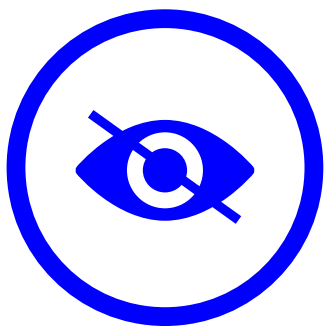


Aliciamento Online

Grooming

COMUNICAR
EM SEGURANÇA

fundação
III E O



O QUE É? Aliciamento Online

O **aliciamento online/grooming** é uma armadilha perigosa que se esconde por trás dos ecrãs. É uma técnica de manipulação em que os agressores usam jogos online e redes sociais para se aproximarem das crianças e dos adolescentes, conquistando a sua confiança. Com muita paciência, criam laços de amizade até atingirem os seus objetivos.

Começam por pedir para serem enviadas fotografias e vídeos simples, mas à medida que o tempo passa pedem que sejam cada vez mais provocantes e ousados. Esses vídeos ou imagens são usados para chantagear os menores.

É importante saber que os agressores são muito bons a manipular, fazendo acreditar as crianças e os adolescentes que estão sozinhas e que mais ninguém os pode ajudar. Além disso, os agressores costumam criar perfis falsos para se esconderem e dificultar a identificação.

Conversas abertas e descomplicadas sobre os perigos da Internet são essenciais. As crianças e os adolescentes devem saber que não podem partilhar informações pessoais com desconhecidos e que devem bloquear qualquer contato que as faça sentir desconfortáveis. Caso esteja desconfiado, os profissionais de saúde e a escola podem ser um bom apoio para resolver a questão.

SUGESTÕES



1

Comunicar... Comunicar e... Comunicar

A utilização da Internet não deve ser um tema que se deva evitar. É fundamental falar abertamente com as crianças e os adolescentes, incentivando-os a contar o que veem, o que gostam e se algum conteúdo os incomoda.

Ativar o controlo parental

É muito importante fazer a instalação de aplicações de controlo parental, bem como criar perfis específicos para a idade do utilizador. As aplicações, como o Google Family Link, permitem a aprovação ou o bloqueio remoto a aplicações e sites, no dispositivo da criança e do adolescente, e a gestão do tempo de utilização do telemóvel/tablet.

2



3

Regras de utilização

É importante definirem-se regras de utilização da Internet e dos equipamentos (ex.: tempo limite de utilização, sites que podem ser vistos ou instalação de jogos e aplicações) que devem ser partilhadas com as crianças e os adolescentes. Pode fazer-se um “contrato”, com as regras de utilização, para ser assinado e que poderá ajudar na gestão de futuros conflitos.

Ter sempre perfil privado nas redes sociais

O perfil privado restringe o acesso ao conteúdo apenas a pessoas previamente aprovadas pelo utilizador, proporcionando privacidade, controlo da imagem online e sendo uma forma de proteger contra o aliciamento online/grooming.

4



5

Não partilhar dados pessoais

Partilhar informação privada pode parecer inofensivo, mas aumenta os riscos associados à utilização de redes sociais, jogos online e sites. Por informação privada entende-se dados pessoais como nome completo, morada (de residência ou de férias), idade, escola, fotografias e vídeos. Para além dos dados pessoais não devem ser partilhadas as rotinas diárias.

Nos computadores partilhados na escola recomenda-se o uso de uma ligação privada, pois não permite guardar usernames, passwords e histórico de navegação. Desta forma, futuros utilizadores do mesmo equipamento não vão ter acesso a informação privada e que não é sua.

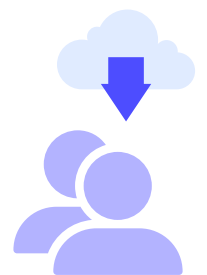
Nas redes sociais o perfil deve ser privado porque restringe o acesso ao conteúdo, apenas a pessoas previamente aprovadas pelo utilizador. O WhatsApp tem um modo de visualização única das imagens e opções que impedem fazer o printscreen por parte de quem recebe as imagens.

