

SAÚDE MENTAL

Desafios da Prevenção, Diagnóstico, Tratamento e
Cuidado na Sociedade Moderna

Edição XXX

Capítulo 28

ENTRE ESTEREÓTIPOS E AUTODIAGNÓSTICOS: A POPULARIZAÇÃO DO TDAH NO TIKTOK ENTRE A GERAÇÃO Z

ANA CAROLINA COSTA FORTES¹
BRUNA MOURA PESSOA CORREIA¹
MARIA EDUARDA AUGUSTINHO¹
JULIANA BEATRIZ SANTOS SANTIAGO²
ANA CECÍLIA DE FIGUEIREDO BARRETO AMORIM²

1. Discente – Bacharelada em Psicologia pela Universidade Maurício de Nassau.

2. Orientadora – Bacharel em Psicologia pela Universidade Maurício de Nassau.

Palavras-chave: Autodiagnóstico; TDAH; Redes Sociais Online.

DOI:

10.59290/0261601202

EP EDITORA
PASTEUR

INTRODUÇÃO

Na atualidade, o TikTok se destaca como um dos principais canais onde jovens da Geração Z consomem conteúdos sobre bem-estar mental, com foco especial no Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH). A plataforma alcança bilhões de visualizações em vídeos sobre o tema, ilustrando o impacto dessas narrativas na compreensão dos jovens sobre seus comportamentos, dificuldades e identidade (YEUNG *et al.*, 2022). Tal cenário demonstra um fenômeno crescente: a construção da percepção de si mesmo influenciada por materiais digitais, em que relatos pessoais e informações simplificadas definem como o público jovem se identifica com possíveis sinais do transtorno.

Conforme o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (APA, 2023), o TDAH caracteriza-se por um padrão persistente de desatenção e/ou hiperatividade-impulsividade que interfere no funcionamento do indivíduo, com sintomas presentes antes dos 12 anos e manifestos em múltiplos ambientes (casa, escola, trabalho).

Plataformas como Instagram, YouTube e TikTok têm contribuído para o aumento de autodiagnósticos psiquiátricos entre jovens, funcionando como espaços de compartilhamento rápido de informações nem sempre cientificamente embasadas, à medida que relatos pessoais e conteúdos simplificados passam a definir como o público jovem se identifica com possíveis sinais de transtornos (MARZAL; CAPONI, 2025). Mesmo que esse ambiente possa aumentar a conscientização, parte dessas publicações carece de exatidão e pode fortalecer informações incorretas, levando alguns jovens ao autodiagnóstico precoce; por outro lado, o contato com o tema também pode estimular a procura por uma avaliação profissional apropriada.

Estudos internacionais reforçam essa preocupação: em uma análise de 100 vídeos populares sobre TDAH no TikTok, 52% continham informações enganosas e apenas 8% citavam profissionais qualificados (YEUNG *et al.*, 2022), demonstrando um cenário de desinformação que afeta diretamente a formação da autopercepção juvenil.

Sendo assim, torna-se fundamental entender como esses conteúdos afetam tanto a percepção de si mesmo quanto o autodiagnóstico entre jovens da Geração Z. Este artigo tem como objetivo analisar, por meio de revisão narrativa da literatura, de que forma a popularização do TDAH no TikTok influencia a autopercepção e o autodiagnóstico entre jovens da Geração Z, considerando tanto os potenciais benefícios informativos das redes quanto os riscos ligados à simplificação e à viralização de conteúdos.

MÉTODO

Trata-se de uma revisão narrativa de literatura, de abordagem qualitativa e caráter exploratório. Diferente da revisão sistemática, que exige protocolo rígido e replicável de busca e seleção, a revisão narrativa permite maior flexibilidade na composição do corpus, sendo indicada para temas emergentes e ainda pouco consolidados na literatura, como é o caso da relação entre TikTok e autodiagnóstico de TDAH (ROTHER, 2007).

Quanto à abordagem, classifica-se como qualitativa, pois foca na compreensão dos fenômenos sociais e comunicacionais envolvidos na popularização do TDAH, em vez de se limitar à quantificação de dados. Segundo Gil (2002), esse tipo de pesquisa permite aprofundar a análise sobre processos e significados. Por fim, o estudo é exploratório, visto que a intersecção entre transtornos mentais e algoritmos de redes sociais é uma temática contemporânea, visando

proporcionar maior familiaridade com o problema.

