

Um Guia para Pais sobre os Sites de Redes Sociais

Cada vez mais crianças passam muito tempo na Internet em sites como o Facebook e o MySpace. Estes estão entre os sites mais populares que representam um excelente meio para manter contacto com os amigos. No entanto, as crianças divulgam, muitas vezes, demasiada informação pessoal e colocam-se em risco.

Este guia tem como objetivo fornecer-lhe os conhecimentos necessários para lidar com os desafios associados a redes sociais e Web sites de comunidades. Isto vai ajudá-lo a garantir a segurança dos seus filhos quando estão ligados à Internet.

Cinco lições para pais com crianças e adolescentes utilizadores de redes sociais

Lição 1

O que são redes sociais?

As redes sociais são Web sites que oferecem uma comunidade virtual para pessoas que estão interessadas num determinado tema ou que simplesmente querem "conviver" juntas. As crianças e os adolescentes adoram sites de redes sociais porque podem utilizar estas plataformas para conversarem com os amigos e os familiares na Internet, bem como mandarem mensagens de correio eletrónico e partilharem fotografias, etc.

- Fale com os seus filhos sobre o que eles fazem na Internet
- Crie o seu próprio perfil no Facebook ou a sua página no MySpace e peça aos seus filhos para o ajudarem
- Mantenha-se atualizado sobre os benefícios e desafios das redes sociais, por exemplo através do McAfee® Security Advice Centre

Lição 2

Os riscos das redes sociais

O maior problema das redes sociais é o facto de as pessoas divulgarem demasiada informação. Os seus filhos deverão compreender que podem tornar-se vulneráveis se divulgarem demasiada informação sobre eles próprios e sobre a sua vida pessoal.

- Estabeleça limites e regras relativamente ao comportamento online
- Limite o tempo que permite aos seus filhos estarem ligados à Internet
- Fale sobre o que é ou não apropriado partilhar online
- Aconselhe os seus filhos a estarem atentos a pessoas que não conhecem e que desejam ser adicionados às suas redes
- Explique aos seus filhos que não podem encontrar-se pessoalmente com pessoas que tenham conhecido na Internet
- Insista com os seus filhos para lhe dizerem se notarem algo de estranho ou invulgar ou caso se sintam constrangidos ou ameaçados
- Ensine os seus filhos a serem cuidadosos com as mensagens de correio eletrónico que contenham perguntas, ofertas ou hiperligações para Web sites

FATOS SOBRE AS REDES SOCIAIS

67% dos adolescentes na Europa passa a maior parte do seu tempo na Internet em redes sociais.¹

O perigo mais comum dos adolescentes europeus é a divulgação de informação pessoal.²



Lição 3

Cyberbullying

O *Cyberbullying* define-se como a utilização da Internet ou outras tecnologias para enviar ou publicar textos ou imagens com o propósito de prejudicar ou envergonhar outra pessoa.

Reconheça rapidamente os sinais de alerta e fale com os seus filhos sobre eles.

Sinais de alerta que indicam que o seu filho pode ser uma vítima de *cyberbullying*:

- Sentir-se desconfortável ao receber uma mensagem de correio eletrónico, instantânea ou de texto
- Ficar triste depois de usar o computador
- Não querer sair de casa ou ir para a escola
- Afastar-se dos amigos e familiares

Sinais de alerta que indicam que o seu filho pode ser um intimidador online:

- Mudar de ecrã ou fechar programas quando alguém se aproxima do computador
- Usar o computador à noite até tarde
- Ficar zangado se não puder usar o computador
- Utilizar várias contas na Internet ou uma conta que pertença a outra pessoa

Caso identifique alguns destes sinais, fale com os seus filhos sobre os problemas do *cyberbullying*. Aborde os problemas tanto do ponto de vista da vítima como do intimidador.

Lição 4

Predadores online

A Internet é o local perfeito para os predadores online, visto que é fácil ocultarem as suas identidades e terem acesso a potenciais vítimas. Por esta razão, é essencial falar com os seus filhos sobre os comportamentos que devem ter quando estão ligados à Internet e o tipo de informação que é adequada divulgar na Internet.

- Peça aos seus filhos para o informarem caso se deparem com algo invulgar
- Incentive os seus filhos a pedirem-lhe ajuda, ou a outro adulto responsável, se estiverem a ser intimidados na Internet ou se tiverem contactado com um predador online
- Certifique-se de que os seus filhos adolescentes sabem como denunciar um abuso ou comportamento inapropriado nos sites de redes sociais



Lição 5

Invasão de privacidade, personificação maliciosa e roubo de identidade

É essencial garantir que os seus filhos são cuidadosos relativamente ao que partilham e com quem o partilham e que compreendem que nada é privado quando é publicado na Internet. Os sites de redes sociais disponibilizam uma grande quantidade de informação pessoal aos hackers. Os burlões utilizam muitas vezes falsos pedidos, que parecem ser de fontes legítimas, para obterem palavras-chave, números de telefone ou de cartões de crédito.

- Ensine os seus filhos a usarem o senso comum
- Fale com os seus filhos e estabeleça limites
- Verifique se alguém está a usar a identidade do seu filho
- Crie o seu próprio perfil e partilhe a experiência das redes sociais com os seus filhos
- Utilize as opções das definições de privacidade e segurança dos sites de redes sociais, tais como perfis privados, bloqueio e aprovação prévia de comentários
- Certifique-se de que tem o software de segurança atualizado
- Pondere a utilização de um software que lhe permita vigiar as atividades online dos seus filhos e, desta forma, o ajude a protegê-los

Informação essencial

O que fazer se o seu filho se tornar uma vítima na Internet

- Ignore o predador online ou não aceda ao Web site onde o incidente ocorreu
- Bloqueie o nome de utilizador e o endereço de correio eletrónico do transgressor
- Altere a informação que está na Internet sobre o seu filho ou, se for necessário, apague a conta
- Contacte o Web site onde o incidente ocorreu e, se for necessário, retire de lá a informação
- Denuncie o incidente ao seu Fornecedor de Serviços de Internet (ISP) e ao ISP do criminoso
- Denuncie o incidente às autoridades
- Mantenha um registo de todas as comunicações do criminoso
- Guarde o nome de utilizador, o endereço de correio eletrónico e, se estiver disponível, o ISP do criminoso



O software McAfee Family Protection protege os seus filhos contra conteúdos inapropriados, redes sociais e outras ameaças provenientes da Internet e proporciona-lhe uma visão das atividades dos seus filhos na Internet.



McAfee Portugal
Avenida da Liberdade, N° 110
1269-046 Lisboa
Portugal
Tel: 00 351 21 340 45 40
Fax: 00 351 21 340 45 11

www.mcafee.com/pt
<http://service.mcafee.com>

McAfee e/ou outros produtos relacionados com a McAfee aqui apresentados são marcas registadas ou marcas comerciais da McAfee, Inc. e/ou das respectivas filiais nos Estados Unidos e/ou noutros países. A cor vermelha da McAfee utilizada em relação à segurança é identificativa dos produtos da marca McAfee. Quaisquer outros produtos que não sejam relacionados com a McAfee, marcas registadas e/ou marcas não registadas contidas neste documento são-no apenas como referência e são propriedade exclusiva dos respectivos proprietários. © 2011 McAfee, Inc. Todos os direitos reservados.