam os principais mediadores desse ambiente (Dutra, 2024). Por fim, no plano científico, reúne em um único texto conceitos dispersos em literaturas que raramente dialogam.

O objetivo geral é analisar, sob a perspectiva da Análise do Comportamento, a dinâmica de contingências que rege a trajetória de cuidadores principais de crianças com deficiência, identificando as variáveis ambientais responsáveis pela transição entre o impacto do diagnóstico e a instalação do burnout parental. Especificamente, pretende-se: (a) descrever, na literatura, as respostas emocionais e operantes dos cuidadores após a recepção do diagnóstico (processo de extinção do filho idealizado); (b) identificar as variáveis que compõem a rotina de cuidados, com foco em esquemas de privação de reforço positivo e em comportamentos de fuga e esquiva; e (c) discutir indicativos de desamparo aprendido decorrentes da exposição crônica a estimulações aversivas incontroláveis e sua relação com o burnout parental.

REVISTA ELETRÔNICA PESQUISAS EM SAÚDE
v.3, n.4 out./dez. 2026 DOI: 10.47538/RPS-2026.V3N4
ISSN: 2965-9957

## REFERENCIAL TEÓRICO

## A LEITURA MENTALISTA DO LUTO PARENTAL: CONTRIBUIÇÕES E LIMITES

A literatura tradicional, de matriz psicanalítica e fenomenológica, descreveu o impacto do diagnóstico de deficiência sobre a família em termos de fases. Ajuriaguerra (1983), por exemplo, propôs três momentos: choque inicial, luta contra a condição e, por fim, reorganização e aceitação, reconhecendo que a duração e a intensidade de cada etapa variam entre as famílias.

Dessa mesma tradição provém a expressão "filho idealizado": Mannoni (1999) e Franco (2015) explicam que os pais projetam sobre a criança ainda não nascida atributos estéticos, de competência e de futuro, e que o diagnóstico rompe abruptamente essa idealização, exigindo um trabalho psíquico de elaboração da perda antes que um novo vínculo com o filho real se firme. Franco (2015) acrescenta que o percurso não termina no luto, já que a criança permanece e os pais precisam construir uma ligação com ela, e rejeita a ideia de que o luto crônico seja inevitável.

Battikha, Faria e Kopelman (2007) chegam a uma conclusão semelhante ao estudar o impacto da notícia do diagnóstico sobre as representações maternas construídas na gestação. Uma revisão sistemática sobre a adaptação parental à deficiência converge com esse ponto ao indicar que o processo não se encerra no luto e que a reidealização do filho real depende de intervenção precoce centrada na família e de condições sociais de apoio (Londero et al., 2021). Na leitura aqui proposta, isso equivale a ampliar as fontes de reforçamento disponíveis ao cuidador.

Essas formulações têm o mérito de descrever, com sensibilidade, a experiência subjetiva relatada pelos pais. O limite aparece quando recorrem a estruturas internas e inconscientes como explicação última do sofrimento, o que restringe a possibilidade de intervir sobre as condições ambientais que o mantêm. Em vez de buscar a causa do sofrimento em processos psíquicos internos, a Análise do Comportamento volta-se para as contingências de reforçamento observáveis que governam o comportamento dos cuidadores.

## A PARENTALIDADE IDEALIZADA E O PROCESSO DE EXTINÇÃO DO FILHO TÍPICO

O comportamento de parentalidade é modelado por contingências sociais e culturais que estabelecem regras rígidas sobre o desenvolvimento infantil esperado. Desde a gestação, os pais emitem respostas operantes mantidas por reforçadores condicionados que sinalizam um futuro idealizado para o filho. Quando o diagnóstico rompe essas expectativas, tais respostas deixam de produzir as consequências antecipadas, o que caracteriza uma operação de extinção (Skinner, 2006).

A extinção operante não se limita à cessação da resposta: produz, de forma consistente, um aumento de respostas emocionais eliciadas, comumente associadas a raiva, frustração e isolamento social. Esse período de instabilidade reflete o descompasso entre as habilidades que os pais possuem e as novas demandas apresentadas pela condição do filho, as quais exigem uma reorganização profunda de classes de respostas que o cuidador muitas vezes ainda não tem em seu repertório (Carrara, 2015).

