

Comunicação e neurodiversidade: um estudo sobre a produção de conteúdo online por neurodivergentes

Ana Laura Ferrari de Azevedo¹

Resumo: Este artigo estuda a criação de postagens para a rede social Instagram feita por neurodivergentes. Para tal, foram feitas entrevistas com sete criadores de conteúdo que se identificam com esse perfil. O objetivo é entender o processo de elaboração desse material. Os resultados indicam que (1) não há um padrão único referente ao tipo de publicação, observando-se diversidade de preferências e necessidades dos entrevistados; (2) nota-se uma tendência para o uso de cores vibrantes e vídeos como forma de obter mais engajamento com o público e (3) o caráter informativo dos posts, voltados para a conscientização e a luta contra o preconceito. Em linhas gerais, nota-se, como pano de fundo, a percepção da importância de afirmação da identidade neurodivergente.

Palavras chave: Comunicação; Neurodiversidade; Instagram; TDAH; Autismo.

Abstract: This article studies the creation of posts for the social network Instagram made by neurodivers. To this end, interviews were conducted with seven content creators who identify with this profile. The objective is to understand the process of elaboration of this material. The results indicate that (1) there is no single standard regarding the type of publication, observing the diversity of preferences and needs of the interviewees; (2) there is a trend towards the use of vibrant colors and videos as a way to obtain more engagement with the public and (3) the informative character of the posts, aimed at raising awareness and fighting prejudice. In general terms, it is noted, as a background, the perception of the importance of asserting the neurodivergent identity.

Keywords: Communication; Neurodiversity; Instagram; ADHD; Autism.

Keywords: neurodiversity; Instagram; communication; ADHD; Autism.

Introdução

Nos últimos anos, "diversidade" tem sido uma palavra de uso recorrente nas campanhas publicitárias e produtos midiáticos. Discute-se a normalização e a aceitação das diferenças, além de se notar o crescimento de movimentos contra a discriminação, como o Black Lives Matter, originado a partir do assassinato de George Floyd em 2020, que uniu vozes em todo o globo contra o racismo estrutural, ou a fortificação do movimento LGBTQIA+, que já marcava presença ao tomar as ruas nas paradas LGBTQIA+ espalhadas pelo mundo. Esse espaço também pode ser visto nas produções audiovisuais, peças publicitárias e nas redes sociais.

¹ Bolsista de iniciação científica do Centro Interdisciplinar de Pesquisa da Faculdade Cásper Líbero. Aluna do 3º ano do Curso de Jornalismo na Faculdade Cásper Líbero.

Embora a mudança gerada por esses e outros movimentos sociais ainda não esteja no nível desejado pelos ativistas da causa, percebe-se que a tomada do espaço narrativo por essas pessoas tem sido efetiva e, mesmo que gradualmente, suas vozes têm sido incluídas nas narrativas midiáticas e tem tido bastante relevância no ambiente online, vide o engajamento crescente de perfis no Facebook, Twitter e Instagram de pessoas que tratam destes assuntos.

Apesar de todos esses avanços, a partir de pesquisa exploratória em busca de uma base bibliográfica para esta pesquisa, observou-se que não existe um grande número de pesquisas que buscam estudar a associação de neurodivergência e de produção de conteúdo feita por e para pessoas neurodivergentes. Segundo Zin e Fonseca (2019, p. 1-3) boa parte da bibliografia sobre o Transtorno do Espectro Autista (TEA), quadro que é englobado pelo termo neurodivergente, “foca nas dificuldades enfrentadas pelas crianças, ignorando o fato de que elas crescerão e vão se tornar adultos autistas”, e também nas condições fisiológicas e neurológicas do transtorno, destacando que “ainda são poucos os especialistas que se dedicam a compreender os aspectos psicológicos e sociológicos do TEA”. O artigo destaca que boa parte dos textos sobre autismo é produzida por profissionais da saúde e da educação, além de pais e cuidadores dos autistas, sendo a produção autobiográfica de autores dentro do espectro pouco acessada.

Da necessidade de trazer as narrativas desses indivíduos e suas produções à tona surgiu esse trabalho, que discute o conteúdo produzido por esse segmento e visa pôr os holofotes nesta produção.

