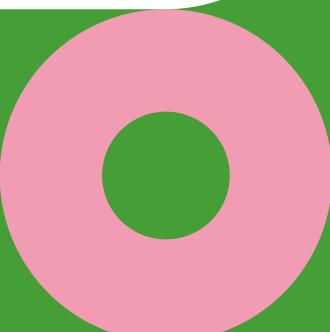
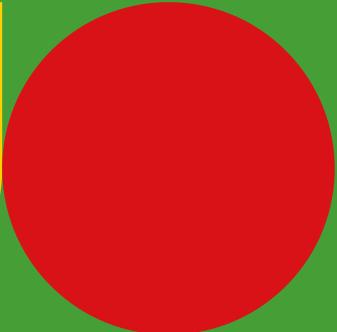
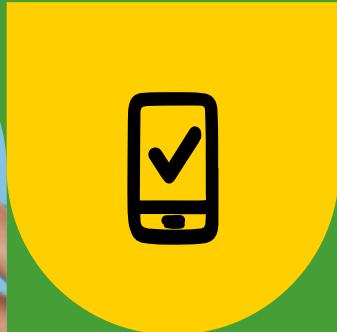




NAVEGAR COM SEGURANÇA

Guia para pais e responsáveis
protegerem crianças e adolescentes
da **violência sexual digital**



Uma iniciativa

CHILDHOOD

PELA PROTEÇÃO DA INFÂNCIA
FUNDADA POR S M RAINHA SILVIA DA SUECIA

Navegar com Segurança

Por uma internet **segura** para crianças e adolescentes

Assim como famílias preparam crianças e adolescentes para se protegerem e agirem corretamente no mundo real, elas também devem se preocupar em estender esse cuidado para o mundo virtual, buscando que seus filhos e filhas estejam em segurança e privacidade na internet.

O mundo virtual oferece riscos específicos de violências, golpes e comportamentos desrespeitosos. O **Navegar com Segurança** aborda esses perigos, fala sobre problemas como uso excessivo de telas e desigualdade no acesso, e oferece orientações para famílias se informarem e estabelecerem um diálogo e cuidado saudáveis sobre o tema em casa.

A **Childhood Brasil** atua no enfrentamento da violência sexual contra crianças e adolescentes, e entende a importância do olhar específico para o ambiente virtual, que pode ser desafiador até mesmo para adultos.

E quais são os **perigos da internet?**

A tecnologia é um meio de interação, informação e comércio. Ela virou mais um caminho para o assédio e a exploração de crianças e adolescentes, além de favorecer a produção e a disseminação de imagens e de conteúdos sexuais.

O anonimato das redes, o design inseguro de algumas plataformas, e a rapidez das trocas, da geração e do corrompimento de imagens são facilitadores para que as abordagens criminosas aconteçam.

A violência sexual acontece quando adultos abusam de sua força e poder para induzir ou forçar crianças e adolescentes a práticas sexuais. É uma gravíssima violação de direitos humanos por interferir no desenvolvimento da sexualidade saudável e nas dimensões físicas e psicossociais das crianças e dos adolescentes.



Fique atento

De acordo com a lei brasileira, **crianças** são todos aqueles que têm **até 12 anos incompletos**, e **adolescentes**, os que têm **de 12 a 18 anos incompletos**.

Para aprender a **navegar com segurança no mundo digital**, vamos organizar o conteúdo em cinco blocos diferentes. Cada um deles traz informações importantes para que pais e responsáveis possam se apropriar do assunto e saber como **mediar a relação dos filhos e filhas com a tecnologia**.

Com essa jornada, esperamos poder contribuir para a proteção de crianças e adolescentes no mundo digital!

#MundoDigital

Os desafios de uma sociedade cada vez mais conectada em que as experiências online não são iguais para todas as pessoas.

#TecnologiaNoSeuDia

Como organizar melhor o espaço que ela ocupa em nosso dia a dia.

#ARuaÉVirtual

Vamos olhar o mundo virtual como parte do mundo real e, dessa forma, aprender sobre alguns de seus perigos.

#ViolênciaSexualDigital

As diferentes formas de violência sexual digital e como preveni-las.

#ProteçãoDigitalEmAção

Ferramentas para pais e responsáveis contribuírem com a navegação segura, ética e respeitosa de crianças e adolescentes na internet.

Importante

Este Guia foi atualizado em outubro de 2025, cerca de um mês depois da sanção da Lei nº 15.211/2025 (ECA Digital).

#MundoDigital

Como a presença da internet está impactando o desenvolvimento e a socialização de crianças e adolescentes

O que você vai ver

- -
 -
 -
 -
 -
 -
 -
 -
- 1) Quando eu era criança não era assim!
 - 2) A conexão deve ser significativa.
 - 3) A internet e os prejuízos para a vida offline.
 - 4) Classificação indicativa na internet.

1. Quando eu era criança não era assim!

Essa é a primeira geração que nasceu conectada. A internet e os diversos dispositivos influenciam o lazer, a educação e a forma de se relacionar com os outros. Diferente de antes, hoje é possível assistir a vídeos, desenhos ou jogar a qualquer hora, dia ou noite.

Plataformas de *games*, redes sociais e entretenimento vieram para ficar, mas o tempo dedicado a elas sempre é tirado de outras atividades, como brincadeiras, estudos, descanso, refeições e interações familiares. Antes, a rua era o espaço de diversão; hoje, parte dessas experiências acontece no mundo digital, tornando inevitáveis as comparações entre gerações.

Precisamos reconhecer que a conexão está presente em quase todos os aspectos da vida e aprender a equilibrar tempo e qualidade de uso das tecnologias. Não é fácil, pois estamos descobrindo com os nossos filhos como lidar com tempo de tela, políticas de privacidade e riscos online, como golpes ou roubo de dados.

Como pais e responsáveis, nosso papel é **mediar a relação das crianças e adolescentes com a internet**, entendendo os riscos, a dimensão pública da rede e promovendo um **uso seguro e ético** das tecnologias.



Comunicação e afetos mediados pela tecnologia

Mesmo com tantas conexões online, muitas pessoas se sentem mais sozinhas. Pesquisas mostram que a virtualização das relações pode afetar nossa capacidade de lidar com interações humanas presenciais.

Além disso, nem sempre sabemos quem está do outro lado e quais são suas intenções. Adultos podem se passar por jovens para aliciar crianças e adolescentes, obter imagens ou informações pessoais, colocando sua segurança em risco.



Para ler

A geração ansiosa: como a infância hiperconectada está causando uma epidemia de transtornos mentais (Editora Companhia das Letras, 2024)

O livro de Jonathan Haidt descreve como o aumento do uso de smartphones e de redes sociais levou ao colapso da saúde mental dos jovens nascidos a partir de 1995.

2. A conexão deve ser significativa

Na medida em que cresce o número de pessoas com dispositivos conectados à internet, vemos um aumento do tempo dedicado à interação virtual para diferentes fins — amizades, relações amorosas, busca de informações, cursos, negócios, empregos, jogos...é uma lista imensa! Certamente, a internet tem um potencial enorme de proporcionar emoções e informações construtivas para as nossas vidas.

Acontece que apenas o acesso à rede não garante uma experiência ou aprendizado positivos. Além de acesso, é preciso ter dispositivos adequados e educação digital para navegar entre conteúdos, *games* e interações online. É o que algumas pessoas chamam de **conectividade significativa**.

A desigualdade no acesso é um desafio a ser vencido no Brasil, porque coloca pessoas com menos recursos financeiros e moradores de áreas com menor possibilidade de conexão em grande desvantagem.

Mas o acesso a um dispositivo conectado à internet não é suficiente para uma presença digital segura e de qualidade se a pessoa não tem formação crítica para analisar situações, ou não possui conhecimento suficiente para questionar as informações apresentadas. É preciso garantir uma conexão significativa e segura para todas as pessoas.