Essa leitura dialoga com a literatura analítico-comportamental sobre o luto por morte: Fagundes (2012 apud Hamoui, 2022) relacionou as fases do luto descritas por Kübler-Ross às etapas da curva de extinção operante, e Nascimento et al. (2015 apud Hamoui, 2022) descrevem o luto como um processo de adaptação do repertório, marcado por contingências aversivas, perda de reforçadores e respostas de fuga e esquiva. A extensão dessas formulações ao luto pelo filho idealizado é uma aproximação das autoras.

## O CONTROLE AVERSIVO E A ROTINA DE CUIDADOS: FUGA E ESQUIVA CRÔNICAS

Manter a rotina de uma criança com deficiência frequentemente coloca os cuidadores em um ambiente saturado de controle aversivo. Skinner (2003) adverte que o controle baseado em estímulos punitivos ou aversivos gera subprodutos comportamentais indesejáveis, sendo a fuga e a esquiva as principais estratégias selecionadas. Na parentalidade atípica, os comportamentos do dia a dia tendem a tornar-se predominantemente operantes de esquiva, voltados a evitar crises de comportamento,

agravamentos na saúde, exclusão escolar ou o julgamento severo da comunidade (Sidman, 2009).

Embora a esquiva reduza, por um tempo, a probabilidade de contato com o estímulo aversivo e produza alívio imediato (reforçamento negativo), ela cobra um preço alto a longo prazo: dedicar-se exclusivamente a essas funções consome o tempo e a energia do cuidador e o impede de acessar práticas que produzam reforçamento positivo. A privação prolongada de interações sociais e o estreitamento do repertório social alteram o valor reforçador e aversivo dos eventos cotidianos, de modo que a rotina se torna cada vez mais aversiva e o cuidador é conduzido a um estado de vulnerabilidade psicológica crônica (Skinner, 2003).

## DO DESAMPARO APRENDIDO À EXAUSTÃO PARENTAL

Contingências aversivas incontroláveis, nas quais as respostas do indivíduo não alteram a probabilidade de ocorrência do estressor, favorecem o desenvolvimento do desamparo aprendido. Documentado na análise experimental do comportamento, o fenômeno mostra que sujeitos expostos a eventos aversivos inescapáveis apresentam déficit na aprendizagem de novas respostas de fuga quando estas se tornam disponíveis, além de redução da atividade motora geral e passividade diante do sofrimento (Hunziker, 2011).

Na parentalidade atípica, o desamparo pode manifestar-se quando os pais, após sucessivas tentativas frustradas de modificar barreiras estruturais, atitudinais ou biológicas, passam a emitir relatos verbais de impotência e a demonstrar apatia. Esse padrão associa-se ao conceito clínico de burnout parental, que, nesta leitura, pode ser compreendido como o esgotamento do repertório operante pela escassez de reforço positivo e pela saturação de controle aversivo. A exaustão aparece, assim, como possível consequência de ambientes que falham em oferecer suporte e reforçamento às ações do cuidador, interpretação que se apoia na formulação de Hunziker (2011) sobre o desamparo.

REVISTA ELETRÔNICA PESQUISAS EM SAÚDE
v.3, n.4 out./dez. 2026 DOI: 10.47538/RPS-2026.V3N4
ISSN: 2965-9957

## BURNOUT PARENTAL: CONCEITO, MODELO EXPLICATIVO E AVALIAÇÃO

Como já anunciado na introdução, o burnout parental é um construto autônomo, validado internacionalmente. Roskam, Brianda e Mikolajczak (2018) partiram de relatos de pais exauridos para construir um instrumento específico, o *Parental Burnout Assessment* (PBA), e mostraram que o esgotamento parental é uma síndrome distinta do burnout profissional e do estresse parental comum, caracterizada por quatro dimensões: exaustão extrema ligada ao papel parental, contraste com o eu parental anterior, saturação (sensação de estar farto) com esse papel e distanciamento emocional dos filhos. Mikolajczak e Roskam (2018) propuseram, em seguida, um modelo explicativo segundo o qual o burnout parental decorre do desequilíbrio crônico entre os riscos e demandas que recaem sobre os cuidadores e os recursos de que dispõem para enfrentá-los.