Essa pesquisa estuda a elaboração de peças comunicativas em formato de posts na rede social Instagram por pessoas neurodivergentes. Observou-se a produção de conteúdo nesta plataforma por pessoas que se encontram dentro da classificação de neurodivergência, ou seja os processos criativos e as preferências tanto dos criadores de conteúdo, como dos público que consome essas peças comunicativas.

"Neurodivergência" e "neurodiversidade" são termos primeiramente citados pela autora portadora de síndrome de asperger Judy Singer (1999) em seu texto “Por que você não pode ser normal uma vez na sua vida? De um ‘problema sem nome’ para a emergência de uma nova categoria de diferença”, e difundidos pelo Movimento da Neurodiversidade para tirar a conotação de doença das diferenças neurológicas. Segundo os indivíduos desse movimento, formado por grande número de autistas, esse conceito “tenta salientar que a ‘conexão neurológica’ ("neurological wiring") atípica (ou neurodivergente) não é, como vimos, uma doença a ser tratada e se for possível curada. Trata-se antes de uma diferença

humana que deve ser respeitada como outras diferenças (sexuais, raciais, entre outras)” (ORTEGA, 2009, p. 72), sendo assim parte de sua identidade. Assim, dentro da classificação de neurodivergência entram indivíduos que se enquadram dentro do TEA, com transtorno de déficit de atenção e hiperatividade (TDAH), dislexia, transtorno de dissociação de identidade, entre outros. Este trabalho focou principalmente na produção de conteúdo por pessoas dentro do TEA e com TDAH.

No sentido de utilizar um método dialógico, o primeiro procedimento feito foi uma pesquisa exploratória em busca de perfis no Instagram para possibilitar uma pré-seleção, baseada basicamente no quesito da maioria de seus donos. Esse critério se deu a partir da dificuldade em encontrar outros parâmetros seletivos para um recorte mais específico, considerando a extensa variedade de tópicos abordados nos perfis. Feita a seleção, o momento era de partir para a pesquisa de campo. Nesta, foram feitas entrevistas com os donos de sete perfis. O quadro 1 sintetiza as informações sobre os perfis:

Quadro 1. Informações sobre os perfis

Nome do perfil e user	Dono	Número de Publicações	Seguidores	Data de Criação
Sorriso Atípico (@sorrisoatipico)	Bianca Galvão	184	44,6 mil	05/09/2020
Bruno Nunes (@brunolimanunes)	Bruno Nunes	3584	11,9 mil	07/02/2011
Diógenes Desvendando o TDAH (@desvendandotdah)	Diógenes Nascimento	323	7129	16/12/2020
Ressignifica TDAH (@ressignificatdah)	Emily Silva	89	827	2020
Fernanda Macedo (@fernandabatistamacedo)	Fernanda Macedo	2045	16,2 mil	10/02/2020
Cientista com TDAH (@cientistacomtdah)	Marcela Costa	40	756	2020
Sara Rocha (@autismoemporgues)	Sara Rocha	263	14,5 mil	2020

Fonte: elaborado pela autora

No processo de entrevista, foram tomados todos os cuidados para que os entrevistados se sentissem confortáveis, primeiramente foi feita uma pesquisa sobre como facilitar a comunicação com essas pessoas e como deixá-las à vontade para dialogar sobre os assuntos que seriam abordados. Após essa pesquisa, foi entendido que uma maneira de fazer as

entrevistas eram primeiramente perguntando como cada pessoa preferia responder as perguntas, vide que, cada neurodivergente tende a reagir melhor a um estímulo diferente.

Três das entrevistas foram feitas por mensagens de texto. Em outras três foram enviadas as perguntas por texto e elas foram respondidas por áudio. Apenas uma entrevista foi via vídeo chamada, em que busquei estar em um lugar tranquilo, com poucos estímulos visuais e sonoros, logo, foram utilizados fones de ouvido; para que nada causasse distrações ou desconfortos na entrevistada.

