



Família Conectada

# Proteja seu filho de ameaças online

Ana Maria Albuquerque

# Proteja seu filho de ameaças online

Autora: Ana Maria de Albuquerque Lima.

Revisão e beneficiamento textual: Ana Mattos

Para maiores informações sobre a autora, acesse: <http://familiaconectada.com.br>.

O mundo mudou desde a chegada de celulares, computadores e internet, bem como mudou a forma de criar os filhos. A internet fornece um novo mundo de informações, mas também oferece riscos: cyberbullying, pedofilia, roubo de identidade e fraudes são ameaças reais na era da internet, e os pais possuem um papel fundamental na educação digital dos filhos.

O aspecto principal a se ter em mente é que os comportamentos de risco na vida presencial também aparecem na vida online, como se a vida virtual fosse um mero reflexo da maneira como as pessoas se comportam na vida cotidiana. Se seu filho apresenta comportamento de risco online, fique de olho, pois ele provavelmente também está correndo riscos em seus relacionamentos presenciais!

É intenção e dever de pais e responsáveis proteger os filhos das influências negativas e dos riscos que a vida oferece. Isso também se aplica ao mundo virtual: prestar atenção ao que é nocivo às crianças na internet deve ser prioridade das famílias, por isso é importante dedicar tempo a educar as crianças para o uso seguro e responsável da internet, pois isso vai encorajá-las a tomar atitudes sensatas online, especialmente nas redes sociais.

As redes sociais permitem que as crianças estejam conectadas com amigos e com membros da família. A habilidade de compartilhar mensagens, fotos e vídeos ajuda as pessoas a se sentirem mais perto umas das outras, mas também permite que pessoas mal intencionadas entrem em contato com crianças ingênuas. Por isso, é importantíssimo que a família monitore o comportamento digital dos filhos, mantendo aberto um espaço saudável de diálogo a respeito desse tema. Seguem abaixo algumas dicas:

- Restrinja, na medida do possível, os “amigos virtuais” do seu filho a pessoas que ele conheça presencialmente;
- Confira as solicitações de amizade que o seu filho recebe antes que o potencial contato seja adicionado como “amigo”. Verifique a lista de amizades de seu filho de forma sistemática e certifique-se de que novos “amigos” não tenham sido adicionados.
- Discuta sobre a adequação de postagens, da linguagem e das fotos utilizadas nas redes sociais.
- Assegure-se de que seu filho compreenda que, apesar de ele não ser responsável pelo que seus amigos fazem nas redes sociais, é de responsabilidade dele eliminar as mensagens inadequadas e solicitar que o amigo não repita tais atitudes, ou até desfazer o relacionamento, caso o comportamento do amigo não mude.

## Sexo na rede

A internet é um espaço de caça para predadores sexuais. Muitos se apresentam às crianças como sendo da mesma faixa etária e fingem manter uma amizade baseada em interesses comuns. Os predadores recolhem informações sobre as crianças em seus perfis das redes sociais e constroem uma rede de mentiras para seduzi-las. É bastante comum, também, que os predadores peçam à criança que mantenha sigilo sobre o relacionamento. Muitas delas, ingênuas e seduzidas pela proposta de cumplicidade, atendem ao pedido e não contam para a família que estão trocando informações com um desconhecido. Veja a seguir alguns indícios de que seu filho pode estar sendo aliciado por um predador sexual:

- Ele mantém segredo sobre seus amigos da internet e começa a falar muito sobre um “novo amigo”, que você não consegue saber quando, como ou de onde surgiu.
- Esse novo amigo se parece muito com seu filho, mas seu filho é incapaz de dar detalhes simples sobre ele, tal como sobrenome, a escola em que estuda, quantos irmãos tem, etc.
- Ele não quer que você esteja por perto quando está falando com o novo amigo; ele desliga o computador ou muda de tela assim que você se aproxima.

- Ele tem estado quieto ou parece esquisito depois de ter iniciado a nova amizade.
- Ele começa a enviar fotos pelo computador
- Ele começa a receber presentes pelo correio
- Ele quer que os pais o levem para conhecer o amigo, mas não os quer por perto durante o encontro.

Se você acha que seu filho pode estar interagindo com um predador sexual, é importante que você não deixe que a ideia de “privacidade” impeça você de protegê-lo. Como falamos anteriormente, a vida virtual é uma espécie de reflexo da vida real. Na vida real você dá a mão para o seu filho, o ensina a olhar para os dois lados antes de atravessar a rua, faz com que ele use o cinto de segurança, verifica se ele está andando em boas companhias, procura saber quem são os amigos e conhecer os pais dos amigos. É preciso fazer o mesmo na internet!