Foram incluídos artigos científicos publicados em periódicos revisados por pares, nos idiomas português e inglês, no período de 2022 a 2025, com abordagem direta ou relevante ao tema da pesquisa. Foram excluídos: (a) materiais de literatura cinza, como blogs, sites de notícia, conteúdo institucional de marketing e monografias/trabalhos de conclusão de curso não publicados em periódico; (b) artigos duplicados; (c) textos não disponíveis na íntegra; (d) estudos que não contemplavam os objetivos da pesquisa. Os artigos encontrados inicialmente passaram pela leitura do título e do resumo conforme os critérios citados; após essa triagem, foi realizada a leitura na íntegra dos selecionados. O recorte temporal de 2022 a 2025 aplica-se ao *corpus* empírico revisado; referências conceituais, metodológicas e normativas utilizadas para fundamentação teórica e definição de procedimentos não foram submetidas a esse recorte.

O levantamento bibliográfico foi realizado entre setembro de 2025 e julho de 2026, nas bases de dados Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), Portal de Periódicos da CAPES, PubMed e *Scientific Electronic Library Online* (SciELO). Foram utilizados os descritores, em português e inglês: "TikTok", "TDAH"/"ADHD", "autodiagnóstico"/"self-diagnosis", "Geração Z"/"Gen Z", "saúde mental"/"mental health", "desinformação"/"misinformation" e "autopercepção"/"self-perception", combinados por operadores booleanos ("TikTok AND ADHD", "ADHD AND self-diagnosis", "TikTok AND misinformation AND mental health"). A busca resultou em um *corpus* de 13 artigos selecionados após a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão citados.

A interpretação dos dados foi realizada a partir da leitura analítica dos estudos seleciona-

dos. De acordo com Gil (2002), na leitura analítica os textos devem ser analisados de forma a ordenar e sintetizar as informações contidas nos documentos, com o propósito de responder ao problema de pesquisa proposto.

Os resultados foram apresentados de forma descritiva, organizados em quadro-síntese e divididos em categorias temáticas, elaboradas com base nos principais eixos identificados na literatura revisada: o TikTok como ecossistema de informação em saúde mental; a qualidade da informação e a banalização dos sintomas; a construção de identidade, pertencimento e validação; e os riscos e implicações clínicas do fenômeno.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

O conjunto de estudos selecionados reúne treze trabalhos com metodologias variadas, incluindo dois estudos experimentais, cinco análises de conteúdo em diferentes abordagens, duas etnografias/análises qualitativas de comunidades digitais, uma pesquisa documental qualitativa e publicações de discussão e análise teórica e conceitual, conforme disposto no **Quadro 27.1**. Transversalmente, as investigações analisam a circulação de conteúdos sobre TDAH no TikTok e sua influência sobre jovens, predominantemente da Geração Z.

TikTok como ecossistema de informação em saúde mental

Atualmente, o TikTok se destaca como um dos principais canais onde jovens da Geração Z compartilham informações sobre saúde mental, funcionando como um espaço de "infoteni-mento" no qual histórias pessoais se misturam a conteúdos educativos (BASCH *et al.*, 2022; LAU *et al.*, 2025). Pesquisas mostram que a plataforma se firmou como ponto de encontro para quem compartilha experiências com

TDAH, impactando a forma como os usuários entendem sua própria saúde (GILMORE *et al.*, 2022). O funcionamento algorítmico da plataforma é central nesse processo: ao priorizar vídeos de apelo emocional, fáceis de entender, o algoritmo cria "bolhas" de conteúdo que reforçam interpretações simplificadas de conceitos

médicos (HARNESS; GETZEN, 2022), convertendo sintomas transdiagnósticos ou comportamentos comuns em critérios patológicos, fenômeno impulsionado pela adesão de leigos e profissionais à lógica da viralização (YEUNG *et al.*, 2022; SOUZA *et al.*, 2024).