De modo geral, o método se assemelhou muito ao utilizado por Ries e Lima (2020) na pesquisa “Mulheres Neurodivergentes: conexões que enunciam vulnerabilidade e a luta do reconhecimento”, na qual foram analisadas as interações comunicacionais de uma garota autista em suas páginas no Facebook em 2019, visando entender a luta do movimento da neurodiversidade.

Este texto se divide em quatro partes. Na primeira, são analisadas as principais razões relatadas pelos autores dos perfis para criá-los, observando assim semelhanças e diferenças. Na segunda, é analisada a presença da militância, seja neurodivergente ou de outros setores, nestes perfis, além de questões ligadas à representatividade. Na terceira, é analisado o engajamento e a relação dos criadores com seu público, qual a importância dos feedbacks e das conversas com os espectadores, e, no quarto e último tópico são estudadas as questões formais dos posts: escolha de formato, paleta de cores, das fotos utilizadas dos temas abordados e de como vão ser abordados.

1. Motivos para criar o perfil

Para iniciar, é importante compreender as motivações que levaram essas pessoas a criar seus perfis de conteúdo no Instagram. Quando questionados sobre isso, 5 dos entrevistados traziam à tona sua experiência pessoal nas redes, citavam um sentimento de solidariedade com aqueles similares, num ímpeto de acolhê-los.

Esse acolhimento se mostra de diferentes maneiras em cada um dos perfis, sendo que alguns deles visam trazer estratégias para amenizar alguns aspectos incômodos da condição neurológica dos indivíduos, como faz Bruno Lima, produzindo conteúdos que ajudam os seus espectadores a exercitarem o foco, algo bastante complexo para pessoas TDAH e que gera muito sofrimento por muitas vezes não conseguirem finalizar tarefas ou executá-las da melhor maneira, coisa que ele mesmo já sentiu:

Para quem é TDAH, o desafio é muito maior, porque como a gente tem essa desregulação da nossa atenção e aí esse mundo que, de uma certa forma, não foi feito para a gente, faz com que a gente entre em parafuso. Então, não se distrair hoje em dia é um desafio para todos, mas para quem é TDAH, é uma questão de saúde mental, porque o problema do TDAH nesse mundo moderno é que, se ele não tiver técnicas, métodos e ferramentas, ele não vai fazer nada (Bruno).

Essa resposta foi muito similar à de Diógenes Nascimento, que tivera um diagnóstico tardio de TDAH e de autismo. Como já tinha especialização na área de Gestão de Projetos e treinamentos, se sentiu motivado a produzir uma metodologia de treinamento baseada nas dificuldades de pessoas com TDAH, mas que seria direcionada ao público em geral, buscando fazer um conteúdo especializado e baseado em pesquisas científicas.

Motivação semelhante às de Marcela Costa e Emily Silva, que buscam trazer informações científicas e comprovadas, no caso, para combater as milhares de informações equívocas presentes em diversos sites e desmistificar as falsas “promessas milagrosas”, em suas palavras, que curariam o TDAH, guiando seu público por um caminho de aceitação.

Esse aspecto é bastante importante para organizar e discutir os conhecimentos sobre essa neurodivergência a cada vez mais presente e discutida nos veículos midiáticos, que acabam sendo bastante difusas e por vezes carregam certa desinformação, como discutido em Castellar e Teruya (2012, p. 2): “Se não há a presença de um pensamento crítico, as informações que promovem meias verdades sobre o transtorno de déficit de atenção e hiperatividade, certamente contribuem para a criação de falsas crenças sobre o transtorno.”

Aceitação e compreensão são pautas bastante presentes também, aparecendo de maneira enfática no perfil de Fernanda Macedo, que o criou ao observar a falta de suporte emocional e compreensão dos outros professores com seus alunos TDAH; sendo que essa incompreensão muitas vezes é causada pelo fato de pessoas com TDAH, principalmente crianças, tendem a ter resistência em desenvolver atividades das quais desgostam e não conseguem manter o foco nestas, tendo assim um hiperfoco nas que gostam. Isso ocorre por essa condição interferir na memória executiva, assim “compromete funções executivas no âmbito da atenção, capacidade de planejamento, execução de tarefas, organização, manejo do tempo, memória de trabalho, regulação emocional, iniciativa e proatividade na resolução dos problemas” (CONFORT; GOMES, 2017, p. 2).

