



GUIA PRÁTICO | SEMANA DA CRIANÇA

Pequenos cliques, **grandes cuidados.**

Guia para acompanhar crianças na internet
com mais segurança.



A proteção também começa com uma conversa.

Uma publicação educativa da ISH Tecnologia para pais, mães e responsáveis.



Jogos, vídeos, mensagens e aplicativos fazem parte da infância. Este guia ajuda a reconhecer situações de risco, configurar proteções básicas e construir acordos possíveis para a rotina de cada família. Não é preciso dominar tecnologia para começar: **atenção, diálogo e alguns ajustes já fazem diferença.**



Como usar

Leia uma seção por vez, teste as orientações nos aparelhos usados pela criança e reserve alguns minutos para preencher os combinados digitais em conjunto.



Sumário

1	Entre no mundo digital da criança	4
2	Prepare celulares, tablets e computadores	6
3	Pense antes de compartilhar	8
4	Jogos, mensagens e contatos: reconheça sinais de alerta	10
5	Quando algo acontecer, acolha primeiro	12
6	Transforme orientações em hábitos	14
7	Nossos combinados digitais	16
8	Checklist para continuar cuidando	18

1

Entre no mundo digital da criança

Saber quais aplicativos a criança utiliza é apenas o começo. Vale entender o que ela faz neles, com quem conversa, quais recursos permitem contato com desconhecidos e como reage quando algo a incomoda.



Experimente uma conversa que abre portas

"Me mostra o jogo de que você mais gosta? O que você precisa fazer para avançar?"



"Alguém pode mandar mensagem para você dentro desse aplicativo?"



"Já apareceu alguma coisa que te deixou confuso, triste ou com medo?"



"Se alguém pedir segredo sobre uma conversa online, o que você faria?"





O que observar sem transformar tudo em vigilância

Veja se há chat aberto, transmissão ao vivo, compras dentro do jogo, grupos com desconhecidos e recomendações automáticas de conteúdo. Combine momentos para navegar juntos. Crianças menores precisam de acompanhamento mais próximo; conforme amadurecem, as regras podem ser revistas com participação delas.



Situação do dia a dia

Seu filho quer instalar um jogo porque todos os amigos jogam. Antes de autorizar, veja a classificação indicativa, os recursos de conversa, as compras internas e as opções de privacidade. Decidam juntos o que ficará ativado.



Pergunta para levar para casa

Se a criança encontrasse algo estranho hoje, ela saberia com qual adulto conversar?



2

Prepare celulares, tablets e computadores

Uma configuração feita em poucos minutos pode limitar exposição de dados, compras acidentais e contatos indesejados. Os nomes dos menus mudam entre aparelhos e aplicativos; procure opções equivalentes de privacidade, segurança e família.



Checklist de configuração



Atualize sistema operacional, navegador e aplicativos; ative atualizações automáticas quando disponíveis.



Use bloqueio de tela e senhas únicas nas contas dos responsáveis; habilite autenticação em duas etapas quando possível.



Crie um perfil infantil ou supervisionado adequado à faixa etária e revise a classificação dos conteúdos.



Restrinja quem pode enviar mensagens, adicionar amigos, comentar ou ver o perfil da criança.



Revise acesso à localização, câmera, microfone, contatos e fotos. Desative permissões desnecessárias.



Exija autorização de um responsável para instalar aplicativos e fazer compras; revise métodos de pagamento salvos.



Verifique recursos de denúncia e bloqueio nos jogos e plataformas mais utilizados.



Atenção às contas dos adultos

Muitas crianças usam aparelhos compartilhados. Se a conta do adulto permanecer conectada, podem ficar acessíveis e-mails, arquivos, fotos e meios de pagamento. Separe perfis sempre que possível e evite compartilhar senhas.



Teste prático

Abra um aplicativo usado pela criança e procure: quem vê o perfil? Quem pode escrever? É possível comprar sem aprovação? O aplicativo sabe onde o aparelho está?

3

Pense antes de compartilhar

Fotos, vídeos e publicações podem revelar informações sem que ninguém perceba. Um uniforme identifica a escola; uma foto na porta de casa pode mostrar o endereço; uma publicação em tempo real pode indicar onde a criança está.



Antes de publicar, confira quatro pontos



Contexto:

aparecem placas, crachás, nome da escola, endereço ou detalhes da rotina?



Público:

o perfil é aberto? Quem poderá salvar, encaminhar ou republicar o conteúdo?



