



EFEITOS PSICOLÓGICOS DO AUTODIAGNÓSTICO NO TIKTOK: UM ESTUDO NETNOGRÁFICO

PSYCHOLOGICAL EFFECTS OF SELF-DIAGNOSIS ON TIKTO: A NETNOGRAPHIC STUDY

Maria Clara Firmino Silva
mclarafirmino01@gmail.com

Bárbara Letícia Pereira da Silva
babiletiap@gmail.com

Marianna Sávia da Silva Barros de Amorim
marisaviabamorim@gmail.com

Samara Portela Patricio Furtado Rosenkranz
samaraportelapfr@gmail.com

Davi Ítalo Souza Barbosa da Silva
davib@prof.unifafire.edu.br

RESUMO

O crescente uso das mídias sociais transformou a maneira como jovens compreendem e narram sua saúde mental, especificamente no TikTok, onde conteúdos sobre TDAH e TEA circulam de forma rápida e altamente personalizada. Este estudo teve como objetivo analisar os efeitos psicológicos do autodiagnóstico realizado a partir desses conteúdos, investigando riscos, benefícios percebidos e formas de compartilhamento dessas experiências em comunidades virtuais. Para isso, utilizou-se o método netnográfico, com coleta de comentários públicos em vídeos publicados entre 2020 e 2025, resultando em um corpus de 77 comentários submetidos à Análise de Conteúdo. Os resultados revelaram quatro eixos centrais: autoavaliação e autodiagnóstico, uso da plataforma como fonte de informação, busca por profissionais após contato com os vídeos e dificuldades de acesso à saúde mental. Observou-se que o TikTok funciona simultaneamente como dispositivo de nomeação de sofrimentos e gatilho para questionamentos identitários, mas também expõe a desigualdade estrutural de acesso ao cuidado. Conclui-se que o fenômeno do autodiagnóstico nas redes sociais expressa tanto a busca por sentido subjetivo quanto a precarização dos serviços formais, evidenciando a necessidade de políticas de educação digital, regulação de conteúdos sensíveis e fortalecimento da rede de atenção psicossocial.

Palavras-chave: Autodiagnóstico; Saúde Mental; Tiktok.

ABSTRACT

Abstract: The growing use of social media has transformed the way young people understand and narrate their mental health, especially on TikTok, where content about ADHD and ASD circulates rapidly and in highly personalized ways. This study aimed to analyze the psychological effects of self-diagnosis based on such content, investigating perceived risks, benefits, and ways these experiences are shared in virtual communities. To this end, a netnographic method was used, collecting public comments on videos posted between 2020



and 2025, resulting in a corpus of 77 comments submitted to Content Analysis. The results revealed four central axes: self-assessment and self-diagnosis, the use of the platform as an information source, the search for professionals after engaging with the videos, and difficulties in accessing mental health care. It was observed that TikTok functions simultaneously as a device for naming forms of suffering and as a trigger for identity questioning, but also exposes the structural inequality of access to care. It is concluded that the phenomenon of self-diagnosis on social networks expresses both the search for subjective meaning and the precariousness of formal services, highlighting the need for digital education policies, regulation of sensitive content, and strengthening of the psychosocial care network.

Keywords: Self-Diagnosis; Mental Health; Tiktok.

1 INTRODUÇÃO

O crescimento do uso de mídias digitais tem redefinido a forma como os indivíduos compreendem e lidam com questões relacionadas à saúde mental. As plataformas digitais vêm se consolidando como espaços privilegiados para a busca por informações e a troca de experiências sobre o tema (NASLUND *et al.*, 2020). Entre elas, o TikTok se destaca em virtude de sua rápida adesão por adolescentes e jovens adultos (YEUNG; NG; ABI-JAOUDE, 2022). Por meio desse processo, observa-se que diversos usuários passam a reconhecer quadros psicopatológicos específicos, acreditando que tais diagnósticos oferecem justificativas coerentes para seus sintomas ou experiências subjetivas. A partir disso, adotam esse rótulo diagnóstico como parte integrante de si mesmos, utilizando-os para definir sua identidade (UNDERHILL; FOULKES, 2024). Assim, as mídias sociais deixam de atuar apenas como veículos neutros de informação, passando a exercer influência na forma como os usuários concebem e categorizam sua própria saúde mental (ARMSTRONG *et al.*, 2025).

Além disso, a prevalência de informações equivocadas sobre saúde é alta em praticamente todas as plataformas de mídias sociais (YEUNG; NG; ABI-JAOUDE, 2022). Essa situação, combinada à possibilidade de os usuários consumirem esses conteúdos passivamente sem recorrer a fontes confiáveis e cientificamente embasadas, é preocupante. Os algoritmos de personalização controlam o fluxo de informação nos feeds de maneira cada vez mais precisa, porém com baixa transparência, direcionando os usuários a conteúdos que nem sempre apresentam acurácia ou segurança. Tal dinâmica aumenta a vulnerabilidade à exposição a conteúdos imprecisos, favorecendo a aceitação e internalização dessas informações sem questionamento (ARMSTRONG *et al.*, 2025).