Esse foi o mesmo caso de Bianca Galvão, que, em suas palavras, “senti a necessidade de falar sobre isso justamente para que as pessoas não se sintam como eu me senti, deslocada.” No perfil de Bianca e de Sara Rocha há forte presença da abordagem de pautas

do movimento neurodivergente. No caso de Sara, o perfil ainda ajudou no âmbito de lidar com o turbilhão de informações que recebeu ao descobrir seu autismo:

Na verdade não me veio a ideia de criar o perfil, o que aconteceu foi que quando eu descobri que era autista e comecei a ter que processar muita informação não é, passamos a vida inteira e depois tem que ficar pensando ‘Será que eu fazia isso porque era autista?’(...) E de repente comecei a perceber que estava ajudando pessoas que acabaram de descobrir que eram autistas ao acessar o meu perfil, então isso foi o que me incentivou de fato e os retornos de pessoas que me disseram que ajudou a se entenderem melhor... (Sara)

Essa experiência coletiva ajuda no processo de normalização das características neurodivergentes, que por muitas vezes são tratadas com estranhamento nos ambientes de socialização, sejam eles físicos ou virtuais, por conta do embate com aquilo que é considerado normal, que pressupõe a oposição uma definição cultural do que seria “deficiente” (ORTEGA, 2007).

Ademais, as questões em comum observadas nos depoimentos sobre o porquê de criar os perfis convergem em um ponto muito importante de tomada de um espaço discursivo que fortaleça a afirmação de uma identidade neurodivergente, construída e reforçada por dados disseminados pelos próprios indivíduos que assim se identificam. Isso ocorre porque a identidade de um indivíduo não é linear e imutável, mas sim modificada a partir da convivência em grupo (GAY; HALL, 1996) e também da construção de uma narrativa de grupo. A disseminação dessas narrativas identitárias por esses perfis, além de contribuir para o maior entendimento do próprio indivíduo, cria laços entre pessoas.

A “normalização”, nesse aspecto, é algo bastante presente no discurso da militância neurodivergente, o que leva à segunda parte deste texto.

2. Narrativa, construção de identidade e militância

Antes de tudo, é relevante compreender que a militância foi e ainda é muito importante para a conquista de um espaço discursivo para os neurodivergentes. Foi por meio dela que esses indivíduos puderam falar por si mesmos e desmistificar o senso comum de que não poderiam se expressar por si mesmos, que necessitam de um intermediário para se expressar, ou pelo menos para as informações expressadas serem validadas.

Retomando o início deste artigo, sabe-se que a maior parte da produção intelectual sobre TEA e TDAH foi produzida por terceiros, como médicos e professores, focando na patologização destas pessoas e em suas “dificuldades” (ZIN; FONSECA, 2019, ps. 1-3),

porém o movimento da neurodiversidade revolucionou esse quesito. Trazendo como lema “Nada sobre nós sem nós”, utilizado pelo movimento deficiente, esse movimento salienta a urgência de trazer as narrativas neurodivergentes à tona para falarem de sua condição como um traço de sua identidade, indispensável para fazer deles quem são. Essa identidade individual e grupal, é muito importante para a legitimação e reconhecimento do movimento, como representado no trecho a seguir.

Quando um grupo social é estigmatizado pela maioria da sociedade, a autodeclaração da identidade constitui um processo de *coming out*. A afirmação “sou deficiente” (surdo, cego, autista, entre outros) constitui uma afirmação de auto-categorização, um processo de subjetivação e de formação de identidade. (ORTEGA, 2007, p. 3, grifo do autor)

Sobre essa questão identitária, Hall e Du Gay (1996) indicam que o sujeito não é unilateral e está sempre sujeito a influências, construindo sua identidade ao longo da vivência em grupo. Por isso, as questões de militância são intrínsecas à construção de narrativas nesses perfis, porém aparecem com bastante destaque nos perfis de Bianca Galvão e Sara Rocha, que trazem questões relevantes da causa neurodivergente.