Quadro 27.1 Caracterização das publicações conforme autor, título, objetivo e tipo de pesquisa

Autor/Ano	Foco temático	Tipo de pesquisa
Basch <i>et al.</i> (2022)	Conteúdo popular sobre saúde mental (# <i>mentalhealth</i>)	Estudo observacional / Análise de conteúdo
Claps <i>et al.</i> (2025)	Efeitos de vídeos informativos sobre estigma e autopatologização	Estudo experimental
Eagle & Ringland (2023)	Validação do diagnóstico em comunidades online	Etnografia digital
Foster & Ellis (2024)	Autodiagnóstico sob a Teoria da Identidade Social	Artigo teórico
Gilmore <i>et al.</i> (2022)	Discussões sobre TikTok e aumento de autodiagnósticos	Análise qualitativa (Twitter)
Harness & Getzen (2022)	Subcultura do "papel de doente" no TikTok	Perspectiva clínica / teórica
Lau <i>et al.</i> (2025)	Conteúdo e engajamento em # <i>teenmentalhealth</i>	Análise de conteúdo dirigida
Leveille (2024)	Performance de identidade neurodivergente	Estudo qualitativo
Marzal & Caponi (2025)	Psiquiatrização da vida cotidiana via redes sociais	Artigo teórico
Milton <i>et al.</i> (2023)	Curadoria algorítmica de conteúdo de saúde mental	Estudo qualitativo
Schiros <i>et al.</i> (2025)	Desinformação, conhecimento e busca por tratamento	Estudo experimental
Souza, Silva & Barboza (2024)	Discurso de psicólogos sobre TDAH no TikTok	Pesquisa documental
Yeung <i>et al.</i> (2022)	Qualidade e acurácia de vídeos sobre TDAH	Estudo transversal

Qualidade da informação e banalização dos sintomas

A popularização do TDAH no TikTok amplia o debate sobre saúde mental, mas também fomenta a simplificação excessiva da sintomatologia, reduzindo construtos clínicos complexos a listas genéricas de verificação (BASCH *et al.*, 2022). Em uma análise de 100 vídeos virais, Yeung *et al.* (2022) identificaram que 52% continham informações enganosas e apenas 8% citavam profissionais qualificados. Souza, Silva e Barboza (2024) corroboram esse achado ao observar que a maior parte do conteúdo é gerada

por não profissionais. Não está claro como essa mistura de qualidade e tom impacta opiniões e atitudes entre usuários típicos do TikTok (BASCH *et al.*, 2022). Outro problema recorrente é a tendência da plataforma a promover uma autonarrativa patológica, incentivando jovens a se descreverem por meio de rótulos psiquiátricos como forma de pertencimento social (HARNESS; GETZEN, 2022), reforçando um ciclo em que o algoritmo entrega mais conteúdo semelhante e amplia percepções distorcidas sobre si mesmo.

Construção de identidade, pertencimento e validação

Ambientes digitais como o TikTok propiciam a expressão da subjetividade e o senso de pertencimento a grupos sociais. Para Foster e Ellis (2024) e Eagle e Ringland (2023), o auto-diagnóstico opera como ferramenta de construção identitária e "iluminação biográfica", facilitando o acesso a comunidades que validam sofrimentos historicamente negligenciados, ainda que, com frequência, criadores centralizem suas narrativas no diagnóstico, reduzindo sua individualidade à condição de TDAH (FOSTER; ELLIS, 2024).

Esse fenômeno alinha-se ao que Leveille (2024) descreve como "conteúdo baseado na identidade", comum entre influenciadores de grupos minoritários, em que a identidade do sujeito antecede a construção de uma persona para atrair público; segundo a pesquisa, o modelo baseado na identidade destaca a singularidade do criador como elemento central de engajamento.

Foster e Ellis (2024) apontam ainda implicações ambivalentes: parte da literatura associa o autodiagnóstico ao estigma internalizado e ao autoconceito negativo, enquanto outras investigações não identificaram correlação direta com baixa autoestima, destacando inclusive experiências positivas de alívio emocional. Subjacente a essa procura, os autores argumentam que a validação e o reconhecimento do sofrimento atuam como mecanismos fundamentais de suporte, de modo que o diagnóstico é frequentemente percebido como itinerário necessário para legitimar essa validação e acessar apoio social.

Riscos, implicações clínicas e divergências na literatura

Segundo Sanches e Cavalcanti (2018), "é essencial que aquele que recebe a informação saiba se essa é verdadeira ou não, e mais ainda

que saiba usá-la de forma responsável e consciente", princípio especialmente relevante considerando que, segundo a pesquisa TIC Kids Online Brasil (CGI.br, 2024), metade dos usuários de internet entre 9 e 17 anos acessa o TikTok com alta frequência, "várias vezes ao dia" ou diariamente.

