



Projeto de Extensão Neurodireitos de
Crianças e Adolescentes e Saúde Mental

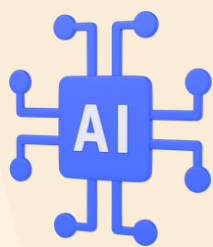


NAVEGANDO COM CONSCIÊNCIA

Autocuidado digital, proteção de dados pessoais
e o papel da supervisão parental

Profª Orientadora: Luciana Gaspar Melquiades
Duarte

GRUPO 2: ANA CECÍLIA ANTUNES DOS SANTOS -
202304045, ESTER GUIMARÃES FERREIRA DA COSTA -
202334010, SARA VITÓRIA FERREIRA - 202304024



NAVEGANDO COM CONSCIÊNCIA

Autocuidado digital, proteção de dados pessoais e o papel da supervisão parental

OBJETIVOS

Promover a educação digital de crianças e adolescentes

Incentivar o uso consciente, seguro e responsável da internet

Orientar sobre autocuidado digital e proteção de dados pessoais

Valorizar o diálogo entre crianças, adolescentes e responsáveis

**Projeto de Extensão
Neurodireitos de
Crianças e Adolescentes
e Saúde Mental**

ÍNDICE

1. O que é autocuidado digital
2. Como proteger os dados pessoais
3. Riscos do uso inadequado da internet
4. Importância da supervisão parental
5. Uso responsável das redes sociais, jogos e aplicativos



NAVEGANDO COM CONSCIÊNCIA



CRIANÇAS DE 6 A 9 ANOS

Aprendendo a usar o celular e a internet com segurança

O QUE É A INTERNET?

A internet é um lugar onde podemos aprender, brincar, assistir vídeos e falar com pessoas.

Mas, assim como na rua, precisamos tomar cuidado para não nos machucar



O QUE É AUTOCUIDADO DIGITAL?

Autocuidado digital é cuidar de nós mesmos quando usamos o celular, o tablet ou o computador. É usar a internet de forma segura e responsável

COMO ME CUIDAR NA INTERNET

Algumas formas de cuidar de mim na internet são:

- Usar a internet por um tempo combinado
- Não falar com pessoas desconhecidas
- Não clicar em coisas estranhas
- Pedir ajuda a um adulto quando algo assustar ou deixar triste

QUEM PODE ME AJUDAR?

Pais, mães ou responsáveis ajudam a cuidar da nossa segurança na internet.

Eles podem ajudar a escolher jogos, vídeos e aplicativos



A internet pode ser divertida e legal quando usamos com cuidado!

NAVEGANDO COM CONSCIÊNCIA

PRÉ-ADOLESCENTES DE 10 A 13 ANOS

Aprendendo a usar o celular e a internet com segurança

O QUE SÃO DADOS PESSOAIS?

Informações que dizem quem você é
(exemplo: nome, idade, escola, telefone, e-mail)

O QUE SÃO DADOS SENSÍVEIS?

Informações muito íntimas que precisam de ainda mais cuidado
(exemplo: senhas, localização em tempo real, fotos pessoais, documentos)

⚠ CUIDADO AO COMPARTILHAR FOTOS

❌ Evite compartilhar:

Fotos de uniforme escolar

Fotos dentro de casa

Fotos que mostram onde você mora

★ Na internet, pense antes de postar!

Se tiver dúvida, fale com um adulto de confiança 👤

Proteger seus dados é proteger você ❤

📍 CUIDADO AO COMPARTILHAR A LOCALIZAÇÃO

pense bem!

● Quando é seguro:

Com pais ou responsáveis
Em aplicativos confiáveis
Em caso de emergência

● Quando não é seguro:

Com desconhecidos
Em jogos ou redes sociais
O tempo todo

A internet pode ser divertida e legal quando usamos com cuidado!

NAVEGANDO COM CONSCIÊNCIA

PRÉ-ADOLESCENTES DE 10 A 13 ANOS



CUIDADO NOS JOGOS ONLINE E REDES SOCIAIS!



Quais são os principais riscos?

 Situação	 Qual é o risco?	 O que fazer?
Conversar com desconhecidos	Pessoas podem fingir ser crianças	Falar só com quem você conhece
Compartilhar dados pessoais	Alguém pode usar suas informações	Não dizer nome completo, escola ou endereço
Enviar fotos	As fotos podem ser copiadas ou espalhadas	Nunca enviar fotos pessoais
Clicar em links estranhos	Vírus ou golpes	Pedir ajuda a um adulto
Aceitar desafios online	Pode machucar você ou outra pessoas	Dizer NÃO e avisar um responsável

NAVEGANDO COM CONSCIÊNCIA

PRÉ-ADOLESCENTES DE 10 A 13 ANOS

PLAY

Dicas importantes para jogar e usar redes sociais

 Nem todo mundo na internet é quem diz ser

 Não confie em promessas de prêmios ou vantagens

 Pense bem antes de postar uma foto
 Se algo parecer estranho, pare

Importante lembrar



Verdade:

supervisão parental é proteção
os adultos querem ajudar
eles possuem mais experiência



Não é castigo:
não é desconfiança
não é para controlar tudo
não é para tirar a diversão



NAVEGANDO COM CONSCIÊNCIA



SUPERVISÃO PARENTAL: CUIDADO E PROTEÇÃO NAS REDES SOCIAIS

♥ Por que os adultos acompanham o uso da internet?

O que os adultos fazem?	Porque isso é importante?	Como isso ajuda você?
Ajudam a escolher jogos e apps	Evita conteúdos impróprios	Você se diverte com segurança
Conversam sobre o que você vê	Explicam o que é certo e errado	Você aprende a se proteger
Ajustam privacidade e idade	Protegem seus dados	Menos riscos e problemas
Acompanham conversas e contatos	Evitam perigos e golpes	Você não fica sozinho (a)
Colocam limites de tempo	Cuidam da sua saúde	Mais tempo para brincar e descansar

NAVEGANDO COM CONSCIÊNCIA

Cuidar de si na internet é usar a tecnologia com atenção e respeito.

**Isso significa pensar antes de postar,
proteger informações pessoais e
saber a hora de pedir ajuda.**



NAVEGANDO COM CONSCIÊNCIA

Conversar com adultos de confiança e seguir orientações ajuda a tornar a internet um lugar mais seguro, onde todos podem aprender, se divertir e se proteger.