No perfil de Bianca, há forte presença de informações sobre TDAH e Autismo, trazendo também questionamentos ao tratamento direcionado à pessoas dentro do espectro, que muitas vezes traz um fundo capacitista. Quando perguntada sobre por quê havia direcionado o foco de seu perfil à questão do ativismo neurodivergente, sua resposta foi a de que, por meio dele, gostaria de “quebrar vários estereótipos e mitos que cercam esses assuntos, principalmente o autismo, que ainda tem aquela imagem que a mídia mostra, ou do gênio, ou do incapaz.” Atualmente, ela também traz alguns posts sobre sua área de atuação profissional, a odontologia, assim produzindo conteúdos sobre saúde bucal.

Acessando o perfil de Sara, para além de ativismo autista, encontram-se conteúdos sobre a causa de deficiência auditiva, feminismo e o movimento queer. Nos seus posts ela traz conteúdos que sente que precisam ser abordados com mais clareza e também pautas que surgem na mídia.

Ser ativista do autismo é não ter descanso. Toda semana acontece alguma coisa em que vamos ter que falar de algo específico (...) A cada semana tem uma coisa. Acho que a forma de escrever tem muito a ver com o que estou sentindo naquele momento e com a situação que estou passando (Sara).

Retomando a questão apresentada no início do tópico, a expressão do dia-a-dia e vivências neuroatípicas divulgadas por estes dois perfis são importantes para a compreensão e construção de uma identidade, já que, segundo Marie-Christine Josso (2007), identidade

individual é, pois, definida a partir de características sociais, culturais, políticas, econômicas, religiosas, em termos de reprodução sociofamiliar e socioeducativa”. Ademais, um aspecto importante para essas pessoas é o diálogo com seus seguidores, algo transmitido pela fala de Bruno Lima, que diz utilizar os feedbacks e indicações dos seguidores para inspirar a criação de seus posts.

Os temas dos meus posts estão vindo muito das perguntas que eu recebo e da interação com os meus seguidores (...) eu anoto as perguntas que me fizeram no box de pergunta, os comentários e penso em qual modelo seria o melhor para abordar aquela dúvida. Aí eu defino e decido o tema escrevendo...

Entender a importância do diálogo com o público é essencial para entender a relevância desses perfis, algo que será abordado no próximo tópico.

3. Relacionamento com os seguidores e sua importância

Para a representatividade e a disseminação da narrativa neurodiversa acontecer com sucesso, é muito importante buscar meios de aproximação com a sua audiência para entender as necessidades que devem ser refletidas nos conteúdos publicados nos perfis. Nesta terceira parte, visou-se entender o impacto dos feedbacks, comentários e interações para esses criadores de conteúdo.

Quando questionados sobre a relação com o público, os donos dos perfis trouxeram à tona a questão da solidariedade, citada no início deste artigo. O fato de os posts de todos os perfis receberem, em grande maioria, respostas que refletem sentimentos de compreensão, de identificação com as situações por eles vividas trazem ainda mais fôlego para a continuidade da publicação e fortalecem a formação de uma identidade neurodivergente.

Para Diógenes Nascimento, receber esses comentários é “FUNDAMENTAL! Através deles que corrigimos a rota e motivamos a continuidade do projeto e a estruturação de soluções e produtos.” Assim, se percebe que essas opiniões e relatos ajudam a direcionar os posts, aos criadores saberem que trilha percorrer.

Agora, hoje em dia, na verdade, nos últimos dias, nas últimas semanas, eu já ando criando as postagens em função da minha audiência, aí eu já trago imagens em função disso, com figuras e personagens, eu já posso fazer uma graça, então, hoje na verdade, os temas dos meus posts estão vindo muito das perguntas que eu recebo e da interação com os meus seguidores (Bruno).

Em sequência, indicou que receber esses comentários dá sentido para o que ele está fazendo e retoma a questão de empatia, do poder ajudar: “Eu saber que um cara que estava se

sentindo mal porque ele é muito diferente, porque ele sofre, esse cara falar para mim ‘Eu to entendendo, eu não sou um estranho, poxa tem solução’, isso dá razão a minha existência, faz minha vida ter sentido.”