Fique atento

A exclusão digital vai além da falta de internet: ela impede que muitas crianças e adolescentes tenham acesso de qualidade, equipamentos adequados e habilidades para usar a rede com ética e segurança. Essa desigualdade afeta o direito à educação, o acesso a serviços e à participação cidadã, comprometendo experiências essenciais para o aprendizado. No Brasil, de acordo com um estudo do **Nic.Br** apenas 22% das pessoas com mais de 10 anos têm conectividade satisfatória.

Para ler

TIC Kids Online Brasil

Pesquisa anual realizada desde 2012 que gera evidências sobre como crianças e adolescentes de 9 a 17 anos usam a internet no Brasil.

3. A internet e os prejuízos para a vida offline

Muitas pessoas celebram a habilidade das crianças nas telas. Elas destravam o celular, acessam conteúdos, jogam com outras pessoas, usam filtros em imagens e muito mais. Porém, fazer uso recreativo de dispositivos ligados à internet e desenvolver competências e habilidades digitais não são a mesma coisa! A maior parte das plataformas por onde navegamos para jogar, assistir a vídeos ou interagir nas redes sociais é intuitiva, desenvolvida para facilitar a navegação – e não para ensinar aptidões e habilidades.

Inclusive, quanto mais os aplicativos se tornam “inteligentes”, mais eles substituem nossa reflexão ao escolher restaurantes, selecionar as informações e os anúncios que são enviados para nós, determinar os trajetos que devemos seguir, propor respostas automáticas e até mesmo corrigir o nosso português.

Quanto mais cedo permitirmos que as crianças acessem jogos, vídeos, desenhos e aplicativos, maior é o risco que corremos de comprometer os

diferentes aprendizados em termos de linguagem, coordenação motora, pensamento matemático, hábitos sociais, saúde emocional, entre outros. A qualidade do desenvolvimento de uma criança necessita de interações humanas e com a natureza.

Relações presenciais são importantes

Estudos mostram que as crianças aprendem, compreendem, utilizam e memorizam melhor as informações quando transmitidas presencialmente, e não pelo vídeo. Para desenvolver a capacidade verbal das crianças é preciso, por exemplo, conversar com elas, pedir que falem conosco, encorajá-las a dar nome aos objetos, estimular a organização de suas respostas. É preciso que lhes contem histórias e as convidem a ler. E, por melhores que sejam, vídeos e aplicativos digitais não cumprem esse papel.

Para ler

A fábrica de cretinos digitais: os perigos das telas para nossas crianças (Editora Vestígio, 2021)

Nesse livro, o neurocientista francês Michel Desmurget faz um alerta sobre como estamos colocando em risco o desenvolvimento de nossos filhos, a partir de estudos conduzidos em todo o mundo com crianças e adolescentes.

4. Classificação indicativa na internet

Assim como filmes e produções audiovisuais precisam passar por um conselho que define a idade adequada, o mesmo vale para plataformas, games e conteúdos na internet. Mas, apesar de algumas redes sociais e jogos determinarem a indicação etária, muitas vezes essa recomendação não é respeitada.

O acesso precoce às redes sociais pode causar alguns impactos negativos, pois crianças e adolescentes ainda não têm maturidade para saber como proteger sua privacidade e evitar interações perigosas. Além disso, eles podem ter dificuldade em controlar a exposição, avaliar informações e conteúdos inadequados, compreender a linguagem usada e gerenciar seu tempo online em diferentes ambientes.

Infelizmente, a maior parte das plataformas ainda não têm mecanismos rápidos para retirar conteúdos inadequados ou identificar potenciais agressores. Ou seja, permitir que crianças e adolescentes naveguem ou usem jogos sem o cuidado com a classificação indicativa os expõe a conteúdos e interações que podem ser perigosos e inadequados.



ECA Digital

A **Lei 15.211/2025** ampliou e modernizou o sistema de classificação indicativa, adaptando-o ao ambiente online. A lei determina que plataformas e fornecedores digitais garantam que os conteúdos sejam adequados às faixas etárias e criem mecanismos eficazes de verificação e remoção de material impróprio. Um dos avanços mais importantes é a exigência de *design seguro* — ou seja, que produtos e serviços digitais sejam planejados desde a origem para proteger crianças e adolescentes, respeitando sua privacidade, segurança e limites de exposição. Além disso, o ECA Digital inclui uma nova faixa etária “não recomendada para menores de 6 anos”, reforçando a proteção da primeira infância.

Acesse o site do Ministério da Justiça para saber a classificação etária de jogos, aplicativos, novelas, filmes e séries.

Conheça os canais de *denúncia*

Suspeitar

Se **SUSPEITAR** que uma criança ou adolescente está sendo vítima de violências, denuncie:

Disque 100

Ligação gratuita e anônima

 (61) 9 9611-0100
WhatsApp

Testemunhar

Se **PRESENCIAR** uma situação de violência digital contra criança ou adolescente, denuncie:

Polícia Militar

Ligue 190

ou procure uma Delegacia de Polícia

Identificar

Se **IDENTIFICAR** um caso de violência online envolvendo criança ou adolescente, denuncie:

denuncie.org.br

Canal de ajuda

Se **PRECISAR** de orientação sobre crimes e violação dos direitos humanos na internet, acesse:

canaldeajuda.org.br

#TecnologiaNoCotidiano

Como organizar melhor o espaço que
ela ocupa em nosso dia a dia

O que você vai ver

- -
 -
 -
 -
 -
 -
 -
 -
- 1) Proteção integral na era digital.
 - 2) Tempo de tela recomendado.
 - 3) Educar pelo exemplo.
 - 4) Filhos viciados em telas: o que fazer?
 - 5) Desafios da Inteligência Artificial.
 - 6) Como os algoritmos escolhem o que vemos na internet?
 - 7) O que são práticas manipulativas.
 - 8) *Fake news* também é assunto para crianças e adolescentes!
 - 9) Postar imagens dos filhos é invadir a privacidade deles?

#TecnologiaNoCotidiano

1. Proteção integral na era digital

A internet é como uma grande praça pública — repleta de informações, de imagens e de oportunidades, mas também de riscos. Por estarem em desenvolvimento, crianças e adolescentes são mais vulneráveis a conteúdos que contêm violência, pornografia, discurso de ódio, incentivo ao uso de drogas, desafios perigosos e padrões irreais de beleza.

Deixá-los navegando livremente por essas plataformas é correr o risco de deixá-los esbarrar em conteúdos impróprios – accidentalmente ou intencionalmente. A curiosidade pode levá-los a buscar informações que não estão prontos para receber, ou que estão disponíveis de forma inadequada e, às vezes, nociva.

Por isso, é essencial que pais e responsáveis conheçam tanto os benefícios quanto os perigos das experiências online, para que possam contribuir com orientações para uma navegação segura e saudável. Não há um modelo único de proteção. Cada família deve criar regras e acordos que funcionem em sua rotina, considerando as características dos seus filhos e filhas, priorizando o diálogo e o acompanhamento ativo. Cabe à toda a sociedade o engajamento para garantir que a proteção de crianças e adolescentes seja eficaz em todos os ambientes.



ECA Digital

A nova Lei reforça que é dever dos pais supervisionar e de dialogar com os filhos, enquanto o Estado deve criar políticas de proteção e de fiscalização, e as empresas são obrigadas a garantir a segurança de suas plataformas.



Fique atento

“Muitos pais não sabem a diferença entre contas públicas e privadas nas redes sociais. Eles apenas abrem a conta e saem usando. Se você tem a intenção de postar fotos ou vídeos de seus filhos na sua conta pessoal, por exemplo, ela deve ser privada para que somente as pessoas selecionadas por você possam ver essas imagens”, diz a educadora e comunicadora Sheylli Caleffi.



Para assistir

Crescer Sem Violência

Esse projeto, que é uma parceria entre **Childhood Brasil**, Canal Futura e UNICEF, promove conteúdos audiovisuais educativos e lúdicos sobre temas como corpo, internet, gênero, empoderamento e autoproteção para crianças e adolescentes. Os episódios estão divididos em conteúdos por faixa etária: de 0 a 6 anos, de 7 a 13 anos e de 14 a 18 anos.