No contexto atual de circulação de informações por meio de conteúdos digitais, os transtornos do neurodesenvolvimento têm ganhado destaque. Esse grupo de condições, cuja



manifestação ocorre precocemente ao longo do período de desenvolvimento, geralmente na infância, é caracterizado por déficits no funcionamento cognitivo, comportamental, social ou acadêmico, comprometendo o desenvolvimento adaptativo do indivíduo (APA - ASSOCIAÇÃO AMERICANA DE PSICOLOGIA, 2014).

Entre os transtornos mais discutidos estão o Transtorno do Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH) e o Transtorno do Espectro Autista (TEA). O TDAH se caracteriza por um padrão persistente de desatenção e/ou hiperatividade-impulsividade que interfere no funcionamento e desenvolvimento do indivíduo, enquanto o TEA se define por déficits persistentes na comunicação e na interação social, além de padrões restritos e repetitivos de comportamento, interesses ou atividades (APA, 2014).

O conteúdo relacionado ao TDAH é particularmente popular no TikTok, em que diversos perfis e sites incentivam os usuários a realizarem autodiagnósticos com base em vídeos curtos, frequentemente desprovidos de rigor técnico (VERMA; SINHA, 2024, *apud* ARMSTRONG *et al.*, 2025).

Esse fenômeno, embora possa causar a sensação de pertencimento e ampliar o acesso a conteúdos voltados à conscientização, também apresenta riscos associados, como a romantização ou glorificação de transtornos mentais (AHUJA; FICHADIA, 2024), a estigmatização de determinados grupos (UNDERHILL; FOULKES, 2024) e a patologização de aspectos cotidianos da vida. Essa lógica pode levar indivíduos a confundirem traços normativos do desenvolvimento com sinais clínicos (MELO *et al.*, 2023), culminando tanto em identificação com o diagnóstico quanto na banalização do sofrimento psíquico.

Os algoritmos dessas plataformas tendem a privilegiar conteúdos emocionalmente apelativos e de alta viralização, em detrimento de materiais produzidos fundamentados em evidências científicas. Com isso, os vídeos sobre TDAH e TEA costumam apresentar sintomas genéricos e descontextualizados, o que pode induzir a interpretações equivocadas, reforçar estereótipos e alimentar sentimentos de inadequação, culpa e autoestigmatização (KARASAVVA *et al.*, 2025).

O estudo tem como objetivo geral analisar os efeitos psicológicos do autodiagnóstico realizado por meio da plataforma TikTok, buscando compreender os impactos subjetivos e sociais envolvidos nessa prática. De modo mais delimitado, pretende-se refletir sobre os riscos e benefícios percebidos pelos usuários, investigar como essas experiências são compartilhadas em comunidades virtuais e discutir os efeitos psicológicos relatados a partir do consumo de conteúdos diagnósticos nas redes sociais.



Nesse cenário, torna-se pertinente examinar como vídeos simplificados sobre TDAH e TEA nas redes sociais favorecem o autodiagnóstico entre adolescentes e jovens adultos e permitem compreender criticamente os efeitos subjetivos desse fenômeno e o papel das plataformas digitais na construção contemporânea de concepções sobre saúde mental. Tal análise é relevante para a Psicologia ao oferecer bases teóricas para problematizar como discursos digitais moldam percepções e narrativas sobre o sofrimento psíquico, além de possuir importância social ao identificar riscos, padrões de comportamento e possibilidades de intervenção educativa, orientando ações de conscientização sobre os limites do autodiagnóstico, incentivando a busca por acompanhamento profissional e contribuindo para debates sobre regulação de conteúdos sensíveis e promoção de ambientes digitais mais seguros.

2 MÉTODO

Este estudo foi realizado por meio do método netnográfico, uma adaptação da etnografia para ambientes virtuais, voltada à compreensão de interações e culturas digitais (KOZINETS, 2010). A netnografia permitiu analisar como os conteúdos sobre transtornos do neurodesenvolvimento, especificamente TDAH e TEA, são consumidos e interpretados por usuários do TikTok, assim como os efeitos psicológicos associados ao autodiagnóstico.

A coleta de dados foi realizada na plataforma TikTok, utilizando *hashtags* relacionadas aos transtornos do neurodesenvolvimento, como #autismo, #TDAH e #neurodivergente. Foram selecionados vídeos publicados entre janeiro de 2020 a setembro de 2025, priorizando aqueles com maior número de visualizações e engajamento, considerando métricas como curtidas, compartilhamentos e comentários. Para cada vídeo selecionado, foram extraídos comentários públicos, limitando-se aos mais curtidos ou relevantes, a fim de captar as interações mais significativas. A coleta foi feita manualmente, e os dados organizados em planilhas para posterior análise. Os critérios contemplaram comentários em português, publicados em contas públicas, que apresentassem menção direta a experiências pessoais, interpretações de sintomas ou referências ao TEA e TDAH. Foram excluídos comentários ofensivos, *spam*, sem conteúdo interpretável ou provenientes de perfis privados/anônimos que impossibilitaram contextualização. Após a aplicação desses critérios, o *corpus* final da pesquisa foi composto por 77 comentários, considerados relevantes para os objetivos do estudo.