Sara também salienta essa questão, dizendo que saber que conseguiu ajudar outros autistas, pais de autistas e até mesmo profissionais:

é a melhor parte do que estou a fazer agora, é conectar com outros autistas, com profissionais que se identificam, que gostam do que eu estou a escrever ou que lhes ajuda de alguma forma e eu acho que é o que me incentiva a continuar, não continuo por gostar necessariamente de fazer lives, porque para mim elas são muito cansativas e todos os eventos são bastante cansativos para mim (Sara).

Logo, pode-se pensar que estes comentários trazem uma série de benefícios para esses criadores, já que, trazem incentivo para quem tem TDAH, assim fazendo com que não percam o interesse em continuar o trabalho do perfil e incentiva a socialização, algo bastante complicado para essas pessoas pelo fato de seu comportamento e inconstância ser considerado difícil (CONCEZA, 2011, apud CONFORT, GOMES, 2017) ou, como Bruno mencionou, “estranho”. Esse mesmo benefício se vê nos criadores autistas, que possuem dificuldades em se relacionar por se encontrarem em uma sociedade em que sua forma de comunicação não é considerada “normal”.

4. Questões técnicas: modelos de post e maneira de feitura dos posts

Quando se trata da produção de posts, pode-se perceber que não há um padrão para os métodos de sua elaboração, e nem mesmo o seu formato. Isso acontece pelo fato do funcionamento desses indivíduos ser muito particular, principalmente considerando que alguns estímulos funcionam melhor para cada um deles e alguns podem até ser agressivos para alguns neurodivergentes. Sobre isso, Fernanda Macedo indica:

Utilizo todo tipo de linguagem para passar o conhecimento porque nós podemos ser cinestésicos, auditivos ou visuais na nossa forma de aprendizagem (...) a gente respeita o sujeito, seus impulsos as suas pulsões e suas singularidades, mas as formas de aprendizagem são essas mesmo, por leitura, por áudio, por vídeo ou por mãos à obra (Fernanda).

Essa noção de particularidade na apreensão de informações e processamento do conhecimento é próxima ao que indica Piaget (2002), trazendo a noção de que o conhecimento e aprendizado não podem ser enquadrados de maneira inflexível, pois não são

predeterminados. Além disso, ele expõe que a construção do conhecimento é mutável e interdisciplinar, assim se mostrando algo não padronizado.

Os donos dos perfis possuem diferentes modos para produzir seu conteúdo. Como visto acima, Fernanda Macedo utiliza diversas formas para chamar a atenção de seu público e visa interagir bastante por caixas de perguntas, sempre incentivando seus espectadores a buscar um profissional da área da saúde para ajudá-los. Ela se utiliza de diferentes plataformas para estimular indivíduos com diferentes funcionamentos neurológicos:

Quando respondo as caixinhas de perguntas, ali a pessoa está aprendendo pela prática, ou seja, ali eu estímulo o cinestésico. Quando eu faço um reels, é algo bem rápido, então quem tem um cérebro TDAH aquela informação rápida já trouxe um resultado imediato, liberando a dopamina, então ela pode aprender aquilo mais rápido e às vezes eu até uso o TikTok para isso, né, uma forma divertida lá. Quando eu uso o IGTV, é para quem quer mais reflexão, quem está disposto a escutar mais, geralmente essa pessoa é uma pessoa que está mais angustiada e ela quer escutar, quer observar, ela quer aprender. Isso também cabe a produzo por texto, é para as pessoas que querem aprender, eu sou a pessoa da leitura né, por isso que eu pedi para você me mandar as respostas por escrito, porque se fosse por áudio a possibilidade de eu procrastinar para escutar era gigante, então o texto é pra quem gosta de texto, que salva para ler depois (Fernanda).

Assim, ela relatou que as ideias para a produção de cada post surgem nos mais variados momentos de sua vida, seja “tomando um banho, por causa das queixas que chegam através do direct, perguntas, muitos desabafos no facebook, vem muito das leituras sobre TDAH ou até mesmo de Ficção”, segundo ela mesma, seus impulsos do TDAH são para a leitura.

Relato bem parecido com esse é o de Bruno Lima, que diz pensar na inspiração para seus posts a partir da audiência, porém ele possui um passo a passo bem definido para produzi-los, já que segundo ele, esse processo é muito desafiador. Assim, faz primeiramente a programação dos posts da semana, definindo um dia para cada tipo de post e depois o tema de cada um deles a partir do que anotou previamente.