No Brasil, a versão em português do instrumento foi adaptada e validada com amostras de Portugal e do Brasil (Matias et al., 2020), o que sustenta o uso do construto no contexto brasileiro. Uma revisão de escopo publicada na Revista Brasileira de Enfermagem mapeou essa produção (Paula et al., 2022). Segundo ela, a prevalência varia entre 0,2% e 20% dos cuidadores, conforme a amostra e o contexto, e, quando não tratado, o quadro se associa a prejuízos na vida conjugal e no trabalho e a maior risco de negligência e violência contra a criança (Paula et al., 2022).

## METODOLOGIA

### TIPO DE PESQUISA

Esta é uma pesquisa bibliográfica, de abordagem qualitativa e caráter exploratório e descritivo, do tipo revisão narrativa da literatura. O arcabouço teórico-metodológico fundamenta-se nos pressupostos do Behaviorismo Radical e da Análise do Comportamento, que orientam a leitura funcional dos fenômenos descritos pelas diferentes fontes. Por não envolver coleta de dados com seres humanos, o estudo trabalha exclusivamente com textos científicos publicados, em conformidade com a Resolução CNS nº 510/2016 (Brasil, 2016).

## CORPUS DE ANÁLISE

O corpus foi composto por quatro conjuntos de fontes: (a) obras fundamentais da Análise do Comportamento sobre extinção, controle aversivo, coerção e desamparo aprendido (Skinner, 2003, 2006; Sidman, 2009; Hunziker, 2011; Carrara, 2015) e uma revisão da literatura analítico-comportamental sobre o luto (Hamoui, 2022); (b) literatura tradicional, de matriz psicanalítica e fenomenológica, sobre o luto parental diante do diagnóstico de Deficiência (Ajuriaguerra, 1983; Mannoni, 1999; Battikha; Faria; Kopelman, 2007; Franco, 2015); (c) produção recente sobre burnout parental, incluindo estudos de conceituação e mensuração do construto, a adaptação do instrumento ao português e uma revisão de escopo brasileira (Roskam; Brianda; Mikolajczak, 2018; Mikolajczak; Roskam, 2018; MatiaS et al., 2020; PAULA et al., 2022); e (d) literatura sobre estresse, sobrecarga e adaptação de cuidadores de crianças com deficiência e sobre treinamento parental em ABA, incluindo uma revisão sistemática, produções realizadas na região Norte e um estudo de prevalência de burnout parental em cuidadores de crianças com Tea (Londero Et Al., 2021; Lima, 2016; Costa; Garcia; Roberti Junior, 2025; Souza Et Al., 2025; Brito, 2025; Dutra, 2024; Emilio; Portes, 2024).

Os critérios de seleção foram a pertinência ao tema e o reconhecimento da obra em sua área. No caso do burnout parental, considerou-se ainda a atualidade, já que o campo se consolidou a partir de 2017, e, no conjunto (d), a proximidade com o tema e com o contexto regional. As fontes foram reunidas por indicação e leitura dirigida, sem busca sistemática em bases de dados, a partir de livros de referência, periódicos científicos e repositórios institucionais de teses. Por isso, o corpus não pretende esgotar a literatura sobre o tema, e essa limitação é retomada nas considerações finais.

## PROCEDIMENTOS DE ANÁLISE

As fontes foram submetidas a leitura exploratória, seletiva, analítica e interpretativa. O material foi organizado em três eixos temáticos correspondentes aos objetivos específicos: (a) o impacto do diagnóstico e o processo de extinção; (b) a rotina de cuidados, o controle aversivo e a privação de reforço; e (c) o desamparo aprendido e o

burnout parental. Em cada eixo, confrontaram-se a leitura tradicional e a leitura analítico-comportamental, identificando convergências, divergências e lacunas, com base na relação tríplice de contingências (antecedentes, respostas e consequências).

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

A análise do corpus permitiu organizar os achados em três eixos, sintetizados no Quadro 1 e discutidos a seguir. As aproximações entre construtos de literaturas distintas constituem interpretação das autoras e não afirmações dos autores citados.