Localização:

a publicação revela onde a criança está naquele momento?



Respeito:

a criança se sente confortável com a imagem? Ela foi ouvida de acordo com sua idade?



O que ensinar à criança



Nome completo, endereço, escola, telefone, senhas, códigos recebidos por mensagem e localização não devem ser enviados a pessoas conhecidas apenas pela internet. Se alguém pedir esses dados, a orientação é interromper a conversa e procurar um adulto.



Situação do dia a dia

Uma foto de aniversário parece inofensiva, mas mostra o nome da escola no uniforme e a localização da festa. Antes de postar, recorte a imagem, retire a localização e confira a audiência.



Para os responsáveis

Evite publicar rotinas fixas, documentos, boletins escolares ou situações constrangedoras. A proteção da privacidade infantil também depende do que os adultos compartilham.



4

Jogos, mensagens e contatos: reconheça sinais de alerta

Nem todo contato começa com ameaça explícita. Em jogos e comunidades, uma pessoa desconhecida pode iniciar uma conversa amistosa, oferecer vantagens ou tentar levar a criança para outro aplicativo. O importante é reconhecer comportamentos que ultrapassam limites.



Sinais que merecem atenção



Pedidos de fotos pessoais, informações sobre a casa, a escola ou horários da família.



Presentes virtuais, moedas ou vantagens condicionadas a conversas privadas ou favores.



Convites insistentes para sair do jogo e conversar por outro aplicativo, especialmente em segredo.



Pressão para clicar em links, baixar arquivos ou informar códigos de verificação.



Ameaças, humilhações, chantagem ou pedidos para esconder a conversa dos responsáveis.



Uma regra simples para praticar

Se alguém pedir segredo, pressionar, ameaçar ou deixar a criança desconfortável, ela pode parar de responder e pedir ajuda. Bloquear e denunciar são recursos úteis, mas, quando houver ameaça ou assédio, primeiro preserve os registros que possam ser necessários para buscar apoio.



Situação do dia a dia

Um jogador oferece itens raros em troca de um link para "confirmar a conta". A criança deve evitar o link, não compartilhar senha ou código e avisar um responsável. Ofertas urgentes e boas demais merecem verificação.



5

Quando algo acontecer, acolha primeiro

Uma criança pode hesitar em contar que caiu em um golpe, recebeu uma mensagem inadequada ou sofreu intimidação. O medo de perder o celular ou de ser culpada costuma dificultar a conversa. A primeira resposta do adulto influencia se ela voltará a pedir ajuda.



O que fazer, em ordem

1

Ouça com calma. Diga que ela fez bem em contar e que não precisa resolver a situação sozinha.

2

Entenda o ocorrido sem exigir que repita detalhes desnecessários ou reviva uma experiência dolorosa.

3

Interrompa o contato e use bloqueio ou denúncia da plataforma, conforme o caso.

4

Preserve dados úteis, como nome do perfil, links, datas e mensagens, sem redistribuir material sensível. Em casos de imagens íntimas envolvendo crianças, não copie nem encaminhe o conteúdo; procure orientação especializada ou autoridades.

5

Se houve compartilhamento de senha, altere-a, encerre sessões desconhecidas e ative autenticação em duas etapas. Se houve compra ou fraude, contate a plataforma e o meio de pagamento.

Diante de ameaça, exploração, violência ou risco imediato, procure os canais oficiais de proteção e as autoridades competentes.



"Obrigado por me contar. Você não precisa enfrentar isso sozinho. Vamos pensar no próximo passo juntos."



Evite

Reagir com culpa, exposição pública ou punição imediata. Medidas de proteção podem ser necessárias, mas devem preservar a confiança e o bem-estar da criança.

6

Transforme orientações em hábitos

Regras funcionam melhor quando são claras e revisadas com frequência. Em vez de uma lista de proibições, crie uma rotina em que a criança saiba o que pode fazer, o que precisa consultar e como pedir ajuda.



Três momentos para revisar



Ao instalar um aplicativo:

verificar idade recomendada, permissões, contatos e compras.



Ao entrar em um grupo ou jogo novo:

combinar quem pode conversar e o que não deve ser compartilhado.



Quando a rotina mudar:

revisar horários, privacidade e necessidades de autonomia.



Adapte a conversa à idade



Para crianças menores, privilegie exemplos concretos, navegação acompanhada e poucas regras fáceis de lembrar.