2. Tempo de tela recomendado

O que as crianças e adolescentes estão deixando de fazer enquanto estão conectados? O tempo em que eles passam online é sempre retirado de algum lugar: das brincadeiras, das interações familiares, das leituras, do sono, dos passeios com os amigos ou da prática de esportes. A Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP) e outros estudiosos costumam estipular um tempo médio razoável de conexão e de telas para cada faixa etária.

Essa recomendação é determinada com base nos benefícios ou prejuízos que isso pode provocar em cada fase de desenvolvimento. Crianças precisam se movimentar, se frustrar e ter interações humanas para se desenvolver com saúde em diferentes aspectos. O equilíbrio do tempo conectado é fundamental para a saúde emocional e física.

Dentre os impactos negativos do excesso de telas na infância, bem como de sua utilização precoce, estão a redução das relações intrafamiliares, a

queda das capacidades de linguagem, da concentração, do desempenho escolar e do desenvolvimento do sistema cardiovascular, além de ansiedade, depressão, obesidade e insônia, entre outros problemas.

O equilíbrio do tempo online e offline deve considerar a faixa etária, e a redução das outras atividades que são tão importantes para o desenvolvimento físico, mental e emocional das crianças e adolescentes.

Tempo de tela x idade

-  **Até 2 anos** | Não é recomendada a exposição a telas
-  **De 2 a 5 anos** | Até 1 hora/dia
-  **De 6 a 10 anos** | De 1 a 2 horas/dia
-  **De 11 a 18 anos** | De 2 a 3 horas/dia*

*Tempo de tela superior a 4 horas diárias aumenta os riscos à saúde e de problemas comportamentais

Para assistir

Por que as redes sociais viciam?

Nesse vídeo, o biólogo Átila Iamarino explica como as redes sociais são projetadas para gerar sensação de recompensa e reconhecimento, o que leva ao uso excessivo e ao chamado “vício” digital.

3. Educar pelo exemplo

Para falar sobre a relação excessiva dos filhos e filhas com os dispositivos e a internet, é importante que pais e responsáveis refletem sobre sua própria relação e comportamento em relação a isso. Crianças imitam o que os adultos fazem, ou seja, a forma como usamos a tecnologia, seja pelo tempo ou pelo tipo de uso e de interação com as plataformas, também influencia a nova geração.

É muito comum ver pais cuidando dos filhos com um celular na mão, ouvindo suas histórias, atentos a postagens nas redes sociais ou a mensagens. Essa atenção parcial é percebida pelas crianças e adolescentes não só como desinteresse, mas também como um padrão de uso.

Por isso, antes de pensar em estratégias para reduzir ou administrar o tempo de tela por parte de seus filhos e filhas, é fundamental refletir sobre como está sua relação com a tecnologia.

Uma habilidade que devemos cultivar e ensinar é a da desconexão, ou seja, a capacidade de realizar pausas esporádicas para estar presente nos momentos de diálogo, interação, lazer etc.



Fique atento

Quando acordamos, a primeira a coisa que fazemos é ver mensagens? Usamos o celular durante as refeições, instantes antes de dormir e enquanto estamos interagindo e conversando? O uso de telas tem substituído as interações familiares? Que tal fazer essas perguntas em família e, a partir dessa conversa, criar acordos em casa?



Para assistir

Children See Children Do

Esse filme é de 2013 e, mais de uma década depois, continua atual em sua proposta: refletir como o comportamento dos pais influencia no comportamento de seus filho.

4. Filhos viciados em telas: o que fazer?

A Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP) e outros especialistas em saúde mental advertem para o tempo de uso e para os sintomas do vício em tecnologia. As diferentes redes sociais e plataformas de games são desenvolvidas com estratégias para conquistar e manter a atenção do usuário, aumentando seu engajamento.

Rolagens infinitas de vídeos, mecanismos de recompensa variáveis e experiências personalizadas por meio dos algoritmos sofisticados das plataformas prendem a atenção de pessoas de todas as idades. Por ter o cérebro ainda em desenvolvimento, crianças e adolescentes estão mais vulneráveis.

O uso excessivo e prejudicial do celular ganhou até um nome nos debates sobre o uso de telas: **nomofobia**. Mesmo não sendo considerado um transtorno comportamental nas classificações médicas, ele já pode ser identificado no comportamento de muitas pessoas.

A nomofobia vem da expressão em inglês *no-mobile-phone phobia* ou “medo de ficar sem o celular”. São pessoas que não conseguem ficar sem o dispositivo, checam mensagens e vídeos o tempo todo, passam horas em diferentes aplicativos, deixam de

fazer outras atividades ou de interagir com as pessoas, e viram a noite conectadas.

Ao contrário do que acontece com o álcool, com o cigarro ou com outras drogas, não dá para “parar de usar” tecnologia — ela faz parte da nossa vida. O desafio é aprender a usar a internet de forma equilibrada, sem deixar de fazer outras coisas importantes, como conversar com as pessoas, brincar, estudar ou simplesmente descansar sem estar conectado. Por isso, o diálogo e os combinados em família são essenciais!



Você se identifica?

1. O celular é a última coisa com a qual você interage antes de dormir?
2. Você leva o celular para o banheiro?
3. Você gasta mais de 4 a 5 horas do seu dia preso à tela do celular?
4. Em meio a uma conversa com algum familiar ou amigo, você checa o celular uma ou várias vezes?
5. Fica com o celular ao seu lado enquanto faz as refeições?

Fonte: Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP)

Para ler

Smartphone, uma arma de distração em massa

Reportagem que mostra como a capacidade de concentração fica prejudicada com tantos aplicativos que cobram a nossa atenção.

5. Desafios da Inteligência Artificial

A Inteligência Artificial (IA) já faz parte da vida das crianças e adolescentes — está nos vídeos, nos jogos, nas redes sociais e até nos aplicativos de aprendizado e de entretenimento. Embora a IA traga oportunidades incríveis, como o acesso a conteúdos educativos e criativos, ela também apresenta desafios que exigem atenção das famílias.

Os algoritmos são programados para aprender com o comportamento do usuário — e isso pode significar que crianças e adolescentes tenham suas preferências, emoções e padrões de uso observados e armazenados, muitas vezes sem que pais ou responsáveis tenham conhecimento. Esse acompanhamento constante pode influenciar o que elas veem, pensam e consomem, criando bolhas de conteúdo, reforçando estereótipos e expondo-as a conteúdos inadequados, manipulação emocional ou publicidade disfarçada.

Um risco ainda mais grave é a violência sexual online. Crianças e adolescentes podem ser aliciados por predadores, expostos a conteúdos de abuso, ou induzidos a enviar imagens íntimas. Além disso, fotos e vídeos pessoais publicados nas redes podem ser capturados por sistemas de IA e usados sem consentimento, contribuindo para a exposição indevida, a exploração sexual ou a criação de conteúdos falsos como as deepfakes sexuais.

O que é Inteligência Artificial?

É uma tecnologia que permite que computadores e aplicativos aprendam e tomem decisões sozinhos, como sugerir vídeos, jogos ou músicas de que o usuário possa gostar. A Inteligência Artificial está presente em assistentes virtuais, aplicativos educativos, redes sociais, jogos, filtros e sistemas de tradução automática.

Para ler

Um **mapeamento** de 2025 realizado pela SaferNet Brasil revelou que ao menos **72** jovens foram vítimas de imagens falsas com teor sexual, criadas por Inteligência Artificial. Todos os **57** agressores identificados tinham menos de 18 anos.

6. Como os algoritmos escolhem o que vemos na internet?

Será que realmente temos controle sobre o que vemos na internet? Se duas pessoas fizerem a mesma pesquisa em dispositivos diferentes, os resultados serão iguais? A resposta é não — e isso acontece por causa dos algoritmos que controlam cada plataforma. O tempo que você passa em um conteúdo, o que curte, as palavras que usa em suas buscas — tudo isso ajuda o algoritmo a decidir quais informações, propagandas ou recomendações vão aparecer para você. Quanto mais você se interessa por um tema, mais conteúdos parecidos serão mostrados.