A segurança do seu filho tem precedência sobre a privacidade dele. Em algum momento pode ser necessário intervir de maneira drástica a fim de salvá-lo de uma situação perigosa, e seu filho tem que saber disso. A seguir vão algumas orientações para ajudar seu filho a evitar predadores sexuais:

- Ele não deve fornecer nome completo, endereço ou número de telefone para alguém que ele não conheça na vida real;
- Ele não deve fornecer nenhuma informação que possa ajudar a identificá-lo, tal como o esporte que pratica, onde estuda, nomes de irmãos ou animais de estimação ou qualquer coisa que possa ser utilizada para fabricar uma conexão com a criança. Faça com que ele compreenda que os pedófilos manipulam essas informações para ganhar a confiança da criança.
- Não falar sobre lugares onde ele pretende ir ou sobre a participação em eventos públicos.
- Não postar fotos na internet sem a aprovação dos pais e não enviar fotos de si mesmo para ninguém.
- Ele não deve fazer planos de conhecer presencialmente um amigo virtual sem a supervisão dos pais.
- Seu filho deve perceber você como uma pessoa determinada a ajudá-lo nos momentos de necessidade

Além dos riscos de assédio por parte de pedófilos, normalmente pessoas mais velhas que se fazem passar por jovens, há ocasiões em que os riscos relacionados a sexo envolvem pessoas da mesma faixa etária, ocorrendo na interação entre colegas, por meio da troca voluntária de mensagens com conteúdo sexual, com exposição de órgãos sexuais, masturbação ou cenas íntimas entre pessoas. A esta prática se dá o nome de sexting, assunto de que trataremos mais detalhadamente na Cartilha

## Violência na Rede

Outro problema real e perigoso da internet - e da vida - é o bullying, palavra de origem inglesa usada para denominar o desejo consciente e deliberado de maltratar outra pessoa e colocá-la sob tensão. Em português, bully significa valentão, e a palavra bullying tem sido utilizada para descrever comportamentos agressivos e antissociais intencionais e recorrentes, em que haja um desequilíbrio de poder entre agressor e vítima. Nos ambientes virtuais, usa-se o termo cyberbullying.

O bullying é terrível nas relações humanas, mas quando ele se esconde atrás de uma plataforma virtual seus resultados podem ser ainda mais devastadores, pois ele é ininterrupto e o alcance das agressões e a exposição da vítima são ilimitados. A internet serve de máscara para os agressores, tornando-os mais cruéis e agressivos do que no contato presencial com a vítima, pois eles se sentem relativamente protegidos pelo anonimato. As práticas de cyberbullying podem envolver a disseminação de fofocas e boatos, a publicação de fotos reais ou modificadas, com o objetivo de ridicularizar, ou ataques recorrentes à vítima, sem que ela consiga se proteger.

Seguem abaixo alguns indicadores para ajudá-lo a perceber se seu filho está sendo vítima de cyberbullying:

- Mudanças súbitas de comportamento: ficar retraído, nervoso ou mais sensível do que o normal.
- Não querer ir à escola ou participar de atividades de que ele normalmente gosta.
- Não mais mencionar amigos com quem antes ele passava bastante tempo; demonstrar desconforto quando se fala sobre essas pessoas.

- Ficar nervoso depois de usar a internet.
- Apresentar um comportamento secreto online.
- Encerrar, de forma repentina, as contas em redes sociais ou de e-mail.
- Mudar sua aparência ou a forma como ele se apresenta.

É comum haver resistência quando se começa a falar de cyberbullying, pois muitos dos jovens não querem que seus pais se envolvam em alguns assuntos de sua vida, e podem achar que a intervenção dos pais vai piorar ainda mais a situação. Mas se você está preocupado, não se deixe abater. Talvez seja necessário fazer algumas investigações, talvez seja necessário utilizar softwares de controle de acesso e filtros de conteúdo. Ainda que você se sinta desconfortável lendo as mensagens de e-mail ou verificando o perfil das redes sociais em que seu filho participa, isso pode ser vital para mantê-lo seguro. Aproxime-se dele de forma cautelosa, não o acuse ou mostre raiva e demonstre, sobretudo, amor e compaixão. Contate a escola para discutir a situação, expresse de forma cuidadosa seu desejo de que a situação seja monitorada e solicite que os agressores não sejam contatados, pois isso pode piorar os ataques. Dependendo da severidade do cyberbullying, às vezes é necessário chamar a polícia.