Depois disso, parte para a criação gráfica dos posts. “Quando eu entro na criação do post eu vou primeiro para como eu quero aquela imagem, aí eu pego a paleta de cores que eu defini, que são cores que vibram e trazem estímulo, chamando a atenção, porque isso é muito importante para quem é TDAH”. Ele também costuma utilizar fotos dele para gerar uma conexão com o público, bem como a feitura de vídeos. Logo após ele produz as legendas e programa os posts.

Essa produção por etapas bem definidas é similar à de Diógenes Nascimento, que se desenrola pelas seguintes etapas: “1- seleção da temática em uma fila programada de

conteúdo, 2- pesquisa e embasamento, 3- escrita do post e descrição, 4- seleção de tags, 5- edição de imagem e estruturação do conteúdo, 6- postagem”. Ele ainda acrescentou que ele e sua equipe utilizam “todos os formatos e funções para interação na página, seguindo uma prática de frequência e consistência diária”.

Para algumas pessoas, como Marcela Costa, ter um planejamento de posts e identidade visual é algo “muito complicado”. “Eu cheguei a fazer um planejamento anual. Eu segui ele? Não segui. Não consegui dar conta de todas as demandas do Cientista do TDAH, não consegui. Então hoje na prática tem sido baseado na minha vontade”. Ela relata que a parte visual é a mais difícil para ela, assim recorre a utilização de programas como Canva e Simore, que trazem alguns template; e diz se inspirar em um perfil de psicologia no Instagram para o template.

Emily e Bianca disseram não ter exatamente um roteiro também, sendo assim, elas disseram que a temática dos posts vem a partir da inspiração delas naquele momento, de assuntos que surgem. Bianca relata ter a tendência de produzir posts pela manhã:

Gosto de postar geralmente de manhã, mas quando não estou tão motivada não posto pela manhã, e os textos eu faço na hora.. com o que me vem na cabeça mesmo, sobre o que já vivi e o que eu sinto quando vejo determinado assunto. As imagens eu escolho de acordo com o tema (Bianca).

O perfil de Emily possui uma identidade visual bastante marcante e uma linguagem verbal mais direta e simples, porque ela se baseia no fato de que ela possui pouca paciência para ler coisas grandes e acha que “as imagens são mais fáceis pra prender a atenção”. Ela justifica a escolha do fundo preto para seus posts pelo fato de não se sentir bem excesso de cores e informações. A fonte que utiliza “é para chamar atenção para a frase.”

Ainda nesta questão de não ter exatamente um processo definido para construir os posts, Sara comenta que ela costuma ser “levada pela onda” do momento.

Eu começo a escrever sobre alguma situação que está incomodando, uma situação que eu tenho que pensar, de certa forma escrever é minha forma de processar a informação, então eu escrevo primeiro e depois como fazer o post, eu utilizo um aplicativo de design porque eu sou péssima em design e artes e é bastante mais fácil ter essa aplicativo (Sara).

Já quanto a formatos e identidade visual, Sara relatou tentar pensar nas necessidades de neurotípicos e neurodivergentes, visando atender a ambos públicos da melhor maneira, mas também considerando suas próprias necessidades.

Eu experimentei um pouquinho para cada situação. Não estou falando somente para autistas, estou falando com neurotípicos também e diferentes métodos de comunicação ajudam a compreender melhor, ou seja, para captar a atenção de um autista, é melhor algo visual e com imagens, enquanto com um neurotípico é

melhor com textos. É uma questão de adaptar a comunicação, por isso tento de diferentes formas. No entanto, os posts coloridos no fundo são pelo fato de eu ser um pouco hipossensível a nível visual e gostar de cores. Apesar disso, preciso colocar cores mais neutras para quem é hipersensível a nível visual, isso é algo que tenho de fato tentado mudar (Sara).

Considerações finais

Os resultados obtidos sugerem que não há um consenso sobre quais os melhores moldes de publicação, vide a diversidade de preferências e necessidades entre os entrevistados. Há, no entanto, alguns pontos de convergência a observar.

