



# INTERNET SEGURA

Ano Letivo 2021/2022

**Guia para Encarregados de Educação**

Colaborado por:



Colaborado por:



UNIÃO EUROPEIA  
Fundo Social Europeu

# Segurança na Internet | Guia para Encarregados de educação

---

Diariamente ouvimos falar na segurança na internet, mais concretamente nos perigos a que as crianças estão expostas. Pretende-se com o presente guia sensibilizar pais e educadores para os riscos das crianças envolvidas na navegação na internet.

## RISCOS



O **uso excessivo de utilização da internet** pode resultar numa alteração do comportamento por parte das crianças ou jovens. A internet pode causar fenómenos de **isolamento**, que por sua vez podem desencadear nas crianças/jovens sentimentos de **apatia, depressão, agressividade** ou **risco de dependência**.



Efetivamente, o acesso a **conteúdos inadequados para a idade** e acesso a informação que exige supervisão, é um dos maiores riscos a que as crianças podem estar sujeitas.



Dificuldade na utilização e gestão das redes sociais poderá desencadear situações de cyberbullying dificultando os relacionamentos das crianças/jovens.



A maioria das crianças e adolescentes quando acedem à internet fazem-no para contactar outros utilizadores, pelo que as áreas de contacto que estes mais frequentemente utilizam são os chats, fóruns, serviços de mensagens e sites de música, filmes ou jogos. Regularmente, durante estes contactos, as crianças, livremente ou por aliciamento de terceiros, revelam **dados pessoais** não tendo noção dos perigos inerentes, nomeadamente a possibilidade dos contactos virtuais darem origem a encontros pessoais com desconhecidos.



Face às **agressivas estratégias de marketing influenciáveis**, as crianças e jovens são induzidas a comprarem todo o tipo de produtos. Isto pode levar a que as crianças forneçam os seus dados pessoais para uso comercial e solicitem a aquisição de produtos que nem sempre são adequados para a sua idade/desenvolvimento.

# SINAIS DE ALERTA




**É extremamente importante estar atento ao comportamento das crianças e jovens.**


Existem alguns sinais de alerta, tais como:


- (((•))) O tempo indeterminado e sem supervisão quando estão online;
- (((•))) Preferem permanecer sozinhos junto ao computador, ou mudam de página quando alguém se aproxima;
- (((•))) Recebem chamadas ou SMS de pessoas estranhas ao núcleo familiar;
- (((•))) Utilizam linguagem imprópria e desadequada à sua faixa etária;
- (((•))) São expostas a conteúdos de natureza sexual;
- (((•))) Isolam-se da família e/ou amigos, privilegiando a navegação na internet;


## COMO AJUDAR

Para uma navegação segura das crianças e jovens na internet, aconselha-se a adoção de uma atitude de prevenção, através do diálogo e um acompanhamento próximo dos conteúdos e visualizações da criança e jovem.


 **Instalação de ferramentas** disponíveis para **controlar os conteúdos visualizados** no computador ou noutro dispositivo em horários permitidos e nos programas com permissão para executar.

 Mostrar **interesse nas suas descobertas**, para que em conjunto haja um **sentimento de partilha e confiança**;  
Não culpabilizar por acesso a conteúdo inapropriado. A melhor solução é conversar abertamente sobre o assunto e antecipar como evitar que volte acontecer;

 **Informar a criança ou jovem dos riscos que ela pode correr na internet**, ajudando a distinguir conteúdos recomendáveis e nocivos, mostrando que existem regras para que a navegação seja responsável e segura;

 É importante **estabelecer regras**, como um horário e uma duração de navegação, o qual deverá ser respeitado, tal como a definição dos sites autorizados para navegação.

 Utilização do computador e outros dispositivos num **local comum** a toda a família;

 Periodicamente **rever os conteúdos do computador** e das contas de e-mail. Explicando à criança ou jovem que se trata de uma **atitude para o proteger**.

in



Não existem soluções 100 seguras. Poderá sempre recorrer:

### Link's:

- <https://www.seguranet.pt/>
- <https://www.psp.pt/Pages/atividades/programa-escola-segura.aspx>
- <https://www.apav.pt/cibercrime/index.php/linha-internet-segura>



### Contactos:

Linha da criança: 800 20 66 56

Linha Internet segura: 800 21 90 90

GNR Arraiolos: 266 490 700

### Ou entrar em contacto com:

- O/A Diretor/a de Turma;
- As técnicas do Gabinete de Técnicas Especializadas do Agrupamento de Escolas de Arraiolos (Gabinete P02);
- As técnicas do Projeto Interagir para Melhorar- Câmara Municipal de Arraiolos.