Lembre-se que a violência psicológica pode se transformar em violência física. Leve o cyberbullying a sério, procurando desenvolver uma relação sólida e de confiança com o seu filho, dando a ele a certeza de que ele pode procurar você sempre que precisar de ajuda. Se você quiser saber mais sobre práticas violentas na internet, acesse a Cartilha 02 – Violência na rede.

## Vício na Rede

O vício na internet ou uso compulsivo das Tecnologias da Informação e da Comunicação (TICs) implica, necessariamente, o uso intenso e ostensivo de tecnologias digitais, mas o contrário nem sempre é verdade: o uso intenso das TICs não necessariamente implica uso compulsivo, pois há muitas pessoas que dedicam incontáveis horas do dia a atividades online, sejam de natureza profissional ou de lazer, mas que conseguem fazer pausas e manter vida social e familiar saudáveis. Como todo vício, o uso compulsivo das TICs é bastante prejudicial pois promove alienação, faz com que as pessoas percam oportunidades de relacionamento com familiares e amigos. É totalmente diferente do uso saudável, criativo e talentoso que pode ser feito das tecnologias digitais.

O uso compulsivo pode causar problemas de saúde, físicos e psicológicos, e problemas sociais. Entre os problemas físicos, pode-se mencionar a obesidade, decorrente de má alimentação e de pouca atividade física, problemas de postura, dores nas costas e pescoço, hérnias de disco e inúmeras lesões por esforço repetitivo. Além disso, usuários compulsivos frequentemente apresentam problemas de visão, por causa do tempo excessivo dedicado a visualização de telas.

Pode-se afirmar que um indivíduo apresenta sintomas de uso compulsivo quando ele entra em sofrimento por estar privado da tecnologia: crises de ansiedade, instabilidade emocional, mudanças súbitas de humor, medo incontrolável de perder uma mensagem importante ou urgente. Também é frequente que usuários compulsivos tenham problemas de relacionamento com a família e vivam trancados em seus quartos, em completo isolamento social e solidão.

## Dicas para uma navegação segura

Prevenir sempre é melhor do que remediar, então, seguem abaixo algumas orientações básicas que podem ajudar seu filho a navegar na internet de maneira segura e responsável:

- Se algo parecer estranho ou diferente do que você está acostumado, pare!
- Sempre seja honesto sobre as suas atividades online, mesmo que você tenha desrespeitado as regras de uso da internet dadas pelos seus pais. Se você se sentir em perigo é importante que você fale com os seus familiares sobre a situação.
- Nunca encontre pessoalmente alguém que você conheceu na internet sem antes falar com os seus pais. Melhor ainda é pedir que eles estejam presentes durante o encontro.
- Não permita que ninguém vá a sua casa quando os adultos não estiverem presentes.
- Se você sente medo de alguém que você conheceu na internet, ou teve alguma situação online desagradável, conte para seus pais.
- Se você não se sente confortável para tratar do assunto com os seus pais, fale com um professor sobre a situação, com o coordenador pedagógico da escola ou outro adulto de sua confiança que possa ajudá-lo a enfrentar o problema.
- Se você se sentir ameaçado, peça ajuda.

## Parte II

# Estágios das crianças no uso das tecnologias digitais

Não existe uma regra definida de quando devemos introduzir o uso das tecnologias digitais em casa com os nossos filhos, pois isso pode variar de acordo com a cultura familiar no uso das tecnologias de informação e comunicação (TICs).

### Primeira infância

Crianças entre 18 e 24 meses podem se beneficiar da exposição na internet e das tecnologias móveis. Durante a primeira infância o bebê aprende as primeiras lições no uso destas tecnologias, mas é importante que você as introduza em um ambiente controlado e de forma positiva, para que eles se sintam confiantes no uso futuro. Considere comprar um laptop de brinquedo para que ele possa aprender a brincar com o equipamento de forma segura e controlada.