Por fim, a análise dos dados foi conduzida a partir da Análise de Conteúdo, conforme Bardin (2011), que envolve três etapas principais: pré-análise (ou leitura flutuante), exploração do material e tratamento dos resultados e interpretação. Essa técnica possibilitou uma leitura



inicial do conjunto de comentários coletados, seguida da organização e categorização dos conteúdos em núcleos temáticos que se mostraram mais recorrentes e relevantes para os objetivos da pesquisa. Cabe destacar que um mesmo comentário pôde ser enquadrado em mais de uma categoria, considerando que algumas falas expressavam simultaneamente diferentes sentidos ou dimensões do fenômeno estudado. Dessa forma, os conteúdos identificados nas publicações foram agrupados em categorias de análise, que orientaram a construção das seções de resultados e discussão.

3 RESULTADOS

Foram analisados 77 comentários provenientes de vídeos sobre saúde mental, especificamente sobre TEA e TDAH, publicados na plataforma TikTok. A partir da análise de conteúdo, identificaram-se cinco categorias principais: Autodiagnóstico e/ou autoavaliação, Uso do TikTok como fonte de informação, Busca por profissionais e dúvidas sobre atendimento e Dificuldade de acesso a atendimento psicológico ou psiquiátrico. É importante ressaltar que um mesmo comentário pôde ser classificado em mais de uma categoria, uma vez que diversos participantes expressaram múltiplas percepções e experiências em uma única postagem. Assim, as porcentagens apresentadas refletem a frequência relativa de ocorrência de cada tema, e não correspondem à soma total de comentários analisados ($n = 77$).

Dentre os 77 comentários, 40 (52%) faziam referência direta ao autodiagnóstico e/ou autoavaliação, revelando a presença de discursos em que os usuários se reconhecem nos sintomas apresentados nos vídeos e, a partir disso, elaboram hipóteses sobre possíveis transtornos mentais. Além disso, 12 comentários (16%) mencionaram de forma explícita o uso do TikTok como fonte de informação sobre saúde mental, indicando que os usuários utilizam a plataforma não apenas como espaço de entretenimento, mas também como meio de aprendizado e auto-orientação sobre temas psicológicos. Outros 25 comentários (32%) abordavam questões relacionadas à busca por profissionais da saúde mental, incluindo dúvidas sobre o tipo de especialista a procurar (psicólogo ou psiquiatra), preocupações com custos e acesso a serviços, bem como expressões de interesse em iniciar acompanhamento terapêutico. Por fim, 5 comentários (6%) relataram explicitamente dificuldades de acesso a atendimento, seja por barreiras econômicas, geográficas ou estruturais, como a falta de vagas em serviços públicos e o alto custo de consultas particulares.

Figura 01: Resultado dos comentários coletados



Fonte: Elaborado pelos autores.

4 DISCUSSÃO

4.1 Autodiagnóstico e/ou autoavaliação

A presença de conteúdos sobre saúde mental no TikTok tem redefinido como as pessoas compreendem a si mesmas. A circulação de vídeos curtos, de narrativas acessíveis, emocionalmente envolventes e voltados para experiências cotidianas oferece ao sujeito uma linguagem através da qual ele passa a traduzir seu próprio funcionamento psíquico. Nesse processo, sentimentos difusos ganham forma, imputando sentido a vivências que antes escapavam a qualquer nomeação à luz de categorias diagnósticas.

A identificação com sintomas de TDAH e/ou autismo (TEA) aparece como um movimento de aproximação afetiva com narrativas que parecem explicar o que o sujeito sente. O algoritmo, ao apresentar vídeos sucessivos com o mesmo conteúdo, cria uma dimensão simbólica e relacional importante: ao ver repetidas descrições de traços psicológicos, o indivíduo começa a reorganizar sua experiência a partir dessas categorias. O diagnóstico, antes mediado pela clínica, passa a circular como uma gramática de identidade que estrutura modos de pensar e de falar de si.

Os estudos de Gilmore *et al.* (2022) mostram como esse fenômeno tem se intensificado entre jovens, que, ao serem expostos repetidamente a vídeos que descrevem sintomas de desatenção, impulsividade ou procrastinação passam a se enxergar nas narrativas e, gradualmente, a considerar a hipótese de possuírem o transtorno. Como apontam os autores, o formato breve e afetivo dos vídeos favorece uma identificação imediata, mas sem a contextualização clínica necessária, o conteúdo se transforma em um instrumento mais de validação do que em uma fonte de informação científica.