**Quadro 1:** Síntese das leituras do corpus por fenômeno

| Fenômeno | Leitura tradicional e construtos clínicos | Leitura analítico-comportamental |
|---|---|---|
| Impacto do diagnóstico | Luto pelo filho idealizado; perda a ser elaborada psiquicamente (Mannoni, 1999; Franco, 2015) | Extinção operante de respostas mantidas pela expectativa de normalidade; respostas emocionais eliciadas (Skinner, 2006; Carrara, 2015) |
| Rotina de cuidados | Fases de choque, luta e reorganização, com duração variável entre famílias (Ajuriaguerra, 1983) | Controle aversivo; fuga e esquiva; privação de reforço positivo (Skinner, 2003; Sidman, 2009) |
| Exaustão do cuidador | Burnout parental: exaustão, contraste com o eu parental anterior, saturação e distanciamento emocional; desequilíbrio entre demandas e recursos (Roskam; Brianda; Mikolajczak, 2018; Mikolajczak; Roskam, 2018) | Desamparo aprendido: déficit na aprendizagem de novas respostas, redução da atividade e passividade (Hunziker, 2011) |

**Fonte:** Elaborado pelas autoras (2026).

## DO LUTO À EXTINÇÃO: CONVERGÊNCIA DESCRITIVA E DIVERGÊNCIA EXPLICATIVA

As duas tradições descrevem um mesmo acontecimento: o diagnóstico rompe um conjunto de expectativas e desorganiza a vida emocional dos pais. Divergem quanto ao que explica o sofrimento. Em Mannoni (1999) e Franco (2015), a explicação recai sobre a perda do filho idealizado e sobre o trabalho psíquico necessário para elaborá-la; em Skinner (2006) e Carrara (2015), recai sobre o fato de que respostas antes mantidas por consequências antecipadas deixam de produzi-las, com os efeitos emocionais característicos da extinção. A diferença é relevante para a prática, pois a primeira

explicação orienta intervenções sobre a elaboração subjetiva e a segunda abre a possibilidade de intervir sobre as consequências disponíveis no ambiente do cuidador.

A variação de duração e intensidade das fases, reconhecida por Ajuriaguerra (1983), é compatível, na interpretação das autoras, com a ideia de que famílias distintas estão expostas a contingências distintas, como diferentes graus de suporte, de acesso a serviços e de aceitação social. Essa aproximação, contudo, carece de investigação empírica.

## ROTINA DE CUIDADOS: ESQUIVA E PRIVAÇÃO DE REFORÇO

A literatura analítico-comportamental indica que o controle aversivo gera fuga e esquiva como subprodutos (Skinner, 2003; Sidman, 2009). Aplicada à parentalidade atípica, essa formulação permite compreender por que a rotina de cuidados tende a se organizar em torno da tentativa de evitar crises, agravamentos e julgamentos. O alívio imediato produzido pela esquiva mantém o padrão, mas seu custo cumulativo é a redução do tempo e das oportunidades de contato com reforçadores positivos, como lazer, trabalho e convívio social, o que, por sua vez, torna a rotina mais aversiva. Essa leitura converge com a literatura sobre burnout parental, que associa níveis menores do quadro a mais tempo para lazer e a apoio externo (Matias et al., 2020).

Essa descrição aproxima-se do modelo de Mikolajczak e Roskam (2018), para o qual o burnout parental resulta do desequilíbrio crônico entre demandas e recursos. Na linguagem comportamental, demandas elevadas correspondem a alta densidade de estimulação aversiva, e recursos insuficientes, a escassez de reforçamento e de suporte. Trata-se de uma correspondência conceitual proposta pelas autoras, que as duas literaturas não formulam explicitamente.

## DESAMPARO APRENDIDO E BURNOUT PARENTAL

O desamparo aprendido descreve um processo: a exposição a eventos aversivos incontroláveis enfraquece respostas de enfrentamento e produz passividade (Hunziker, 2011). O burnout parental nomeia uma síndrome, com exaustão, contraste com o eu

parental anterior, saturação e distanciamento emocional, e dispõe de instrumento de mensuração validado (Roskam; Brianda; Mikolajczak, 2018).

Os dois conceitos são complementares: o primeiro oferece uma explicação funcional de como o repertório do cuidador se enfraquece, e o segundo, um quadro clínico delimitado e mensurável. Por isso, o burnout parental não deve ser tratado como mero sinônimo de desamparo, nem o desamparo como simples explicação do burnout.