Com isso, os conteúdos que antes escolhíamos livremente deram lugar aos que nos são recomendados. **Essa “invasão algorítmica” pode afetar nossa percepção de escolha e nos prender em bolhas de opinião.** Especialistas chamam esse fenômeno de era das recomendações, ou seja, que é marcada pela influência dos algoritmos nas redes sociais.

Em termos simples, **um algoritmo é uma sequência de instruções que permite ao computador realizar uma tarefa ou resolver um problema.**



Fique atento

Como ficam as crianças e os adolescentes? Que tipo de informações, propagandas, discursos e vídeos estão sendo recomendados para eles? E em relação aos milhares de vídeos que são produzidos voluntariamente por pessoas do mundo inteiro, quem está falando com os nossos filhos e filhas? E o que essas pessoas estão dizendo para eles?



ECA Digital

Essa lei impõe uma obrigação às empresas em relação ao desenvolvimento dos algoritmos das diferentes plataformas. Além de serem transparentes, elas terão de repensar como recomendam, priorizam e apresentam conteúdos, deixando de usar o engajamento como critério principal e adotando, como padrão, parâmetros de bem-estar e de proteção de crianças e adolescentes.



Para assistir

O dilema das redes (Netflix)

Nesse documentário que foi lançado em 2020, especialistas em tecnologia do Vale do Silício abordam o impacto perigoso das redes sociais na democracia e na humanidade como um todo.

7. O que são práticas manipulativas

Redes sociais e plataformas digitais são feitas de um jeito que nos leva a agir de certas formas — é o que chamamos de práticas manipulativas. Elas aparecem, por exemplo, na rolagem infinita (quando os vídeos nunca acabam), nas recompensas por uso contínuo, nos “joinhas” e nas curtidas, nas caixas de prêmios aleatórios em jogos (as chamadas *loot boxes*, que incentivam a compra de moedas virtuais) e nas regras para subir de nível.

Mesmo que a publicidade infantil seja proibida no Brasil, essas práticas muitas vezes disfarçam conteúdos comerciais, dificultando a percepção do que é propaganda e do que é entretenimento. Com os algoritmos e os dados pessoais que fornecemos (muitas vezes sem ler as políticas de privacidade), as plataformas passaram a mostrar anúncios e conteúdos cada vez mais personalizados, o que afeta especialmente crianças e adolescentes.

Essas estratégias, usadas para prender nossa atenção, podem causar problemas psicológicos, como o vício e a dificuldade de se desconectar, além de prejuízos econômicos, por estimular o consumo e o uso indevido de dados pessoais.



ECA Digital

Essa lei estabeleceu e impôs limites para empresas que desenvolvem produtos digitais para crianças e adolescentes por meio da proibição de práticas manipulativas, como a análise emocional para publicidade direcionada, a oferta de “caixas de recompensa” (*loot boxes*) em jogos e a personalização baseada em técnicas que induzem ao uso excessivo, como a rolagem infinita.

Por força dessa lei, as plataformas serão obrigadas a incorporar o princípio de proteção de crianças e adolescentes por padrão, limitando coleta de dados e implementando mecanismos para verificar a idade e obter consentimento parental para diferentes interações.



Para conhecer

Criança e Consumo

Esse programa do Instituto Alana foi criado para proteger as crianças da exploração comercial. Também é possível denunciar práticas de publicidade direcionada para crianças.

8. Fake news também é assunto para crianças e adolescentes!

As *fake news*, ou notícias falsas, são pragas que encontraram terreno fértil na internet. Estão em diferentes formatos e plataformas, nas notícias, nos vídeos, nas imagens e nos áudios. Inclusive em sites que imitam a imprensa oficial, fingindo ser notícia, inventando fontes e misturando verdade e mentiras.

É fundamental envolver crianças e adolescentes nesse debate – e não apenas dentro de casa. Escolas, governos e empresas devem unir esforços tanto para combater a disseminação de notícias falsas quanto para promover uma educação midiática que permita saber como identificá-las. Se, por um lado, crianças são mais vulneráveis por não ter malícia, por outro, adolescentes com mais acesso e menos controle do uso da internet recebem e compartilham notícias sem tanto discernimento.

A educação midiática deve promover o pensamento crítico em relação ao que recebemos

Devemos encorajar crianças e adolescentes a questionar os conteúdos da internet, a pesquisar outras fontes de informação (como agências de checagem) e a não disseminar notícias, vídeos, imagens ou áudios sem verificação. Isso também vale para adultos e para idosos. Enfrentar as *fake news* exige esforço de todos nós.



Fique atento

Nas plataformas de vídeo, é comum a disseminação de conteúdos curtos com imagens falsas, simples ou sofisticadas. Essas últimas também são conhecidas como *deepfakes* – onde é possível forjar pessoas dizendo coisas que não disseram, imitando sua voz e movimentos. As *deepfakes* estão cada vez mais bem-feitas e com capacidade de enganar até os mais espertos.



Para ler e assistir

Esquadrão curioso: caçadores de fake news (Editora Panda, 2018)

Indicado para crianças e adolescentes, com um site que traz informações, atividades e o podcast cacadoresdefakenews.com.br

Como não ser enganado pelas fake news (Editora Moderna, 2019)

Escrito por Flávia Aidar e Januária Cristina Alves podcast cacadoresdefakenews.com.br

Fake News 01

Vídeo educativo criado e disponibilizado pela Justiça Eleitoral brasileira.

EducaMídia: desinformação e fake news

Coleção do **Instituto Palavra Aberta** para entender as nuances da desinformação.

9. Postar imagens dos filhos é invadir a privacidade deles?

A palavra *sharenting* vem da junção de duas palavras em inglês: *share* (do verbo “compartilhar”) e *parenting* (termo ligado à função de ser pai e mãe ou de cuidar de uma criança). O *sharenting*, que já virou verbete no dicionário *Oxford*, é um dos efeitos da expansão das redes sociais, que facilitou o compartilhamento de fotos e de vídeos de momentos da família, que, antes, eram vistos apenas por familiares e amigos. O *sharenting* envolve uma discussão extremamente importante sobre o direito à privacidade e a ameaça à segurança de crianças e adolescentes.

Com a melhor das intenções, é muito comum compartilharmos imagens e vídeos de crianças e adolescentes nas mais diferentes situações. Uma vez na rede, divulgamos parte da nossa vida íntima para muito além do nosso círculo mais próximo. E mais: muitas vezes,

essas imagens revelam informações pessoais sobre nossa rotina e hábitos — ou seja, entregamos “de bandeja” a nossa história, que pode muito bem ser utilizada por pessoas mal-intencionadas, favorecendo diferentes tipos de golpe. Além disso, expomos crianças e adolescentes em situações que, para eles, podem ser constrangedoras. E o debate sobre consentimento tem muito valor nesse caso.



Fique atento

Pense antes de postar: a imagem respeita a privacidade das crianças e dos adolescentes e disponibiliza de forma pública informações pessoais?

Conheça os canais de *denúncia*

Suspeitar

Se **SUSPEITAR** que uma criança ou adolescente está sendo vítima de violências, denuncie:

Disque 100

Ligaçāo gratuita e anônima

 (61) 9 9611-0100
WhatsApp

Testemunhar

Se **PRESENCIAR** uma situação de violência digital contra criança ou adolescente, denuncie:

Polícia Militar

Ligue 190

ou procure uma Delegacia de Polícia

Identificar

Se **IDENTIFICAR** um caso de violência online envolvendo criança ou adolescente, denuncie:

denuncie.org.br

Canal de ajuda

Se **PRECISAR** de orientação sobre crimes e violaçāo dos direitos humanos na internet, acesse:

canaldeajuda.org.br

#ARuaÉVirtual

Deixar cianças e adolescentes navegarem sem supervisão é o mesmo que deixá-los *ir para a rua sozinhos*

O que você vai ver



- 1) Filhos em casa estão seguros?
- 2) Agressões virtuais, danos reais.
- 3) Crianças e adolescentes podem ser agressores.
- 4) Nossos dados estão seguros na internet?
- 5) Crianças e adolescentes também caem em golpes?
- 6) Infância digital, mundo real.
- 7) Adolescência digital, mundo real.