Esse movimento se torna ainda mais complexo diante do fato de que 82,5% dos vídeos sobre TDAH veiculados nas redes contém informações simplificadas ou equivocadas, em desacordo com os critérios do DSM-5 e da CID-11 (HULSIZER; PASSARO, 2025). A esse dado, soma-se o fenômeno descrito por de Vries, Batstra e Van Assen (2025), que analisaram os cem vídeos mais populares sobre TDAH no TikTok e identificaram um processo de *concept creep*, isto é, a ampliação das fronteiras do que é considerado sintoma. Assim, segundo os autores, dificuldades comuns como cansaço, desatenção ou procrastinação podem ser reinterpretadas como sinais de um transtorno, não pela precisão técnica do conteúdo, mas pela força identificatória que ele mobiliza.

Os relatos dos usuários evidenciam isso de forma contundente. Em um dos comentários analisados, lê-se: “Acabei de perceber que tenho TDAH, toda vez que estudo sinto muito sono e não tenho facilidade em memorizar e entender algo.”

O que poderia ser compreendido a partir de múltiplas chaves, como aspectos da rotina, ansiedade, cansaço ou estilo cognitivo, passa a adquirir contornos patológicos quando atravessado pelos discursos diagnósticos que circulam na plataforma. A alta exposição a conteúdos sobre os transtornos nas redes sociais favorece essa leitura ao difundir termos técnicos que passam a integrar o repertório cotidiano dos usuários, levando à interpretação de comportamentos comuns como indícios de transtorno (DOS SANTOS; BATISTA; MEDEIROS, 2025; SILVA, SUELY, 2026). Isso mostra que o sintoma, assim, não é apenas sentido: ele é construído e significado dentro de uma lógica narrativa que se naturaliza no espaço digital.

A identificação com traços de autismo segue um caminho semelhante. Vários usuários relatam reconhecer-se em características relacionadas à dificuldade de entender ironia, sensibilidade sensorial ou desconforto no contato visual, articulando essas experiências imediatamente com a ideia de TEA. Comentários como “Tenho muita dificuldade de entender linguagem de duplo sentido. Isso seria autismo?” ou ainda “Não consigo encarar as pessoas nos olhos, tenho hipersensibilidade no ouvido” mostram como o sujeito busca, nessas narrativas, uma chave interpretativa para aquilo que, em seu cotidiano, aparece como diferença.

Esse processo encontra respaldo em pesquisas como a de Zhang *et al.* (2025), que analisaram milhares de interações em comunidades on-line e identificaram que pessoas que se autodiagnosticam expressam níveis mais altos de busca por validação emocional e pertencimento, algo muitas vezes ausente em sua rede presencial, em comparação àqueles diagnosticados clinicamente. Assim, o diagnóstico deixa de ser apenas uma categoria clínica e



passa a operar como marcador de identidade, reconhecimento e de sentido (ZHANG *et al.*, 2025).

Essa função identitária aparece de forma explícita em enunciados como: “Tô torcendo pra que eu seja autista ou algo semelhante, pois se não, sou simplesmente um estranho chato.” Aqui, o diagnóstico é investido de uma potência simbólica: ele oferece um lugar subjetivo, uma narrativa que legitima comportamentos que o próprio sujeito vivencia com estranheza. Não se trata de “querer adoecer”, mas de querer compreender-se, de dar inteligibilidade a experiências que se tornam angustiantes justamente por não encontrarem ressonância nem linguagem.

A lógica algorítmica do TikTok aprofunda esse processo. Como descreve Yeung, Ng e Abi-Jaoude (2022), os mecanismos de recomendação operam como estruturas que reforçam vulnerabilidades subjetivas, exibindo ao usuário conteúdos cada vez mais alinhados ao seu engajamento emocional. Os vídeos que apresentam definições ampliadas do TDAH tendem a gerar maior engajamento, sendo mais frequentemente impulsionados pelo algoritmo (DE VRIES; BATSTRA; VAN ASSEN, 2025). Com isso, o usuário recebe versões intensificadas das narrativas com as quais ele já se identificou, ampliando o efeito subjetivo dessas categorias.

Assim, o autodiagnóstico no TikTok não pode ser entendido apenas como erro, modismo ou falta de rigor. Ele revela uma transformação nos modos de subjetivação contemporâneos: as pessoas passam a pensar, sentir e narrar a si mesmas a partir de categorias que antes estavam restritas ao campo clínico. O TikTok se torna um espaço de elaboração psicológica, embora muitas vezes permeado por simplificações e reduções.

4.2 Uso do TikTok como fonte de informação

A Mídia Social TikTok, amplamente conhecida no ambiente virtual por ser uma plataforma que oferece, em sua maioria, vídeos curtos, acessíveis e personalizados por meio de algoritmo a cada usuário conforme suas funções são utilizadas, vem deixando de ser consumido apenas pelo seu teor humorístico, passando cada vez mais a ser utilizado também como uma ferramenta alternativa de busca por informações (OLIVEIRA, 2025).