Dois cuidados se impõem. Primeiro, o desamparo aprendido foi estabelecido sobretudo em pesquisa experimental, de modo que sua extensão ao cuidador humano exige cautela. Segundo a prevalência do burnout parental varia bastante entre os estudos, como visto na seção 2.5 (Paula et al., 2022), o que indica que nem todo cuidador em condição de sobrecarga o desenvolve e que variáveis protetoras, entre elas as redes de apoio, merecem atenção. As consequências do quadro não tratado, já descritas na seção 2.5 (Paula et al., 2022), reforçam a importância de cuidar de quem cuida.

A literatura consultada sobre cuidadores no Norte do país permite qualificar esse ponto. Souza et al. (2025), ao estudarem cuidadores atendidos em um serviço de reabilitação infantil ligado a um projeto de extensão da UFPA, relatam sintomas de ansiedade, depressão e sobrecarga em níveis baixos e os relacionam, entre outros fatores, ao contexto de apoio do serviço, sem afirmar que os cuidadores estejam fora de risco. Costa, Garcia e Roberti Junior (2025), por sua vez, observam em Boa Vista que mesmo participantes que declararam ter rede de apoio apresentaram altos níveis de estresse e sobrecarga, o que os leva a inferir que o apoio percebido pode ser insuficiente.

Fora da região Norte, Brito (2025) aplicou o PBA a 182 cuidadores de crianças com TEA atendidos em um serviço de referência em Fortaleza e estimou a prevalência de burnout parental em 3,3%, com 11% em risco moderado, identificando como fatores associados o sexo feminino, o estresse parental e o baixo suporte social; a autora ressalta que, apesar da prevalência baixa, o esgotamento emocional e o estresse dos cuidadores eram expressivos.

Esses dados reforçam a cautela de que nem todo cuidador sobrecarregado desenvolve o quadro e apontam o suporte social como uma variável relevante. Na leitura

aqui proposta, esses achados são compatíveis com a ideia de que o fator protetor não é a mera existência de apoio, mas a adequação do reforçamento e do suporte disponíveis ao cuidador, em linha com Londero et al. (2021), que apontam a função familiar, o apoio da família extensa e o descanso dos cuidados entre os fatores que favorecem a adaptação. Essa é uma aproximação das autoras, que os estudos citados não formulam.

## LACUNAS E IMPLICAÇÕES

O corpus evidencia que o campo do burnout parental é recente e que a produção sobre cuidadores de crianças com deficiência é escassa no Brasil (Paula et al., 2022). Há, porém, produção recente sobre cuidadores no Norte do país: Lima (2016) investigou o estresse parental de cuidadores de crianças com paralisia cerebral no Pará; Souza et al. (2025) avaliaram sobrecarga, ansiedade e depressão em cuidadores atendidos em um serviço de reabilitação infantil na Amazônia; e Costa, Garcia e Roberti Junior (2025) compararam o estresse e a sobrecarga de mães e pais de crianças com transtorno do espectro autista em Boa Vista (RR).

Essa produção parte do referencial do estresse e da sobrecarga e não utilizou instrumento específico de burnout parental, ao contrário de Brito (2025), que aplicou o PBA a cuidadores de crianças com TEA em Fortaleza (CE). Também não foram localizados, nas fontes analisadas, estudos que descrevam as contingências específicas vividas por famílias da região Norte, onde fatores como a oferta de serviços especializados, de terapias contínuas e de transporte adaptado podem constituir variáveis ambientais relevantes, hipótese que demanda pesquisa empírica.

No plano clínico, a literatura sobre treinamento parental em ABA ajuda a delimitar o que ainda falta. Na análise de 68 estudos primários feita por Dutra (2024), a grande maioria (94%) tratava de intervenções mediadas por pais, nas quais o cuidador é treinado para mudar o comportamento da criança, e o planejamento de reforçadores aparecia sobretudo para a criança, e não para os pais. Emilio e Portes (2024), por sua vez, não observaram diferença estatisticamente significativa no estresse de mães que participaram de um treinamento parental híbrido baseado em ABA, em um estudo com apenas oito

participantes. Esses dados não permitem afirmar que o treino de pais reduza a exaustão; indicam que a saúde do cuidador raramente é o alvo direto dessas intervenções. Nesta leitura, isso sustenta a sugestão de que os programas em ABA não se limitem ao repertório da criança e incluam também a reorganização de rotinas e a reintrodução programada de fontes de reforçamento positivo na vida do cuidador, hipótese que ainda carece de teste empírico. No plano social, redes de apoio comunitárias podem funcionar como reforçadores extrínsecos que reduzem os subprodutos do controle aversivo cotidiano (Sidman, 2009).