1. Filhos em casa estão seguros?

Filhos em casa, no quarto, dão uma falsa sensação de segurança. Parece que a integridade física deles está preservada, sem estripulias no parque ou na rua, em passeios com os amigos por lugares onde não temos controle.

No entanto, o acesso irrestrito à internet, sem controle e mediação parental, educação digital e regras de uso — em relação ao tempo e às plataformas utilizadas — expõem crianças e adolescentes a outra série de riscos. E esses têm sido bastante negligenciados.

O pesquisador Hugo Monteiro chama de “geração do quarto” as crianças e os adolescentes brasileiros que passam horas trancados em seus aposentos, navegando em redes sociais, e que podem apresentar problemas de convivência com os amigos e com os familiares.

Sozinhos e isolados, mas com um dispositivo conectado à internet em mãos, eles têm o mundo inteiro à sua

frente. Podem acessar conteúdos inadequados, ter contato com pessoas mal-intencionadas, fornecer informações que violam sua privacidade ou a da família, e ser testemunhas, vítimas ou autores de condutas danosas. Certamente há oportunidades também, mas toda a parte da diversão e do entretenimento pode deixar menos visíveis os riscos nas redes.

Mais do que nunca, a preocupação com a integridade das crianças e adolescentes não pode ser apenas física — precisa ser mental e emocional também. O excesso de tempo de tela e o tipo de interação e conteúdo acessado podem causar danos importantes nessas duas esferas.

Vamos tirar as crianças e os adolescentes do quarto!
Olhar nos olhos e abrir espaço para diálogos, acordos e conversas sobre esse tema.



Para assistir e ler

Vídeo da @smartphonefreechildhoodus que mostra os perigos da internet de uma forma muito didática.

Você deixaria seus filhos sozinhos em uma avenida?

Vídeo da educadora e comunicadora Sheylli Caleffi.

A geração do quarto: quando crianças e adolescentes nos ensinam a amar (Editora Record, 2022)

Em seu livro, o pesquisador Hugo Monteiro Ferreira discorre sobre questões fundamentais relacionadas à saúde mental de meninos e meninas.

2. Agressões virtuais, danos reais

O que acontece online não se limita ao mundo virtual. Lembre-se que o mundo digital é uma parte importante do mundo real. Temos identidades e perfis em plataformas por onde interagimos, estudamos, passamos o tempo, jogamos etc. A diferença é que o espaço que ocupamos no mundo virtual tende a ser maior que o do mundo real. Uma foto que postamos em uma rede social tem mais visualizações do que o momento em que foi tirada.

A dimensão pública e global da rede faz com que aquilo que acontece lá tenha uma escala muito maior — podendo inclusive ampliar os traumas e as consequências de uma violência ou brincadeira inadequada.

O *bullying* é um exemplo. Se antes era ruim ser vítima desse tipo de “brincadeira” na escola, imagine quando essa provocação é postada na rede, compartilhada e comentada por inúmeras pessoas? Isso é o que chamamos de *cyberbullying*.

Crianças e adolescentes que passam por esse tipo de situação podem sofrer consequências emocionais

e psicológicas. Imagens de nudez ou de situações constrangedoras e ofensas coletivas na rede também provocam o mesmo tipo de trauma.

Uma navegação segura e consciente pode evitar que esse tipo de situação aconteça com crianças e adolescentes — tanto como potenciais vítimas quanto como potenciais agressores.



Fique Atento

Os familiares podem não saber tudo, mas precisam ser o ponto de apoio e de confiança de crianças e adolescentes para que eles relatem os problemas que vivem dentro e fora das redes.



Para se informar

O **Canal de Ajuda** da SaferNet Brasil pode ser acessado por e-mail ou por chat e oferece orientações sobre violações dos direitos humanos no ambiente digital.

3. Crianças e adolescentes podem ser agressores

Como pais e responsáveis, estamos sempre cuidando para que nossos filhos e filhas não sejam vítimas de violências ou de golpes. Mas será que temos o mesmo cuidado para que eles não sejam potenciais agressores? Ou para que ajam com ética e respeito nas interações online?

No mundo offline, possivelmente sim. Mas, na internet, a sensação da interação é outra, e isso faz com que muitas pessoas demonstrem uma hostilidade no mundo virtual que não necessariamente reflete seu comportamento no mundo físico. Por exemplo: quando alguém escreve uma ofensa em um perfil, será que falaria as mesmas coisas cara a cara?

Todos os dias, precisamos promover hábitos gentis, respeitosos e éticos em nossas relações online. Não basta só orientar para que nossos filhos e filhas não sejam vítimas – também é

fundamental educá-los para não se tornarem agressores no mundo digital.

Agressões como *cyberbullying*, extorsão sexual, *deepfakes nudes* são alguns exemplos de agressões que acontecem no meio digital. Para saber quais são as violências mais comuns, acesse [aqui](#).



Fique atento

Situações fora da lei podem acarretar medidas socioeducativas. Além disso, dependendo da escala e do julgamento da ofensa, seus filhos podem sofrer cancelamentos, constrangimentos e um imenso impacto na vida social. Respeito é bom e vale em todos os espaços. Promover uma internet respeitosa é dever de todos nós.



Para ouvir, ler e assistir

Vanessa Cavalieri não quer prender o teu filho

Nesse episódio do podcast *Fio da Meada*, a juíza da Infância e Juventude do Rio Vanessa Cavalieri fala sobre como adolescentes de classe média e alta têm cometido cada vez mais infrações digitais graves.

A face oculta: uma história de bullying e cyberbullying (Editora Saraiva, 2019)

Nesse livro, a psicóloga Maria Tereza Maldonado narra a história de Luciana, uma adolescente que passa a sofrer *bullying* e *cyberbullying* de um agressor anônimo.

Adolescência (Netflix)

Um garoto de 13 anos é acusado de assassinar uma colega de escola, levando a família, a terapeuta e o investigador do caso a se perguntarem o que realmente aconteceu.

4. Nossos dados estão seguros na internet?

No mundo digital, a regra é: “quando o produto é de graça, o produto é você”. Em toda navegação e interação com games, redes sociais ou compras na internet, nós deixamos nossas pegadas digitais, nossas informações. Muitas vezes, os termos de consentimento não são desenvolvidos de forma adequada nem são comprehensíveis para crianças e adolescentes. Mesmo os adultos usam plataformas e concordam com termos que não leem.

As informações que disponibilizamos determinam a qualidade da nossa experiência e aquilo que se apresenta para nós em nossas buscas e navegação.

Algumas empresas e serviços são bem rigorosos com o tratamento dessas informações. Mas precisamos estar atentos às políticas de privacidade e ao que consentimos quando concordamos com os termos para o uso de sites e de aplicativos.

Isso vale para adultos, mas especialmente para crianças e adolescentes. Converse sobre isso, leia os termos, saiba que informações está disponibilizando ao dar ok nos games e nas plataformas. Afinal, não é à toa que temos novas leis, que criam regras para todo o tipo de uso de nossas informações, dentro ou fora da internet.



Fique atento

A **Lei Geral de Proteção de Dados Pessoais (LGPD)** e o **ECA Digital** impõem regras específicas para o tratamento dos dados de crianças e adolescentes, incluindo a proibição de publicidade baseada em perfilamento e o uso de tecnologias que exploram a vulnerabilidade psicológica.



Para ler

Turma da Mônica em Proteção aos Dados Pessoais

Nessa história em quadrinhos, Mônica, sua mãe e o Professor Spada investigam uma ligação suspeita e aprendem sobre segurança digital, privacidade e proteção de dados pessoais na internet.

5. Crianças e adolescentes também caem em golpes?

Os golpes online estão cada vez mais sofisticados e, muitas vezes, usam informações pessoais que postamos nas redes sociais. Fotografias, vídeos, comentários, o que curtimos, a falta de cuidado com as políticas de privacidade e a interação com pessoas desconhecidas são práticas que dão acesso a uma série de informações para uma pessoa mal-intencionada — incluindo onde moramos, onde estudamos, do que gostamos e como é a nossa rotina.