O fato de a plataforma manter uma característica que expressa um fluxo contínuo de conteúdos diversificados, dos quais variam desde vídeos humorísticos e danças virais a notícias e temas com intuito educativo, especialmente os temas relacionados à saúde mental, evidencia um ambiente em que diversas informações circulam a todo momento, tornando-as muitas vezes descontextualizadas, não atuais em critérios científicos e sem fundamentações adequadas. Conforme apontado por Carvalho (2025), desse movimento surge uma espécie de caos



informativa, que acaba por dificultar uma análise crítica acerca das informações acessadas, além de atrapalhar na filtragem de quais são realmente verdadeiras.

Sob esse viés, expressa-se um fenômeno intitulado infodemia, cujo termo está relacionado ao crescimento das informações que são divulgadas acerca de determinados conteúdos, os quais se proliferam de forma rápida, analogamente a um vírus. O termo infodemia foi bastante discutido em meio a pandemia da Covid-19, visto que inúmeras informações, advindas de quaisquer indivíduos, eram divulgadas em curtos períodos de tempo, resultando em um cenário fértil para a disseminação de informações falsas (GARCIA; DUARTE, 2020). Nos dias atuais, esse fenômeno ainda se mantém, exemplificado por uma característica marcante: os diversos vídeos informativos sobre os transtornos do neurodesenvolvimento encontrados no TikTok, que se tornam virais de forma rápida e são carentes de um controle de qualidade e veracidade das informações publicadas (MELO, 2024), pois muitas delas não advêm de profissionais da saúde, mas sim de pessoas que compartilham sintomas e experiências próprias, podendo repassar a ideia ilusória de métrica para diagnósticos.

O mecanismo de algoritmo presente no TikTok, o qual funciona a partir da recomendação personalizada dos conteúdos que os usuários mais consomem, curtem e/ou interagem, passa a atuar como um reforçador das narrativas e dos interesses de quem o utiliza, visto que a plataforma direciona as informações que julgam relevantes para cada usuário conforme os dados que eles fornecem. Atrelado a essa ideia, surgem as bolhas informacionais, que se formam à medida que o algoritmo capta esses dados apresentados por cada usuário, identificam seus gostos e filtram o conteúdo a ser recomendado (JURNO; D'ANDRÉA, 2017).

Essa característica faz com que os usuários se limitem a consumir ainda mais conteúdos com temáticas parecidas às que ele já consumia, dificultando o acesso a diferentes perspectivas informativas (ARRUDA, 2018). Alinhado a essa ideia, Pariser (2011) destaca que ocorre um isolamento intelectual no fenômeno das bolhas de filtros, devido ao indivíduo ficar exposto apenas aos conteúdos personalizados baseados em crenças próprias, sendo assim cria-se “um universo de informações exclusivo para cada um de nós [...] que altera fundamentalmente a forma como nos deparamos com ideias e informações” (PARISER, 2011, p. 8).

Partindo desse pressuposto, quanto mais esses usuários visualizam e interagem em vídeos que abordam temáticas relacionadas ao TDAH e TEA, mais conteúdos desse tipo irão surgir em seu feed personalizado, ocasionando o fortalecimento das narrativas próprias. A forma com que o algoritmo da plataforma opera traz a confirmação que seus utilizadores estão buscando: a noção de que o TikTok “sabe das coisas”. Tal fenômeno foi identificado através de um dos comentários analisados durante esta pesquisa, que diz: “Eu acho engraçado que eu não



tenho nenhum dos sintomas que aparece no Tkk mas fui diagnosticada com autismo no psicólogo. ele deve ter errado”. Vê-se então que a plataforma ganha espaço de legitimidade e precisão das informações enquanto alimenta no sujeito essa ilusão, uma vez que essas informações vão de encontro com o que ele já acreditava e estava buscando. Essa situação coloca em evidência a preocupação diante da ausência de criticidade nos usuários para reconhecer as limitações das informações encontradas nessa mídia social.

Diante dessas circunstâncias compreende-se que a utilização do TikTok para buscar informações está atrelada à facilidade de acesso aos conteúdos informativos, que se alinha à característica marcante do aplicativo em oferecer vídeos mais curtos onde se misturam informações e entretenimento (OLIVEIRA, 2025), tendenciando os indivíduos a optarem por fazer as buscas em um *app* que os proporciona tudo.

4.3 Busca por profissionais e dúvidas sobre atendimento

Se por um lado, os vídeos produzidos no TikTok funcionam como matrizes narrativas para a construção de sentidos sobre si, por outro, eles também podem operar como um dispositivo que desloca o sujeito em direção ao campo clínico. Os comentários analisados evidenciaram que, após a identificação com sintomas apresentados nos vídeos, muitos usuários passam a considerar a possibilidade de procurar atendimento especializado.

A narrativa diagnóstica, inicialmente ofertada no espaço digital, inaugura uma inquietação: “e se eu tiver isso?”. A partir daí, o sujeito entra em uma zona liminar entre a autoidentificação e o desejo de confirmação profissional, o que aparece de forma explícita nos comentários analisados. Em um deles, lê-se: “nossa eu preciso de algum profissional pra me examinar e eu saber se tenho, porque eu tenho vários dos que você mostrou no vídeo... como faço e com quem procuro ajuda?” ou “Absolutamente todos os vídeos que aparecem pra mim sobre autismo eu me identifico. Já faço psicóloga, mas nunca abordei essa questão: como faço para desenvolver um diagnóstico?”, observa-se uma transformação subjetiva importante: a plataforma não apenas nomeia o sintoma, mas convoca o sujeito a reorganizar sua própria trajetória e, eventualmente, a revisitar sua própria história sob a luz de uma possível explicação clínica.