Para crianças maiores, discuta privacidade, reputação digital, golpes, pressão de colegas e consequências do compartilhamento.



Não existe uma configuração que substitua o acompanhamento.



Atividade rápida

Escolha um aplicativo usado nesta semana e faça uma revisão em dupla: permissões, mensagens, compras e denúncias. Ao final, pergunte o que a criança gostaria de entender melhor.



7

Nossos combinados digitais

Preencham juntos. A proposta é registrar decisões simples que façam sentido para a rotina da família. Revisem o acordo quando a criança começar a usar um novo jogo, aplicativo ou dispositivo.

Quais jogos e aplicativos usamos com autorização?

Antes de instalar ou comprar algo, vamos conversar com quem?

Que informações e fotos nunca enviamos sem consultar um responsável?

O que fazemos se alguém pedir segredo, dados pessoais ou imagens?

Quem são os adultos de confiança a quem podemos pedir ajuda?

Quando vamos revisar nossas configurações e estes combinados?

Nosso compromisso

Escutar sem julgar, pedir ajuda quando necessário e conversar antes de tomar decisões importantes na internet.

Data: ____ / ____ / ____

Criança: _____

Responsável: _____



Você conhece o ECA Digital?

A proteção de crianças e adolescentes também se estende ao ambiente virtual.



O **ECA Digital (Lei nº 15.211/2025)** estabelece regras para ampliar a proteção de crianças e adolescentes em ambientes digitais, incluindo medidas relacionadas à privacidade, à segurança e à prevenção de riscos em produtos e serviços online.



Conhecer essas orientações ajuda pais e responsáveis a compreender seus direitos e a importância de acompanhar a experiência digital das crianças.



Quer saber mais?

[Consulte o texto da legislação no portal oficial do Governo Federal.](#)

8

Checklist para continuar cuidando



Nossa missão: navegar com mais segurança, juntos!

Agora que aprendemos sobre segurança na internet, chegou a hora de conferir o que já fazemos e descobrir o que podemos melhorar.

Chamem a família, conversem sobre cada item e marquem juntos!

1. Conhecemos nosso mundo digital

- ☐ Conversamos sobre nossos jogos, vídeos e aplicativos favoritos.
- ☐ Sabemos que podemos pedir ajuda sempre que algo parecer estranho.
- ☐ Combinamos quais aplicativos e jogos são adequados para nossa idade.

2. Cuidamos dos nossos dispositivos

- ☐ Mantemos celulares, tablets e computadores atualizados.
- ☐ Usamos senhas seguras e não as compartilhamos com outras pessoas.
- ☐ Revisamos juntos as configurações de privacidade e segurança.
- ☐ Pedimos autorização antes de baixar aplicativos ou fazer compras.

3. Protegemos nossas informações

- ☐ Não compartilhamos endereço, escola, telefone ou localização com desconhecidos.
- ☐ Conferimos o que aparece nas fotos antes de publicá-las.
- ☐ Conversamos antes de publicar imagens e informações da família.

4. Jogamos e conversamos com atenção

- ☐ Sabemos que nem todo mundo na internet é quem diz ser.
- ☐ Não aceitamos links, presentes ou convites suspeitos.
- ☐ Avisamos um adulto quando alguém pede fotos, segredos ou informações pessoais.
- ☐ Nunca marcamos encontros com pessoas conhecidas apenas pela internet.

5. Sabemos o que fazer quando algo acontece

- ☐ Sabemos identificar mensagens ou situações que nos deixam desconfortáveis.
- ☐ Conhecemos os adultos de confiança a quem podemos pedir ajuda.
- ☐ Entendemos que pedir ajuda é sempre a melhor escolha quando algo nos preocupa.



Nosso combinado mais importante

Na nossa família, ninguém precisa enfrentar sozinho uma situação difícil na internet.

Se algo causar medo, dúvida ou desconforto, vamos conversar, ouvir e buscar uma solução juntos.

Nosso adulto de confiança: _____

Uma coisa que vamos melhorar a partir de hoje: _____

Data: ____ / ____ / ____

Assinatura da criança: _____

Assinatura do responsável: _____



Missão concluída?

Lembrem-se de revisar este checklist de tempos em tempos. Conforme crescemos, nossos cuidados digitais também precisam evoluir.



ISH 30 años

ISH Tecnología
Pequenos cliques, grandes cuidados