Milton *et al.* (2023) reforçam que o conteúdo de saúde mental no TikTok varia quanto à precisão, estigmatização e apoio oferecido, sendo majoritariamente gerado por não profissionais. Essa tensão define a divergência central na literatura atual: enquanto Harness e Getzen (2022) alertam para a formação de uma "subcultura do papel de doente" (*sick-role*) socialmente recompensada, e Schiros *et al.* (2025) demonstram que a desinformação gera uma "falsa confiança" cognitiva, Claps *et al.* (2025) apresentam evidências de que o consumo desses vídeos pode atuar como fator protetivo contra o estigma, sem induzir necessariamente a autopatologização.

Em suma, o TikTok democratizou o acesso à linguagem psiquiátrica (MARZAL; CAPONI, 2025; GILMORE *et al.*, 2022), empoderando a nomeação do sofrimento ao custo da precisão clínica, o que exige a adaptação das práticas de saúde para mediar esse novo letramento digital.

CONCLUSÃO

A trajetória do TDAH, da exclusividade dos manuais clínicos à sua viralização no TikTok, revela como as experiências de sofrimento mental são reinterpretadas em função do contexto tecnológico e cultural de cada época. Se antes o transtorno era restrito ao diagnóstico médico e escolar, hoje, para a Geração Z, ele se tornou um elemento central de construção identitária e socialização. No entanto, essa popularização trouxe consigo o risco da banalização,

em que comportamentos cotidianos são frequentemente confundidos com sintomas patológicos devido à lógica de entretenimento da plataforma.

Temos que compreender as distintas visões sobre o assunto: a rigidez diagnóstica da ciência e a fluidez subjetiva das redes sociais. É importante lembrar que, embora o TikTok opere sob a lógica do algoritmo e do engajamento, muitas vezes sacrificando a precisão científica, ele também preenche lacunas deixadas pelo sistema de saúde, oferecendo espaços de validação para jovens que historicamente se sentiram incompreendidos.

Atualmente, profissionais da saúde mental devem levar em consideração a diferença entre o autodiagnóstico equivocado, impulsionado pela desinformação, e a busca legítima por reconhecimento, respeitando o "letramento digital" de cada indivíduo. A psicologia e a psiquiatria contemporâneas enfrentam o desafio de acolher esse paciente que já chega ao consultório "diagnosticado" pelo algoritmo, transformando essa informação prévia em ponto de partida para uma avaliação clínica rigorosa, e não apenas refutando-a de imediato.

Apesar de a desinformação ser uma barreira, é importante lembrar que o amplo acesso ao vocabulário psiquiátrico vem trazendo um impacto positivo na redução do estigma. Entender sobre o TDAH tornou-se fundamental para promover a inclusão, permitindo que muitos jovens nomeiem seus sofrimentos. Contudo, essa exposição sem mediação exige cautela para que a identidade não seja reduzida apenas ao rótulo do transtorno.

Esta revisão sugere que o diagnóstico, antes de tudo, deverá respeitar o contexto digital e social do paciente. Visa também que as pessoas compreendam que o tratamento adequado vai além da identificação com um vídeo viral; ele possibilita a organização funcional e a qualidade de vida real. Como observam os estudos analisados, a saúde mental nas redes opera entre a "iluminação biográfica" e a "subcultura do papel de doente", influenciando diretamente como o jovem se percebe e é tratado pelos seus pares.

Esta revisão narrativa demonstra que a relação entre redes sociais, saúde mental e autopercepção muda conforme o tipo de conteúdo consumido e a vulnerabilidade do usuário. Apesar de frequentemente a comunidade online estar ligada a efeitos benéficos de suporte, a simplificação excessiva dos sintomas pode intensificar a ansiedade e levar a intervenções inadequadas. Pesquisas futuras devem dar preferência a métodos interdisciplinares para entender profundamente o impacto a longo prazo dessa "auto-classificação" algorítmica.