Os resultados do estudo de Armstrong *et al.* (2025) ajudam a desmontar a ideia de que todo autodiagnóstico necessariamente afasta do cuidado. Nesse estudo com jovens em primeiro atendimento psiquiátrico, quase três quartos chegaram à consulta já suspeitando de um diagnóstico informado pelas redes sociais. E o ponto mais importante é que, para muitos deles,



essa suspeita não funcionou como barreira, mas como empurrão: foi justamente o reconhecimento inicial, ainda que feito em mídias sociais, que motivou a procura por tratamento especializado.

Entretanto, a crescente circulação de informações sobre saúde mental nas redes sociais produz um cenário no qual os sujeitos são expostos a um volume intenso de conteúdos não moderados, frequentemente simplificados ou imprecisos. Esse fenômeno impõe desafios específicos aos profissionais da saúde mental, que passam a enfrentar uma demanda ampliada por psicoeducação, não apenas para esclarecer equívocos diagnósticos, mas também para auxiliar jovens a diferenciar experiências subjetivas do que constitui, de fato, um quadro clínico (D'ANGELO, 2025).

Ademais, quando o paciente chega ao atendimento fortemente investido pela autoavaliação construída a partir de vídeos, relatos pessoais ou conteúdos excessivamente simplificados, isso pode enviesar sua descrição dos sintomas e dificultar o processo diagnóstico. Diante disso, a postura do profissional torna-se crucial: reagir de forma negativa ao consumo de conteúdo sobre saúde mental pode fragilizar o vínculo terapêutico, enquanto uma abordagem acolhedora e dialógica favorece tanto a manutenção da aliança quanto a construção compartilhada de sentido (FARNOOD *et al.*, 2020 *apud* ARMSTRONG *et al.*, 2025).

Assim, compreender como jovens articulam conteúdos digitais, experiências subjetivas e práticas de cuidado torna-se agora fundamental para repensar modelos de atenção em saúde mental mais responsivos à dinâmica das redes sociais e às novas formas de produção de sentido sobre o sofrimento.

4.4 Dificuldade de acesso a atendimento psicológico ou psiquiátrico

A profunda desigualdade social brasileira limita o acesso de grande parte da população a direitos básicos como saúde, educação, moradia e condições adequadas de higiene. Nesse mesmo contexto, o acesso aos serviços psicológicos também foi historicamente negado às camadas populares. Por muito tempo, a Psicologia no Brasil se consolidou como uma prática e um conhecimento direcionados quase exclusivamente às classes mais favorecidas, especialmente à burguesia, o que reforçou sua elitização e restringiu seu alcance social (PEREIRA; OLIVEIRA, 2022). Além disso, pesquisas mostram que a distribuição desigual dos serviços de saúde entre regiões e grupos sociais, somada à distância entre esses serviços e os locais onde as pessoas vivem ou trabalham, torna o acesso mais difícil e acaba reforçando a própria desigualdade (NERI; SOARES, 2002).



A análise dos comentários revela que, mesmo quando há interesse em buscar cuidado profissional após a exposição aos conteúdos do TikTok, muitos usuários esbarram em barreiras concretas de acesso ao atendimento psicológico e psiquiátrico. A percepção de necessidade não se converte automaticamente em possibilidade: limitações financeiras, longas filas de espera e a dificuldade de encontrar profissionais acessíveis constituem obstáculos recorrentes apresentados pelos usuários. Um dos comentários sintetiza essa experiência ao afirmar: “abaixei 7, não tenho diagnóstico e nem dinheiro pra pagar pelo diagnóstico... no SUS não vou conseguir”, evidenciando a sensação de impossibilidade diante da rede pública. Outros relatam o desejo de confirmação diagnóstica, mas sem condições materiais para realizá-la: “eu tenho a intenção de falar com médico sobre isso, mas não tenho condições de pagar por uma consulta”; “eu queria muito fazer o diagnóstico, mas leva muito tempo e eu não tenho condições”. Há ainda pedidos diretos por alternativas viáveis, como “alguém pode me indicar uma neuropsicóloga que atenda online e valor social?”, o que aponta para uma busca por brechas dentro de um sistema percebido como inacessível.