### Crianças a partir de 2 anos

A partir de dois anos, seu filho estará pronto para se engajar em atividades online mais estruturadas. Neste estágio, ele estará pronto para usar alguns mecanismos do computador, tal como o mouse, aprender a usar a tela touchscreen do tablet (telas sensíveis ao toque) e dar alguns comandos simples. Tirar vantagem das variadas oportunidades de aprendizagem online é importante nesta fase, incluindo o uso de jogos de computador que visam essa faixa etária, como o software livre educacional - GCompris. Neste estágio a criança também pode ser exposta a tecnologias móveis, desde que sob supervisão dos pais. Permita que seu filho participe de chamadas telefônicas com pessoas de quem ele gosta, e que use ferramentas como o Skype, para ele aprenda que pode usar a internet para conversar com pessoas da família que ele não vê com muita frequência.

### Maternal e Pré-escola

A partir dos três anos de idade a criança se torna capaz de usar o computador de maneira um pouco mais independente, desde que esteja permanentemente supervisionada. Existem muitas atividades e jogos disponíveis para esta faixa etária que servem como atividades complementares ao que se aprende na escola. É também nesta idade que você pode começar a ter conversas sobre o uso seguro da internet e sobre os comportamentos mais apropriados para atividades online. Quanto mais cedo, melhor!

### Ensino Fundamental – primeiro ciclo

A partir dos 7 anos a criança será exposta ao computador quase que diariamente. Muitas escolas dão ênfase curricular ao desenvolvimento de habilidades no uso das TICs e isso implica o uso da internet para desenvolver projetos ou fazer o dever de casa. É importante, no entanto, que você não deixe este aprendizado apenas nas mãos dos professores, mas participe do processo de inclusão digital dos seus filhos e na escolha dos softwares ou ferramentas mais apropriadas para eles.

Nesta fase da vida, seu filho terá mais independência para usar o computador, mas é importante que os pais estejam presentes e supervisionem as atividades online por meio de ferramentas de controle de pais. Procure colocar o seu computador em um local central da casa e estabeleça horários de uso vinculados à sua presença em casa. Veja abaixo algumas regras básicas de segurança online para o seu filho:

- É importante que seu filho não utilize as tecnologias digitais por mais de três horas por dia. Este tempo é suficiente para estudar e brincar na internet. É importante equilibrar atividades online com atividades offline, como a prática de atividades esportivas ou de lazer com amigos presenciais.

- Você tem o direito de verificar o que o seu filho está fazendo online. O uso de ferramentas de “controle de pais” permite que você acompanhe o histórico das atividades online de seu filho. Elas servem para auxiliar no diálogo sobre vida digital em casa e no estabelecimento das regras de uso seguro e ético das tecnologias da informação e da comunicação (TICs).

- O uso de redes sociais deve ser limitado a alguns horários por dia e você deve optar pelas redes sociais de crianças, como o Club Penguin, Scratch ou Squeak. É importante que se respeite a idade mínima de 13 anos para iniciar em redes sociais como o Facebook ou o Twitter.

## **Ensino Fundamental – segundo ciclo**

Na adolescência, as relações dos jovens com seus pares assume grande importância. É comum que o adolescente queira pesquisar sobre assuntos impróprios ou comece a construir relacionamentos potencialmente perigosos. Aos 13 anos, as adolescentes do sexo feminino começam a ser assediadas sexualmente na internet, portanto, recomenda-se cuidado redobrado com predadores sexuais! É igualmente importante que você faça check-ups periódicos das atividades online do seu filho e estabeleça regras de utilização e orientação para que ele evite abusar da maior liberdade que ele tem no uso da internet. É importante falar, também, sobre práticas de bullying, dando orientações de como lidar com estas questões que emergem na pré-adolescência.

## **Ensino Médio**

Muitos pais relatam que o período mais difícil para lidar com riscos online é quando eles ingressam no Ensino Médio. Os adolescentes não têm a mesma maturidade de um adulto e podem ser impulsivos e inconsequentes no uso das TICs. É uma idade em que os jovens ganham mais liberdade, mas os pais devem ter consciência da sua responsabilidade em mitigar riscos. Eles necessitam de mais tempo online, tanto para fazer atividades escolares, quanto para manter o contato com familiares e amigos, usando redes sociais e tecnologias móveis. Seguem, abaixo, algumas sugestões para uso da internet e dispositivos móveis no Ensino Médio:

- Os celulares devem estar desligados quando o jovem está em sala de aula, durante as refeições e momentos em família.

- Depois que o jovem completa 18 anos, é importante que ele não utilize a internet ou mande mensagens de texto enquanto estiver dirigindo.