Essas informações são um prato cheio para golpistas e criminosos. Se os adultos caem em golpes, imagine o que acontece com crianças e adolescentes.

Por ingenuidade e falta de maturidade eles são ainda mais vulneráveis. Além disso, é preciso considerar que, hoje, a tecnologia está muito avançada e é capaz de forjar vozes, vídeos e movimentos, fazendo uma pessoa parecer ser quem ela não é.

Os criminosos conseguem formatar uma história tão convincente que mesmo os mais espertos estão suscetíveis.

Por isso, ensinar crianças e adolescentes a desenvolver senso crítico sobre conteúdos, formatos e e sinais de alerta é fundamental.



Fique atento

Estranhos se aproveitam do isolamento das crianças e adolescentes para fazer diferentes abordagens. A regra é jamais falar com estranhos e sempre comunicar a um adulto de confiança sobre uma abordagem online suspeita ou que venha de desconhecidos.



Para assistir

Vídeo educativo do Instituto Liberta que fala sobre os perigos da internet para crianças e adolescentes e explica o que precisa ser feito para mantê-los em segurança.

6. Infância digital, mundo real

Dispositivos ligados à internet já estão povoando a infância desde muito cedo. Não é incomum ver bebês mamando com os olhos vidrados em alguma tela. Dedinhos já deslizam em tablets e celulares por meio de músicas ou de vídeos coloridos. É um potente calmante para os agitos infantis. **Alguns, inclusive, chamam as telas de chupetas eletrônicas.**

No entanto, quanto mais precoce o acesso às telas, mais comprometidas ficam as oportunidades de diferentes formas de desenvolvimento. As crianças precisam brincar, explorar, ter contato com a natureza, ver a reação de outra pessoa quando esboçam as primeiras palavras ou fazem as primeiras travessuras.

Devemos estimular a vida offline pelo maior tempo possível na infância e introduzir o uso de telas de forma gradual e com controle parental.

Além disso, é importante oferecer sempre uma alternativa e garantir que o tempo conectado não seja maior do que o tempo para estudar, brincar, ler, não fazer nada e “fabular”, ou seja, imaginar o mundo de forma criativa.

👁️ Brinquem juntos e fora da rede

Elaborado pelo Instituto Alana, **Criança e Natureza** é um programa que reúne uma série de dicas e de recomendações de brincadeiras livres que valorizam o contato com a natureza



👁️ Para ler

Segredos da internet que crianças e adolescentes ainda não sabem (Editora Verso, 2023)

Com linguagem simples e histórias reais, a advogada Kelli Angelini fala com crianças e adolescentes sobre boas práticas, e também sobre seus direitos e deveres na internet.

7. Adolescência digital, mundo real

A adolescência é uma fase potente quando se trata de aventuras, de descobertas, de explorar o mundo e de descobrir a própria identidade. É uma fase que também oferece diferentes desafios para pais e responsáveis. **E, nesse sentido, o uso – e também o abuso – de telas ligadas à internet se apresenta como mais um desafio na relação, no diálogo, nos acordos e na segurança.**

Precisamos preservar a integridade física, mas também a mental e a emocional dos adolescentes. E a presença não mediada na internet oferece alguns riscos, como exposição e perda da

privacidade, prejuízos para a autoimagem, a autoestima e a interação com outras pessoas, o que pode levar ao isolamento, à depressão, à busca de conteúdos impróprios etc. É arriscado andar sozinho na adolescência – tanto no mundo real quanto no virtual.

Na medida em que os adolescentes crescem, eles também conquistam mais liberdade e privacidade. Mas essas conquistas dependem de muito diálogo e de combinados com pais e responsáveis para evitar situações de risco nessa etapa da vida.



Para ouvir e ler

Assista aos vídeos da campanha **Internet Sem Vacilo** em família, e faça combinados sobre o uso da internet coletivamente. Nesses vídeos, os youtubers JoutJout e Pyong Lee se juntaram à UNICEF para incentivar uma atitude positiva dos adolescentes e jovens, com reflexões sobre decisões mais sábeas na hora de navegar na internet.

#Internetcomresposta

Feita para adolescentes, essa cartilha do Nic.Br fala sobre aspectos importantes da navegação digital.

Conheça os canais de *denúncia*

Suspeitar

Se **SUSPEITAR** que uma criança ou adolescente está sendo vítima de violências, denuncie:

Disque 100

Ligação gratuita e anônima

 (61) 9 9611-0100
WhatsApp

Testemunhar

Se **PRESENCIAR** uma situação de violência digital contra criança ou adolescente, denuncie:

Polícia Militar

Ligue 190

ou procure uma Delegacia de Polícia

Identificar

Se **IDENTIFICAR** um caso de violência online envolvendo criança ou adolescente, denuncie:

denuncie.org.br

Canal de ajuda

Se **PRECISAR** de orientação sobre crimes e violação dos direitos humanos na internet, acesse:

canaldeajuda.org.br

#ViolênciaSexualDigital

Saber quais são **os perigos da internet** é a melhor forma de manter as crianças e os adolescentes seguros

O que você vai ver



- 1) Violência sexual também acontece na internet.
- 2) Cuidados com fotos em redes sociais.
- 3) Tem problema entrar na moda das dancinhas?
- 4) Meu filho viu pornografia. E agora?
- 5) Meu filho foi vítima de violência sexual digital. E agora?
- 6) Educação sexual é um fator de proteção.
- 7) Glossário das violências mais comuns no meio digital.

1. Violência sexual também acontece na internet

Um dos principais desafios de proteger crianças e adolescentes da violência sexual é tirar essa questão da sombra — muita gente olha e não enxerga a violência por trás de atos problemáticos. Quando não enxergamos essa questão, é como se ela não existisse. **Isso faz com que ninguém se espante, denuncie ou notifique, o que gera uma imensa subnotificação.**

A violência sexual não é só física, e tem diferentes manifestações que acontecem de duas formas principais: abuso e exploração. A exploração acontece quando o sexo ou os atos sexuais são frutos de trocas — seja de dinheiro, de favores ou de presentes. Já o abuso sexual ocorre quando a criança ou o adolescente é usado para a satisfação sexual de pessoas mais velhas. Pode acontecer por meio de ameaça física e/ou verbal, ou por sedução.

Essa violência encontrou, na internet, um terreno fértil, onde há condições para que pessoas mal-intencionadas abordem

crianças e adolescentes conectados. E mais: a violência online pode migrar para a violência offline, e vice-versa. Ou seja, o que acontece na internet faz parte do mundo concreto e, mesmo sem nenhum contato físico, pode causar danos emocionais e mentais importantes.

Ter acesso a uma educação sexual e digital de qualidade é fundamental para que crianças e adolescentes saibam identificar situações de risco ou de perigo e conheçam estratégias para se defender ou pedir ajuda.

Para pais e responsáveis, **conhecer as violências**, a forma como se manifestam na internet e os fatores de risco e de proteção são de extrema importância para garantir a segurança de crianças e adolescentes.

Fique atento

No Brasil, **8** crianças e adolescentes são vítimas de violência sexual a cada **hora**.

Fonte: Anuário Brasileiro de Segurança Pública 2024



Para assistir

Que abuso é esse?

Série de oito episódios que aborda, de forma lúdica e direta, o abuso sexual e a importância de proteger, identificar e denunciar violações dos direitos de crianças e adolescentes.

Que exploração é essa?

Série de cinco episódios sobre a exploração sexual de crianças e adolescentes, que revela o problema e indica formas de preveni-lo e de enfrentá-lo.

Eu tenho uma voz

Curta-metragem que busca quebrar o silêncio sobre o abuso sexual contra crianças e adolescentes.

2. Cuidados com fotos em redes sociais

Hoje, quase todo celular tem câmera e memória suficientes para registrar e guardar muitas lembranças, e as redes sociais incentivam o compartilhamento de fotos de momentos felizes, como viagens, festas, amigos e “corpos perfeitos”. Mas é importante refletir sobre os riscos por trás desses cliques.