Alguns jogos, como o Roblox, indicam que o nome real deve ser diferente do nome do jogador. A utilização de uma alcunha/nickname é uma boa prática a implementar.

Não aceitar pessoas desconhecidas como amigos ou seguidores

Aceitar pessoas desconhecidas como amigos ou seguidores nas redes sociais pode parecer inofensivo, mas diminui a privacidade e aumenta o risco de aliciamento e perseguição online.

6





7

Não falar com pessoas estranhas ou desconhecidas

Conversar com estranhos online (em jogos online, redes sociais ou por emails) pode aumentar o risco de de aliciamento online/ grooming.

Pedir ajuda, denunciar e bloquear

Os utilizadores agressivos ou abusivos são aqueles que utilizam as plataformas online para intimidar, ameaçar, insultar ou humilhar outras pessoas, de forma pública ou privada. Os comportamentos podem variar entre os comentários ofensivos e o assédio online mais grave. Nos casos mais complicados é fundamental denunciar e apresentar provas como mensagens, imagens ou vídeos. Os pedidos de ajuda e denuncia podem ser feitos através da Linha Internet Segura 800 21 90 90 (chamada gratuita).

8

SINAIS DE ALERTA



O **aliciamento online/grooming** é uma ameaça real e crescente que coloca o bem-estar das crianças e dos adolescentes em risco. É essencial que os adultos estejam informados e vigilantes para proteger os menores. Os sinais podem passar por:

- 1 Mudanças repentinas de comportamento (ex.: isolamento social, alterações no padrão de sono, nervosismo, mudanças de humor frequentes e sintomas de depressão);
- 2 Relutância ou medo em mostrar o que está a fazer no telemóvel, tablet ou computador;
- 3 Conhecimento sobre temas sexuais inadequados para sua idade;
- 4 Ansiedade, nervosismo ou angústia por não ter o telemóvel/não estar 100% do tempo conectado (nomofobia);
- 5 Aparecimento de objetos de valor, de forma inesperada, em casa.

COMO INICIAR O DIÁLOGO

É fundamental estabelecer uma comunicação aberta e honesta com as crianças e adolescentes sobre o **aliciamento online/grooming**. As perguntas que se seguem podem ajudar a iniciar um diálogo construtivo:



O que é que sabes sobre a Internet?

Com quem é que costumavas falar online?

Já recebeste alguma mensagem que te tivesse deixado desconfortável? O que é que fizeste?

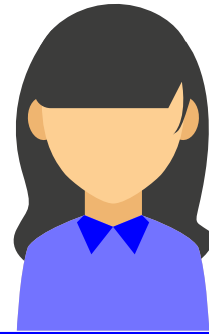
O que é que farias se um desconhecido te pedisse para enviases uma fotografia tua de fato de banho?





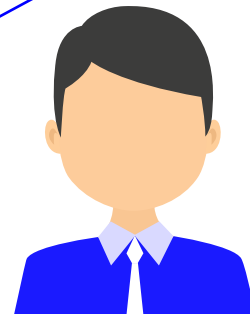
Sabes o que é um segredo? E o que é um segredo que não pode ser guardado?

Imagina que um amigo te faz um pedido que te deixa desconfortável. Como é que achas que vais reagir? O que é que vais fazer?



Sabes a quem é que podes pedir ajuda se te sentires inseguro ou com medo?

Achas normal que alguém que não conheces te ofereça muitos presentes sem estares à espera?



Já ouviste falar em grooming?
E em aliciamento online?

O que farias se alguém, que conhecestes online, te pedisse para se encontrar contigo? E se te pedisse alguma informação pessoal?



Centro Internet Segura
Esclarecimentos e Denúncias

Contacto telefónico gratuito:
800 21 90 90

Correio eletrónico:
linhainternetsegura@apav.pt