Assim, embora a plataforma desperte a inquietação diagnóstica, o percurso até o cuidado formal é marcado por frustração, precariedade e desigualdade de acesso, produzindo uma espécie de impasse subjetivo entre o desejo de saber e a impossibilidade de ser atendido.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

De modo geral, este estudo evidencia como o TikTok se tornou um espaço central na produção contemporânea de sentidos sobre saúde mental, funcionando simultaneamente como dispositivo de nomeação de sofrimentos e como porta de entrada para a busca por cuidado especializado. Ao acessar conteúdos sobre TDAH e TEA, muitos usuários passam por um processo de identificação com narrativas curtas, emocionais e personalizadas. A lógica algorítmica intensifica esse movimento ao entregar uma sequência de vídeos que espelham experiências subjetivas do próprio usuário. Assim, o autodiagnóstico emerge não apenas como exercício de autoquestionamento, mas como efeito da forma como a plataforma organiza e amplifica conteúdos diagnósticos. O sujeito passa a reconhecer aspectos de si antes inominados, e o TikTok opera como dispositivo inicial de legitimação, oferecendo linguagem e comunidade para esse reconhecimento.

Entretanto, a mesma dinâmica que convoca à identificação revela seus limites. A intensificação algorítmica cria uma sensação de urgência em compreender “o que eu tenho”, enquanto os comentários analisados mostram dúvidas e receio de “se encaixar demais” no que



aparece na tela. O TikTok atua, assim, como porta de entrada ambígua: favorece a busca por sentido, mas pode produzir confusão e autorrotulações precipitadas, especificamente quando conteúdos profissionais e amadores circulam sem distinção clara.

Os comentários também indicam que a plataforma se torna espaço de validação coletiva, no qual outros usuários confirmam ou reforçam percepções diagnósticas iniciais. Essa validação horizontal fortalece o pertencimento, mas pode substituir, em alguns casos, a mediação clínica qualificada. Desse modo, o TikTok funciona como campo relacional que aproxima sujeitos de categorias diagnósticas antes de qualquer avaliação técnica, produzindo um “pré-diagnóstico social” que antecede e orienta a busca, ou a desistência, por apoio profissional.

É importante reconhecer as limitações da pesquisa. A análise baseou-se exclusivamente em comentários, trabalhando com fragmentos que não permitem acessar a complexidade integral das trajetórias e dos processos de adoecimento. Além disso, a natureza pública e performática desses enunciados pode influenciar a expressão das angústias, gerando idealizações que não correspondem à totalidade da experiência subjetiva. Soma-se a delimitação a um conjunto específico de vídeos e hashtags, o que exige prudência na generalização dos achados.

Ainda assim, os resultados contribuem para a Psicologia ao iluminar a centralidade das plataformas digitais na reconfiguração dos modos contemporâneos de subjetivação. Os sujeitos produzem narrativas sobre si em um território no qual fronteiras entre informação, experiência pessoal e prática clínica tornam-se mais fluidas. Investigar como as mídias sociais afetam a relação com a saúde mental, seja ampliando o acesso e a ressignificação de experiências, seja produzindo equívocos e ansiedades, constitui tarefa sociocrítica fundamental para o avanço da teoria e da prática psicológica.

Por fim, reafirma-se a necessidade ética e política de implementar estratégias de educação em saúde mental e políticas públicas que considerem essa nova ecologia informacional. As plataformas digitais já integram a vida psíquica e social contemporânea. Compreender seus efeitos, delimitar seus limites e potencializar suas possibilidades é passo essencial para construir práticas de cuidado dialógicas, capazes de acolher as formas de produção de sentido e sofrimento no século XXI.

REFERÊNCIAS



AHUJA, J.; FICHADIA, P. A. Concerns Regarding the Glorification of Mental Illness on Social Media. *Cureus*, v. 16, n. 3, e56631, mar. 2024. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/38646360/>

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. **Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5**. Porto Alegre: Artmed, 2014. v. 5. ISBN 978-85-8271-089-0

ARMSTRONG, S.; OSUCH, E.; WAMMES, M.; CHEVALIER, O.; KIEFFER, S.; MEDDAOUI, M.; RICE, L. Self-diagnosis in the age of social media: A pilot study of youth entering mental health treatment for mood and anxiety disorders. *Acta Psychologica* (Amsterdam), v. 256, p. 105015, jun. 2025. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/40253960/>

ARRUDA, Mario Alberto Pires de. Ecologia da bolha algorítmica: liberdade e controle nas redes de comunicação online. *Ufrgs.br*. 2018. Disponível em: <https://lume.ufrgs.br/handle/10183/172953>

BARDIN, L. **Análise de conteúdo**. São Paulo: Edições 70, 2011.

D'ANGELO, M. TikTok mental health and the impact of adolescent self-diagnosis exploration in the counselling room: a reflexive thematic analysis of therapeutic practice. *University of Edinburgh*, 22 out. 2025. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.7488/era/6615>

DE VRIES, W.; BATSTRA, L.; VAN ASSEN, A. Exploring concept creep: Youth's portrayal of ADHD on TikTok. *SSM - Mental Health*, v. 8, p. 100489, dez. 2025. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S266656032500101X?via%3Dihub>

DOS SANTOS, Letícia Furtado; BATISTA, Sabrina Lucas; MEDEIROS, Ana Paula. ENTRE POSTS, LIKES E SINTOMAS: O IMPACTO DAS REDES SOCIAIS NO AUTODIAGNÓSTICO DE TDAH E TEA. *ARACÊ*, [S. l.], v. 7, n. 10, p. e9064, 2025. Disponível em: <https://periodicos.newsciencepubl.com/arace/article/view/9064>.