- O tempo de utilização da internet deve ser controlado. Você deve instruí-lo a não utilizar tecnologias de georreferenciamento que mostrem o local onde ele está ou frequenta.

- Exija que seu filho o aceite como “amigo” nas redes sociais que ele frequenta, para que você possa verificar mensagens e fotos compartilhadas no ambiente.

- Verifique regularmente o histórico de navegação do seu filho na internet.

## Parte 3:

# Construindo uma relação de confiança com o seu filho

A confiança é uma parte essencial de qualquer relacionamento. Criar uma relação de confiança com o seu filho irá permitir que ele seja independente e responsável, pois sabe que pode contar com seu apoio sempre que necessário. Confiar em seu filho não significa permitir ele faça o que quiser. A confiança envolve o desenvolvimento de um senso mútuo de respeito e permite que seu filho se tornar um adulto com liberdade para se expressar como quiser. Ao confiar no seu filho, você dá a ele a oportunidade de descobrir quem ele é e escolher a vida que vai levar.

## **Será que seu filho realmente está pronto para ter uma conta no Facebook?**

Avaliar o nível de maturidade, responsabilidade e a tendência dele de fazer julgamentos sensatos relacionados à sua privacidade e ao uso da internet é algo que deve ser levado em conta antes de permitir que seu filho tenha uma conta no Facebook. Se você tiver dúvidas em relação a isso, talvez ainda não seja a hora. Considere a alternativa de ter com ele uma conta compartilhada, para que você possa orientá-lo com relação ao uso ético e seguro das redes sociais.

Se seu filho prova que é responsável no uso de sites de redes sociais, você não necessita ficar constantemente monitorando-o no Facebook. É importante insistir que ele o mantenha como amigo em seu perfil e garantir que ele só adicione à sua lista de amigos pessoas que ele conhece presencialmente.

## **Que tipo de controle de privacidade deve ser usado para monitorar a atividade online dos filhos?**

No momento em que seu filho for abrir uma conta em sites de redes sociais como o Facebook, ajude-o na criação da conta e estabeleça controles de privacidade. É importante que o perfil de seu filho não seja público e que seja visível apenas para amigos. Isso o protegerá de ser perseguido por predadores e vai ajudar você a controlar a lista de pessoas que têm acesso aos dados pessoais de seu filho em sites de redes sociais. Garanta que você tenha controle das fotos que podem ser vistas e use os mecanismos de controle de privacidade mais estritos.

Existem softwares específicos para auxiliar no monitoramento das atividades online dos seus filhos. Há muita variedade e eles funcionam de maneiras diversas, desde os que fazem “controle de pais” (ou parental control), normalmente configurados individualmente em cada máquina e restritos a regular horários de acesso e estabelecer permissões ou restrições a determinados sites, até ferramentas que controlam o tráfego na sua intranet doméstica, de acordo com a classificação de cada site, e impedem que todos os dispositivos conectados à sua rede acessem aqueles conteúdos. Aprender a utilizar estas ferramentas é de vital importância para mitigar riscos online, mas não substitui o diálogo responsável e o treinamento de que o seu filho precisa para se tornar um usuário responsável das tecnologias digitais.

## **Devo manter o acesso à conta do meu filho em sites de redes sociais?**

É importante que o seu filho adolescente compreenda que as atividades dele na internet serão monitoradas por você e que você não faz isso de forma secreta. Deixe claro que você não irá postar fotos ou fazer comentários no perfil dele, mas monitorar o uso que ele faz da internet e seu comportamento online. Isso deve ser, na medida do possível, um tópico não negociável. Se seu filho resiste em permitir que você o monitore nas redes sociais e a toda hora muda as senhas, impedindo o acesso, ele está demonstrando que não é responsável o suficiente para lidar com sites como o Facebook.

Nas redes sociais, seja amigo do pai do amigo do seu filho

É interessante fazer parte de uma rede de familiares dos amigos do seu filho. A colaboração entre os adultos ajuda na conscientização dos pequenos e permite que todos se movam na mesma direção. Além disso, a rede facilita a detecção de ameaças e a divulgação de informações, quando algum dos jovens está apresentando comportamento de risco na internet.



Atribuição-NãoComercial CC BY-NC

Esta licença permite que outros remixem, adaptem e criem a partir do seu trabalho para fins não comerciais, e embora os novos trabalhos tenham de lhe atribuir o devido crédito e não possam ser usados para fins comerciais, os usuários não têm de licenciar esses trabalhos derivados sob os mesmos termos.