**Como Criar uma História no Instagram:**

1. Abra o Aplicativo: Certifique-se de que você está com o aplicativo Instagram instalado em seu dispositivo móvel. Abra o aplicativo e faça login em sua conta, se necessário.
2. Acesse a Câmera: Toque no ícone da câmera no canto superior esquerdo da tela ou deslize para a direita em qualquer lugar do Feed para abrir a câmera.
3. Tire uma Foto ou Grave um Vídeo: Use a câmera para capturar uma foto ou gravar um vídeo. Toque no botão do obturador para tirar uma foto ou mantenha-o pressionado para gravar um vídeo.
4. Personalize sua História: Depois de capturar a foto ou o vídeo, você pode usar várias ferramentas criativas. Adicione texto, adesivos, emojis, desenhos à mão livre e muito mais.
5. Adicione Mídia da Sua Biblioteca: Toque no ícone da galeria para adicionar fotos ou vídeos da sua biblioteca de mídia. Isso permite que você compartilhe conteúdo que já capturou anteriormente.
6. Defina as Configurações de Visualização: Toque no ícone de engrenagem para definir quem pode ver sua história. Você pode escolher entre "Amigos próximos", "Amigos" ou "Amigos, exceto..." para personalizar a audiência.
7. Publique sua História: Toque em "Sua história" na parte inferior da tela para compartilhar sua história. Ela estará disponível para seus seguidores por 24 horas.

**Como Fazer uma Publicação no Instagram:**

1. Abra o Aplicativo: Abra o aplicativo Instagram e faça login em sua conta, se necessário.
2. Acesse o Feed: Toque no ícone do feed (ícone da casa) no canto inferior esquerdo da tela para acessar o Feed principal.
3. Crie uma Nova Publicação: Toque no ícone de "+" no canto superior direito da tela. Isso abrirá a câmera para criar uma nova publicação.
4. Selecione uma Foto ou Vídeo: Escolha uma foto ou vídeo da sua biblioteca ou capture um novo usando a câmera do Instagram.
5. Edite a Imagem ou Vídeo: Use as ferramentas de edição, como filtros, recorte e ajuste de brilho/contraste, para personalizar sua imagem ou vídeo.
6. Adicione uma Legenda: Escreva uma legenda criativa para acompanhar sua postagem. Você também pode usar emojis e mencionar outros usuários usando o símbolo "@".
7. Marque Pessoas ou Lugares: Se desejar, você pode marcar outras contas e locais na sua postagem. Isso pode aumentar a visibilidade da sua publicação.
8. Compartilhe nas Redes Sociais: Se você deseja compartilhar sua postagem em outras redes sociais, como Facebook ou Twitter, ative as opções correspondentes.
9. Defina as Configurações de Privacidade: Escolha quem pode ver sua postagem. As opções incluem "Seguidores" ou "Amigos próximos" (caso tenha essa lista criada).
10. Publique sua Postagem: Toque em "Compartilhar" (ou no ícone correspondente ao seu dispositivo) para publicar a imagem ou vídeo no seu perfil.

**Como Usar Enquetes e Perguntas nos Stories do Instagram:**

1. **Abra o Aplicativo:** Abra o aplicativo do Instagram em seu dispositivo móvel e faça login na sua conta, se necessário.
2. **Acesse a Câmera dos Stories:** Deslize para a direita na tela inicial ou toque na sua foto de perfil no canto superior esquerdo para acessar a câmera dos Stories.
3. **Capture ou Selecione uma Foto/Vídeo:** Tire uma nova foto ou grave um vídeo usando a câmera dos Stories ou selecione uma imagem ou vídeo da sua biblioteca tocando no ícone da galeria no canto superior esquerdo.
4. **Adicione Elementos Interativos:**
   * Após capturar ou selecionar uma imagem/vídeo, você verá uma variedade de ícones na parte superior da tela. Toque no ícone de adesivos, que se parece com um rosto sorridente com um pino, para acessar os elementos interativos.
5. **Adicione uma Enquete:**
   * Selecione a opção "Enquete". Você verá uma caixa de texto com "Faça uma pergunta..." e duas opções de resposta predefinidas ("Sim" e "Não"), que podem ser editadas de acordo com a sua pergunta.
6. **Personalize a Sua Pergunta:**
   * Toque no texto da pergunta e digite a pergunta que você deseja fazer aos seus seguidores. Por exemplo, "Qual cor de celular você prefere?"
7. **Personalize as Opções de Resposta:**
   * Toque nas opções de resposta ("Sim" e "Não") para editar. Por exemplo, você pode mudar as opções para "Azul" e "Preto".
8. **Posicione a Enquete:**
   * Arraste a enquete para a posição desejada na tela do seu Story. Você pode redimensioná-la e girá-la para se encaixar na estética do seu Story.
9. **Publique o Story com a Enquete:**
   * Quando estiver satisfeito com a sua enquete, toque no botão "Sua história" no canto inferior esquerdo para publicar o Story. Sua enquete ficará visível para os seus seguidores.

**Como Visualizar as Respostas:**

1. **Verifique o Story Ativo:** Seu Story com a enquete estará ativo por 24 horas, durante as quais seus seguidores podem votar.
2. **Verifique as Respostas:** Para visualizar as respostas, toque no ícone do seu Story no canto superior esquerdo da tela inicial (se ainda estiver ativo) ou na sua foto de perfil (se o Story já expirou). Lá, você verá quantas pessoas votaram em cada opção da enquete.

**Como Usar Perguntas:**

1. **Abra o Aplicativo:** Abra o aplicativo do Instagram em seu dispositivo móvel e faça login na sua conta, se necessário.
2. **Acesse a Câmera dos Stories:** Deslize para a direita na tela inicial ou toque na sua foto de perfil no canto superior esquerdo para acessar a câmera dos Stories.
3. **Capture ou Selecione uma Foto/Vídeo:** Capture uma nova foto ou grave um vídeo usando a câmera dos Stories ou selecione uma imagem ou vídeo da sua biblioteca tocando no ícone da galeria no canto superior esquerdo.
4. **Adicione Elementos Interativos:**
   * Após capturar ou selecionar uma imagem/vídeo, toque no ícone de adesivos (rosto sorridente com um pino) para acessar os elementos interativos.
5. **Adicione uma Pergunta:**
   * Selecione a opção "Pergunta". Isso adicionará um adesivo de pergunta à sua imagem/vídeo. Você verá uma caixa de texto onde você pode digitar a pergunta que deseja fazer.
6. **Publique o Story com a Pergunta:**
   * Quando estiver satisfeito com a sua pergunta, toque no botão "Sua história" no canto inferior esquerdo para publicar o Story. Sua pergunta ficará visível para os seus seguidores.

**Como Visualizar as Respostas das Perguntas:**

1. **Verifique o Story Ativo:** Seu Story com a pergunta estará ativo por 24 horas.
2. **Visualize as Respostas:** Para ver as respostas, toque no ícone do seu Story no canto superior esquerdo da tela inicial (se ainda estiver ativo) ou na sua foto de perfil (se o Story já expirou). Lá, você verá as respostas enviadas pelos seus seguidores. Você também pode compartilhar essas respostas nos seus Stories, caso deseje.