Mesmo sem perceber, uma imagem pode revelar informações sensíveis, como onde você mora ou estuda, quem são seus amigos, seus hábitos e hobbies, e até o local exato em que a foto foi tirada, por meio do GPS. Sem atenção às configurações de privacidade, esses dados podem cair nas mãos de pessoas mal-intencionadas.

Além disso, o alcance de uma foto postada é praticamente ilimitado. Depois de publicada, ela pode ser vista em qualquer lugar do mundo, e você perde o controle sobre quem a compartilha. **Por isso, é importante se perguntar antes de postar: essa foto realmente precisa ir para a internet? Essa imagem me representa, me protege e respeita a privacidade de todos?**

O compartilhamento constante também pode afetar a autoestima, já que comparar-se com fotos “perfeitas” de outras pessoas pode impactar a autoimagem e a confiança, especialmente entre adolescentes.

Outro ponto importante é que as imagens publicadas podem ser usadas para alimentar bancos de dados de Inteligência Artificial, muitas vezes sem conhecimento ou consentimento do usuário. Algumas plataformas permitem que empresas coletem fotos públicas para treinar sistemas de reconhecimento facial, criar conteúdos sintéticos, como imagens e vídeos gerados por IA, e aprimorar mecanismos de vigilância e publicidade direcionada.

Mesmo sem autorização direta, a falta de transparência nos contratos digitais e o excesso de exposição de fotos pessoais — incluindo as de crianças e adolescentes — aumentam o risco de violação de privacidade, uso indevido das imagens e exposição não consentida em ambientes digitais.

ECA Digital

Entre outras determinações, essa lei dispõe sobre o tratamento de dados pessoais, respeitando os princípios do melhor interesse de crianças e adolescentes. Além disso, sugere sanções em caso de uso de imagens de crianças feitas com IA, sem consentimento prévio.

Para assistir

Childhood 2.0

O documentário aborda os perigos das redes sociais por meio de entrevistas com crianças sobre suas experiências negativas. Disponível no YouTube em inglês, com legendas em português.

Quando uma imagem vira pesadelo e Quando uma imagem vira pesadelo | Parte 2

O Ministério Pùblico (RS) fez essa ótima campanha sobre os riscos de compartilhar fotos íntimas.

3. Tem problema entrar na moda das dancinhas?

As dancinhas e as coreografias para redes sociais, muito comuns no TikTok, Kwai, Instagram e plataformas similares, viraram uma prática bem popular. Mas qual é o problema disso? Crianças sempre dançaram as músicas da moda. Ainda que se questione o conteúdo das músicas e o fato de algumas sugerirem um tom mais sensual, **as dancinhas sempre aconteceram — mas nunca com esse nível de exposição.**

É preciso levar em conta que crianças com um celular dançam, gravam e compartilham suas imagens sem maldade e sem consciência de onde elas vão parar. Acontece que o acesso precoce a um celular, a falta de atenção às políticas de privacidade e a escala global das redes estão fazendo com que esses vídeos caiam em mãos erradas, alimentem sites de pornografia e cheguem aos agressores sexuais. Danças em casa com os amigos fazem parte da diversão entre crianças,

mas na rede, e com outros tantos vídeos, ganham um tom: crianças ficam expostas em registros que podem ser consumidos com um teor erotizado.

É preciso atenção com o destino das filmagens, com a idade em que a criança pode ter rede social — e, consequentemente, compartilhar vídeos por lá —, com quem ela interage e conversa nesses espaços e os riscos da exposição inadequada de suas imagens.



Fique atento

O acesso às redes sociais e às diferentes plataformas deve respeitar a faixa etária e o tempo de desenvolvimento da criança. A idade mínima para acessar redes sociais é, na maioria das vezes, de **13 anos** — e, mesmo entre os **13 e os 17 anos**, é fundamental o controle da privacidade para limitar o alcance das publicações.



Para assistir

Dancinhas e Crianças

Nesse vídeo, a educadora e comunicadora Sheylli Caleffi mostra como vídeos caseiros, produzidos pela família, vão parar em perfis de conteúdo pornográfico, envolvendo crianças e adolescentes.

4. Meu filho viu pornografia. E agora?

O acesso à pornografia nunca esteve tão fácil e abundante. A maior parte do conteúdo disponível online está a distância de um clique, sem nenhum controle sério e eficiente sobre a idade do usuário. **Estudos** estimam que 12 anos é a média de idade do primeiro acesso accidental a qualquer conteúdo pornográfico. Isso pode acontecer por meio da resposta à busca de uma curiosidade, de um acesso accidental por um link sugerido, pelo celular de um amigo etc.

Quando falamos sobre o acesso a esse tipo de conteúdo, estamos falando também de como as crianças e os adolescentes estão aprendendo sobre sexo. **Na ausência de educação sexual nas famílias e nas escolas, a pornografia acaba sendo a única fonte para sanar dúvidas e curiosidades**, com efeitos danosos ao desenvolvimento e informações impróprias para a idade.

Em geral, o conteúdo pornográfico mostra cenas de violência contra a mulher, ignora o consentimento e não aborda métodos contraceptivos. Isso erotiza a agressão, distorce a sexualidade e impõe padrões irreais de corpo e comportamento. E o contato precoce com conteúdos assim pode interromper etapas importantes

do desenvolvimento, estimular comportamentos de risco e contribuir para atitudes machistas e violentas, especialmente entre meninos e jovens.

A discussão

não é se a criança terá acesso à pornografia, mas quando

Veja algumas dicas para falar com crianças e adolescentes sobre esse tema:

- ✓ acolha as dúvidas sem julgamento;
- ✓ promova reflexões sobre conteúdos inadequados à faixa etária;
- ✓ explique a diferença entre sexo e pornografia no que diz respeito a consenso e à produção audiovisual;
- ✓ deixe o canal sempre aberto para que seus filhos e filhas conversem com você sempre que virem ou ouvirem algo que os deixou desconfortáveis;
- ✓ converse com outros pais e também com a escola para que esse assunto seja abordado na sala de aula.



Para assistir

Raised on porn

Documentário mostra como a exposição à pornografia afeta o cérebro de crianças e jovens.

Keep it real online - Pornography

Vídeo do governo da Nova Zelândia para incentivar pais a conversarem com seus filhos sobre sexo, acesso a sites pornográficos e os perigos da internet.

Growing Up in a Pornified Culture

Em sua palestra no TEDxNavesink, a Drª Gail Dines analisa como a cultura que valoriza a pornografia influencia a sexualidade de crianças e adolescentes.

5. Meu filho foi vítima de violência sexual digital. E agora?

Mesmo com todos os cuidados, crianças e adolescentes podem ser vítimas de algum tipo de violência sexual no ambiente online. Os casos estão crescendo no mundo todo e meninos e meninas, de diferentes idades, classes sociais e regiões estão vulneráveis. Segundo a SaferNet Brasil, entre 51 países, somos o quinto com o maior número de denúncias de abuso sexual de crianças e adolescentes pela internet. Outro número dessa triste realidade, esse da *International Watch Foundation*: a cada 2 minutos,

uma nova página é identificada com conteúdo de abuso sexual online.

Se o pior acontecer, o mais importante de tudo é saber que a culpa nunca é da vítima. Lembre-se que a internet faz parte da vida das crianças e adolescentes e que é possível usá-la com segurança e liberdade. Mas, quando algo acontece, cuidado, acolhimento e escuta sem julgamento são fundamentais para reconstruir a confiança e garantir que a vítima receba toda a proteção e o apoio de que precisa.



Fique atento

O que fazer se seu filho ou filha sofreu violência sexual digital:

- ✓ observe sinais de sofrimento, medo ou mudanças bruscas de comportamento;
- ✓ acompanhe e acolha, evitando perguntas que os façam reviver o trauma;
- ✓ registre prints, links, nomes de perfis e qualquer informação que ajude nas investigações;
- ✓ para denunciar, Disque 100, **denuncie.org.br**, ou faça um boletim de ocorrência, presencialmente ou online.
- ✓ a rede pública de saúde e assistência social oferece atendimento gratuito e sigiloso. E o Conselho Tutelar pode orientar e garantir medidas protetivas.
- ✓ acesse o **Canal de Ajuda** da SaferNet Brasil para casos de violência online contra crianças e adolescentes. Lá, também é possível esclarecer dúvidas e receber orientações.