Concluimos que é crucial para a psicologia contemporânea balancear a objetividade no diagnóstico com a sensibilidade para compreender a vivência digital do indivíduo. Antes de qualquer parecer, é necessário observar o contexto geral do paciente, validando sua busca por respostas no TikTok, mas guiando-o para uma intervenção baseada em evidências. Dessa forma, será possível exercer o cuidado com um olhar mais humanizado, que integre a realidade virtual do jovem sem perder o rigor clínico necessário para o seu bem-estar.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION - APA. Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5-TR. 5. ed. rev. Porto Alegre: Artmed, 2023.
- BASCH, C.H. *et al.* Deconstructing TikTok videos on mental health: cross-sectional, descriptive content analysis. *JMIR Formative Research*, v. 6, e38340, 2022. doi: 10.2196/38340.
- COMITÊ GESTOR DA INTERNET NO BRASIL - CGI.br. TIC Kids Online investiga, pela primeira vez, frequência do uso de plataformas digitais por crianças e adolescentes. NIC.br, 23 out. 2024. Disponível em: <https://www.cgi.br/noticia/releases/tic-kids-online-investiga-pela-primeira-vez-frequencia-do-uso-de-plataformas-digitais-por-criancas-e-adolescentes/>. Acesso em: 11 jul. 2026.
- CLAPS, E. *et al.* TikTok style videos and mental health: effects on stigma, self-pathologizing, and help-seeking. *Current Psychology*, v. 44, p. 7082, 2025. doi: 10.1007/s12144-025-07716-z.
- EAGLE, T. & RINGLAND, K.E. "You can't possibly have ADHD": exploring validation and tensions around diagnosis within unbounded ADHD social media communities. In: INTERNATIONAL ACM SIGACCESS CONFERENCE ON COMPUTERS AND ACCESSIBILITY, 25., 2023. Proceedings [...]. New York: ACM, 2023. doi: 10.1145/3597638.3608400.
- FOSTER, A.; ELLIS, N. TikTok-inspired self-diagnosis and its implications for educational psychology practice. *Educational Psychology in Practice*, v. 40, p. 491, 2024. doi: 10.1080/02667363.2024.2409451.
- GIL, A.C. Como elaborar projetos de pesquisa. 4. ed. São Paulo: Atlas, 2002.
- GILMORE, R. *et al.* Is TikTok increasing the number of self-diagnoses of ADHD in young people? *European Psychiatry*, v. 65, S571, 2022. doi: 10.1192/j.eurpsy.2022.1463.
- HARNESS, J.; GETZEN, H. TikTok's sick-role subculture and what to do about it. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, v. 61, p. 351, 2022. doi: 10.1016/j.jaac.2021.09.312.
- LAU, N. *et al.* TikTok and teen mental health: an analysis of user-generated content and engagement. *Journal of Pediatric Psychology*, v. 50, p. 63, 2025. doi: 10.1093/jpepsy/jsae039.
- LEVEILLE, A.D. "Tell me you have ADHD without telling me you have adhd": neurodivergent identity performance on TikTok. *Social Media + Society*, v. 10, 2024. doi: 10.1177/20563051241269260.
- MARZAL, J.; CAPONI, S. A psiquiatrização da vida cotidiana e a construção de neuroidentidades virtuais. *Revista TOMO*, v. 44, e21851, 2025. doi: 10.21669/tomo.v44.21851.
- MILTON, A. *et al.* "I see me here": mental health content, community, and algorithmic curation on TikTok. In: CHI CONFERENCE ON HUMAN FACTORS IN COMPUTING SYSTEMS, 2023. Proceedings [...]. New York: ACM, 2023.
- ROTHER, E.T. Revisão sistemática X revisão narrativa. *Acta Paulista de Enfermagem*, v. 20, 2007. doi: 10.1590/S0103-21002007000200001.
- SANCHES, S.H.D.F.N.; CAVALCANTI, A.E.L.W. Direito à saúde na sociedade da informação: a questão das fake news e seus impactos na vacinação. *Revista Jurídica*, v. 4, p. 448, 2018.
- SCHIRO, A. *et al.* Misinformation mayhem: the effects of TikTok content on ADHD knowledge, stigma, and treatment-seeking intentions. *European Child & Adolescent Psychiatry*, v. 34, p. 3521, 2025. doi: 10.1007/s00787-025-02769-8.
- SOUZA, I.S. *et al.* Análise do discurso de psicólogos no TikTok sobre o Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade. *Criar Educação*, v. 13, p. 798, 2024. doi: 10.18616/ce.v13i3.8454.
- YEUNG, A. *et al.* TikTok and attention-deficit/hyperactivity disorder: a cross-sectional study of social media content quality. *Canadian Journal of Psychiatry*, v. 67, p. 899, 2022. doi: 10.1177/07067437221082854.