GARCIA, Leila Posenato; DUARTE, Elisete. Infodemia: excesso de quantidade em detrimento da qualidade das informações sobre a COVID-19. *Epidemiologia e Serviços de Saúde*, v. 29, n. 4, p. e2020186, 2020. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2237-96222020000400100&tlng=pt

GILMORE, R.; BEEZHOLD, J.; SELWYN, V.; HOWARD, R.; BARTOLOME, I.; HENDERSON, N. Is TikTok increasing the number of self-diagnoses of ADHD in young people? *European Psychiatry*, v. 65, n. S1, p. S571–S571, jun. 2022. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC9567752/>

HULSIZER, B.; PASSARO, F. My socials told me I have ADHD: A cross-sectional study of information about ADHD symptomatology on social media. *Journal of Social Media Research*, v. 2, n. 3, p. 211–225, 30 jul. 2025. Disponível em: <https://jsomer.org/index.php/pub/article/view/29>

JURNO, A. C.; D'ANDRÉA, C. F. de B. (In)visibilidade algorítmica no “feed de notícias” do facebook // algorithmic (in)visibility in facebook news feed. *Contemporânea*, [S. l.], v. 15, n.



2, p. 463–484, 2017. Disponível em:
<https://periodicos.ufba.br/index.php/contemporaneaposcom/article/view/17796>

KARASAVVA, V., MILLER, C., GROVES, N., MONTIEL, A., CANU, W., & MIKAMI, A. A double-edged hashtag: Evaluation of #ADHD-related TikTok content and its associations with perceptions of ADHD. **PLOS One**, v. 20, n. 3, 19 mar. 2025.

KOZINETS, R. V. **Netnography : ethnographic research in the age of the internet**. Thousand Oaks, Ca: Sage Publications Ltd, 2010.

MELO, C.; ROCHA, A.; KHOUR, M.; RODRIGUES, F.; ARGOLO JUNIOR, C.; FERREIRA, A. A patologização do comportamento humano como pressuposto da medicalização do sentir. **Arq. ciências saúde UNIPAR**, p. 2904–2927, 2023.

MELO, Matheus Augusto. **Avaliação de conteúdo relacionado ao Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade no TikTok: Análise de qualidade em um contexto brasileiro**. 2024. Monografia (Especialização) — Universidade Federal de Minas Gerais, 2024. Disponível em: <https://repositorio.ufmg.br/server/api/core/bitstreams/71f97ccc-ba43-46c5-8999-5927d19da4f0/content>

NASLUND, J. A.; BONDRE, A.; TOROUS, J.; ASCHBRENNER, K. A. Social Media and Mental Health: Benefits, Risks, and Opportunities for Research and Practice. **Journal of Technology in Behavioral Science**, v. 5, n. 3, p. 245–257, set. 2020. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33415185/>

NERI, M.; SOARES, W. Desigualdade social e saúde no Brasil. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 18, p. S77–S87, 2002. Disponível em: <https://cadernos.ensp.fiocruz.br/ojs/index.php/csp/article/view/1703/3395>

OLIVEIRA, Maria Eduarda Buchholz de. Do Google ao TikTok : compreendendo as alterações na busca de informação online pela Geração Z. **Ufrgs.br**. 2025. Disponível em: <https://lume.ufrgs.br/handle/10183/298587>

PARISER, Eli. **O filtro invisível: o que a internet está escondendo de você**. Rio de Janeiro: Zahar, 2012.

DA SILVA, Davi Italo Souza Barbosa; SANTANA, Suely de Melo. Regulação Emocional e Transtorno do Jogo em Adultos: Uma revisão de escopo. **Revista Eletrônica da Estácio Recife**, v. 13, n. 1, p. 141–156, 2026. DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.18704398>

UNDERHILL, R.; FOULKES, L. Self-Diagnosis of Mental Disorders: A Qualitative Study of Attitudes on Reddit. **Qualitative Health Research**, v. 0, n. 0, 18 out. 2024. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/39422576/>

YEUNG, A.; NG, E.; ABI-JAOUDE, E. TikTok and attention-deficit/hyperactivity disorder: A cross-sectional study of social media content quality. **The Canadian Journal of Psychiatry**, v. 67, n. 12, p. 899–906, 23 fev. 2022. Disponível em: https://journals.sagepub.com/doi/epdf/10.1177/07067437221082854?src=getft&utm_source=sciedirect_contenthosting&getft_integrator=sciedirect_contenthosting



ZHANG, X. et al. Seeking validation in the digital age: The impact of validation seeking on self-image and internalized stigma among self- vs. clinically diagnosed individuals on r/ADHD. **PLOS One**, v. 20, n. 10, p. e0331856, 1 out. 2025. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/41032517/>