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este artigo analisou, por meio de revisão bibliográfica, a trajetória de cuidadores de crianças com deficiência, do impacto do diagnóstico à exaustão parental, sob a perspectiva da Análise do Comportamento. Em resposta ao problema de pesquisa, a literatura permite compreender a transição do luto à exaustão como um percurso de contingências: a extinção de respostas mantidas pela expectativa de normalidade, seguida de uma rotina marcada por controle aversivo, esquiva e privação de reforço positivo, que favorece o desamparo aprendido e se aproxima do quadro descrito como burnout parental. A leitura funcional desloca o foco da suposta fragilidade individual dos pais para as condições ambientais em que cuidam. Reconhecer essas condições é um primeiro passo para que o cuidado com quem cuida passe a ser entendido como parte do cuidado com a criança.

Como limitações, apontam-se o caráter narrativo da revisão, sem busca sistemática, e a quantidade restrita de fontes. Soma-se a isso a escassez de estudos empíricos sobre burnout parental em cuidadores de crianças com deficiência, já que a produção localizada na região Norte se restringe ao estresse e à sobrecarga, o que mantém parte das aproximações aqui propostas no plano teórico. Para pesquisas futuras, sugere-se a realização de revisões sistemáticas sobre o tema, estudos empíricos com cuidadores, em especial na região Norte, que descrevam suas contingências cotidianas, e a avaliação de intervenções voltadas à saúde do cuidador, com o uso de instrumentos validados, como o *Parental Burnout Assessment*.

## REFERÊNCIAS

AJURIAGUERRA, Julian de. **Manual de psiquiatria infantil.** São Paulo: Masson, 1983.

BATTIKHA, Elsa C.; FARIA, Maria Cristina C.; KOPELMAN, Benjamin I. As representações maternas acerca do bebê que nasce com doenças orgânicas graves. **Psicologia:** Teoria e Pesquisa, v. 23, n. 1, p. 17-24, 2007.

BRASIL. Ministério da Saúde. Conselho Nacional de Saúde. Resolução nº 510, de 07 de abril de 2016. **Diário Oficial da União,** Brasília, DF, 24 maio 2016.

BRITO, Francilene de Sousa Vieira. **Prevalência e fatores associados ao burnout parental em cuidadores de crianças com transtorno do espectro autista.** 2025. Tese (Doutorado em Saúde Pública) – Faculdade de Medicina, Universidade Federal do Ceará, Fortaleza, 2025.

CARRARA, Kester. **Behaviorismo radical:** crítica e metacrítica. 3. ed. São Paulo: Unesp, 2015.

COSTA, Mykaelle das Dores de Souza; GARCIA, Rafael Vilas Boas; ROBERTI JUNIOR, João Paulo. Estresse em cuidadores de crianças autistas: um estudo comparativo entre mães e pais. **Aprender – Caderno de Filosofia e Psicologia da Educação,** Vitória da Conquista, ano 9, v. 19, n. 33, p. 124-140, jan./jun. 2025. DOI: 10.22481/aprender.33.17164.

DUTRA, Thays Cristina Rodrigues. **Treino para pais de pessoas com TEA:** uma análise metodológica e sobre a eficiência e eficácia de estudos primários. 2024. Tese (Doutorado em Psicologia Experimental: Análise do Comportamento) – Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, São Paulo, 2024.

EMILIO, Aline Regina; PORTES, João Rodrigo Maciel. Modelo híbrido de treinamento parental para mães de crianças pré-escolares com transtorno do espectro autista baseado na análise do comportamento aplicada para redução do estresse parental. **Ciencias Psicológicas,** v. 18, n. 2, e3285, jul./dez. 2024. DOI: 10.22235/cp.v18i2.3285.