Na medida em que o TDAH “compromete funções executivas no âmbito da atenção, capacidade de planejamento, execução de tarefas, organização, manejo do tempo, memória de trabalho, regulação emocional, iniciativa e proatividade na resolução dos problemas” (CONFORT, GOMES, 2017, p. 2), uma das maneiras de captar melhor as pessoas, destaca Bruno Lima, um dos entrevistados, “são cores que vibram, que trazem estímulo, que trazem algum tipo de impacto, que chamam a atenção, porque isso é muito importante para quem é TDAH”. Além disso, ressalta também fotos e vídeos como um estímulo à sinestesia: “você tem vários tipos de estímulo, visual, auditivo, você pode estimular também uma sinestesia dependendo de como você está utilizando aquele vídeo”. Esses aspectos são importantes para gerar uma maior conexão com um público cada vez mais relacionado às redes sociais em sua formação identitária.

A comunicação à distância e do uso da internet, que certamente produzem efeitos sobre a construção da subjetividade dos indivíduos e, em um movimento conjunto, tempo de questionamento dos referenciais sociais e, sobretudo, dos objetivos sociais em torno dos quais uma sociedade está organizada (MEGALE; TEIXEIRA, 1998, p. 48).

Outro importante fator apontado por essas pessoas é o cunho informativo destes posts, que segundo a educadora Fernanda Macedo, outra das entrevistadas, é muito importante para que haja um acolhimento:

Muitos que eu conversava achavam que não tinham jeito porque tinham TDAH, mas só tomavam medicamento, sem mudar o comportamento, sem fazer terapia, análise e um movimento de auto aceitação. Porque eu acho muito importante as pessoas se organizarem, organizar seu ambiente, sua rotina, fazer terapia, um exercício, porque traz muitos benefícios para sua vida e faz com que convivam melhor com o TDAH e no caso os sintomas não desaparecem, mas eles minimizam muito e a gente também aprende a utilizar o lado bom das nossas características (Fernanda).

Quanto às entrevistadas com TEA, Bianca Galvão (@ativismoautista) e Sara Rocha (@autismoemporgues), pode-se perceber o destaque para a importância da conscientização sobre o TEA e a luta contra o preconceito, sendo que no perfil de Sara esta luta é interseccionada pela luta feminista.

Assim, no sentido de pensar em pesquisas futuras, o que se pôde observar é que uma das melhores maneiras de produzir conteúdo para pessoas nesta perspectiva, a partir do observado nas entrevistas, é dialogando com elas e entendendo suas demandas, divulgando os criadores de conteúdo, em posts que destacam a necessidade de um sentimento de comunidade na representação de uma identidade neurodivergente.

Referências

CASTELLAR, T. e TERUYA, T.K. Transtorno De Déficit De Atenção E Hiperatividade Na Mídia. **Seminário de Pesquisa do PPE**, Universidade Estadual de Maringá - PR, 2012.

CONFORT, M. F. e GOMES, M. J. M. TDAH: Implicações no Relacionamento Interpessoal. **Episteme Transversalis**, v.8, n.2, p.119-132, jul./dez.2017.

PIAGET, Jean. **Episteologia Genética**. São Paulo: Martins Fontes 2002.

FONSECA, J. B. e ZIN, L. C. As Vozes do Autismo: Quando Falar Não Significa Ser Ouvido. XXIV INTERCOM. Vitória: **Anais...** UFES, 2019.

GAY, P. Du e HALL, S. **Questions of Cultural Identity**. Londres: Sage, 1996.

JOSSO, M. C. A transformação de si a partir da narração de histórias de vida. **Educação**, ano XXX, n. 3 (63), p. 413-438, set./dez. 2007

ORTEGA, Francisco. Deficiência, Autismo e Neurodiversidade. **Ciência & Saúde Coletiva**, p. 67 – 77, 2007.

RIES, I. L. e LIMA, B. N. C. Mulheres neurodivergentes: conexões que enunciam vulnerabilidades e a luta por reconhecimento. XXIX COMPÓS. Campo Grande: **Anais...** UFMS, dezembro de 2020.