FRANCO, Vitor. Paixão-dor-paixão: pathos, luto e melancolia no nascimento da criança com deficiência. **Revista Latinoamericana de Psicopatologia Fundamental,** São Paulo, v. 18, n. 2, p. 204-220, jun. 2015. DOI: 10.1590/1415-4714.2015v18n2p204.2.

HAMOUI, Sofia. **O processo de luto sob a ótica da Análise do Comportamento:** uma revisão da literatura. 2022. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Psicologia) – Faculdade de Ciências Humanas e da Saúde, Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, São Paulo, 2022.

HUNZIKER, Maria Helena Leite. **Desamparo aprendido.** São Paulo: Edicon, 2011.

LIMA, Mayara Barbosa Sindeaux. **Estresse parental de cuidadores de crianças com paralisia cerebral no Estado do Pará.** 2016. Tese (Doutorado em Teoria e Pesquisa do Comportamento) – Núcleo de Teoria e Pesquisa do Comportamento, Universidade Federal do Pará, Belém, 2016.

LONDERO, Angelica Dotto; VAN HOOGSTRATEN, Antônia M. R. J.; SOUZA, Ana Paula Ramos de; RECHIA, Inaê Costa; FRANCO, Vítor. Adaptação parental ao filho

com deficiência: revisão sistemática da literatura. **Interação em Psicologia,** v. 25, n. 2, p. 240-255, 2021. DOI: 10.5380/riep.v25i2.60759.

MANNONI, Maud. **A criança retardada e a mãe.** 5. ed. São Paulo: Martins Fontes, 1999.

MATIAS, Marisa; AGUIAR, Joyce; CÉSAR, Filipa; BRAZ, Ana Carolina; BARHAM, E. J.; LEME, V.; ELIAS, L.; GASPAR, M. F.; MIKOLAJCZAK, Moïra; ROSKAM, Isabelle; FONTAINE, Anne Marie. The Brazilian–Portuguese version of the Parental Burnout Assessment: transcultural adaptation and initial validity evidence. **New Directions for Child and Adolescent Development,** v. 2020, n. 174, p. 67-83, 2020. DOI: 10.1002/cad.20374.

MIKOLAJCZAK, Moïra; ROSKAM, Isabelle. A theoretical and clinical framework for parental burnout: the balance between risks and resources (BR2). **Frontiers in Psychology,** v. 9, art. 886, 2018.

PAULA, Ana Júlia de; CONDELES, Paulo César; MORENO, André Luiz; FERREIRA, Maria Beatriz Guimarães; FONSECA, Luciana Mara Monti; RUIZ, Mariana Torreglosa. Parental burnout: a scoping review. **Revista Brasileira de Enfermagem,** v. 75, supl. 3, e20210203, 2022.

ROSKAM, Isabelle; BRIANDA, Maria-Elena; MIKOLAJCZAK, Moïra. A step forward in the conceptualization and measurement of parental burnout: the Parental Burnout Assessment (PBA). **Frontiers in Psychology,** v. 9, art. 758, 2018.

SIDMAN, Murray. **Coerção e suas implicações.** Campinas: Livro Pleno, 2009.

SKINNER, Burrhus Frederic. **Ciência e comportamento humano.** 11. ed. São Paulo: Martins Fontes, 2003.

SKINNER, Burrhus Frederic. **Sobre o behaviorismo.** 10. ed. São Paulo: Cultrix, 2006.

SOUZA, Eduardo Marcello Cardoso de; SIQUEIRA, Natalia Cristina Silva; PAZ, Allane Patrícia Santos da; PEREIRA, Yago Luis Gonçalves; SOUZA, Keyla Rodrigues de; MADEIRA, Lucimar Di Paula dos Santos; DOLABELA, Maria Fâni; MELLO, Vanessa Jóia de. Níveis de sobrecarga, ansiedade e depressão em cuidador informal e formal de crianças e adolescentes com paralisia cerebral. **Medicina (Ribeirão Preto),** v. 58, n. 2, e-217726, 2025. DOI: 10.11606/issn.2176-7262.rmrp.2025.217726.

Submissão: julho de 2026. Aceite: agosto de 2026. Publicação: novembro de 2026.