6. Educação sexual é um fator de proteção

A sexualidade está sempre associada a dúvidas e preconceitos. Mas não deveria ser assim, já que é um processo natural do desenvolvimento humano, onde corpo e prazer são explorados desde a primeira infância sem qualquer ligação com erotismo, promiscuidade ou mesmo com o ato sexual em si.

Durante a infância, o desenvolvimento da sexualidade envolve a exploração e a descoberta do corpo em relação ao do outro. É quando começamos a reconhecer as diferenças sexuais a partir da curiosidade sobre papéis e comportamentos. Já a passagem para a adolescência é marcada por mudanças corporais. Nessa fase, buscamos nossa identidade e descobrimos as relações afetivas e amorosas. Todo esse processo é influenciado por contextos culturais, familiares, históricos e econômicos, entre outros.

O acesso precoce, livre e sem mediação à internet influencia diretamente a forma como crianças e adolescentes aprendem e vivenciam a sexualidade. Ao buscarem suprir curiosidades por conta própria, podem acabar em sites ou interações que abordam o tema de maneira inadequada à sua fase de desenvolvimento.

A presença e a participação nesse ambiente digital também moldam a expressão da sexualidade online — seja pela produção e compartilhamento de imagens íntimas (*nudes*), pela troca de mensagens com teor sexual (*sexting*) ou pela exposição em fotos sensuais, muitas vezes sem atenção às políticas de privacidade das plataformas.

Falar sobre sexualidade de forma saudável e adequada a cada fase do crescimento ajuda crianças e adolescentes a conhecer o próprio corpo, a reconhecer limites e a entender o que é consentimento e autoproteção. **Ensinar desde cedo sobre sentimentos, respeito e a diferença entre toques agradáveis e invasivos é essencial para prevenir situações de violência sexual.**

Muitas famílias ainda têm dificuldade para abordar esse assunto, seja por falta de informação ou mesmo por tabu. Por isso, a escola tem papel fundamental na proteção: muitas vezes, é no ambiente escolar que as crianças conseguem identificar e relatar situações de abuso, após aprenderem a nomear o que estão vivendo.



Para seguir e assistir

Neste **vídeo**, uma mãe ensina a filha bebê sobre autoproteção, usando o livro *Meu corpo, meu corpinho*.

A especialista **Lena Vilela** também aborda muito bem esses assuntos em seu Instagram.

O Dr. Drauzio Varella explica neste **vídeo** que o fácil acesso à internet aumentou a frequência com que crianças e os adolescentes se deparam com fotos ou vídeos 18+ em algum momento da vida.

7. Glossário das violências mais comuns no meio digital

Abuso sexual

Trata-se de qualquer forma de abuso sexual que é facilitado por tecnologias ou divulgado pela internet. Primeiro, o agressor conquista a confiança da vítima e pode manter apenas o contato virtual ou, então, marcar encontros presenciais que resultam em violência física ou sexual.

Captação ilícita de imagens ou capping

Acontece quando agressores captam imagens de transmissão ao vivo de abuso ou de exploração sexual de crianças e adolescentes. Também pode envolver captura de imagens inócuas de crianças e adolescentes, que, depois, são usadas para fins sexuais.

Cyberbullying

Bullying praticado ou ampliado nos meios digitais que é feito por meio de textos, de áudios ou de vídeos que intimidam ou humilham a vítima de forma recorrente. Embora nem sempre envolva violência sexual, o *cyberbullying* pode ter essa conotação e causa danos físicos e/ ou psicológicos, já que existe uma relação desigual de poder entre agressor e vítima.

Cyberstalking

Perseguição online em que o agressor utiliza tecnologias e redes sociais para ameaçar, invadir a privacidade e causar medo à vítima. Essas informações podem ser usadas para aliciamento sexual (*grooming*), extorsão ou obtenção de imagens íntimas.

Deepfakes sexuais

Imagens de nudez ou de cunho sexual criadas com Inteligência Artificial generativa, feitas sem o consentimento das pessoas retratadas.

Estupro virtual

Ato de constranger a vítima para que pratique, em frente à *webcam*, alguma cena libidinosa ou ato sexual, como masturbação, sexo oral, posições ou toques íntimos, sob violência ou grave ameaça. O estupro virtual pode ser considerado crime de estupro, ainda que tenha ocorrido no ambiente online.

Exploração sexual

Inclui todos os atos praticados na rede onde a relação sexual é fruto de uma troca, seja ela financeira, de favores ou de presentes. Inclui geração de imagens ou de materiais que documentam a vítima de maneira sexualizada, ou violência sexual com a intenção de produzir, disseminar, comprar e vender esses materiais.

Exposição a conteúdos inapropriados

Refere-se ao acesso ou à exposição de crianças e adolescentes, intencionalmente ou accidentalmente, a conteúdos violentos, de natureza sexual ou que gerem ódio, sendo prejudicial ao seu desenvolvimento.

Extorsão sexual

Também conhecida como sextorsão, é a chantagem realizada com mensagens que ameaçam propagar imagens sexuais ou vídeos gerados pela própria vítima. A intenção do extorsionista é continuar com a exploração sexual e/ou ter relações sexuais com a vítima. Pode acontecer também com crianças ou adolescentes, o que se conota como mais um tipo de violência sexual.

Grooming

É o aliciamento sexual online e ocorre quando adultos usam a internet para seduzir e conquistar a confiança de crianças e adolescentes. O objetivo é marcar encontros presenciais ou obter conteúdo sexual para chantageá-los, muitas vezes utilizando imagens ou vídeos que a vítima gerou ou que já estavam disponíveis na rede.

Material sexual “autogerado”

Conteúdo de natureza sexual, incluindo imagens e vídeos de nudez total ou parcial produzidos pelas própria vítima. Pode ocorrer via aplicativos, computadores, tablets ou mesmo jogos eletrônicos.

Materiais de abuso sexual

Produção artificial, por meio de mídia digital, de material que represente crianças e adolescentes participando de atividades sexuais e/ou de maneira sexualizada para fazer com que pareçam reais.

Nudes

Fotos, imagens ou vídeos de exposição do corpo ou de partes do corpo autogerados, transmitidos como fantasia e com a intenção de iniciação sexual ou erotização precoce. Geralmente, essas imagens são compartilhadas entre pessoas que estão tendo um relacionamento, mas podem ser distribuídas para outras redes com outros fins.

Pedofilia

Condição reconhecida pela Organização Mundial da Saúde (OMS) em que a pessoa sente atração sexual por crianças pré-púberes. Mas é importante lembrar que nem todo pedófilo comete abuso sexual. Esse crime pode ser praticado por qualquer pessoa, independentemente de ter ou não essa condição.

Pornografia

Produto comercial criado para provocar estímulo sexual. É importante lembrar que qualquer conteúdo sexual que envolva crianças ou adolescentes é considerado crime. Por isso, não é correto dizer “pornografia infantil”, mas, sim, “conteúdo sexual envolvendo crianças e adolescentes.”

Pornografia de revanche

Também chamada de pornografia de vingança, é a divulgação não consentida de imagens íntimas ou com conotação sexual. Geralmente, feita quando um dos parceiros divulga material produzido durante o vínculo afetivo, como forma de punição pelo término do relacionamento. É crime tanto entre adultos, quanto quando envolve crianças ou adolescentes.

Produção de materiais de conteúdo sexual

Forma de exploração sexual por meio da produção e exibição desses materiais, da distribuição, venda, compra, posse e/ou utilização de material que expõe o corpo da criança e do adolescente à satisfação da sexualidade dos adultos.

Provocação online ou flaming

Mensagens vulgares ou hostis enviadas para um grupo ou para a própria vítima.

Sexting

Esse termo vem da junção de sex (sexo) e *texting* (torpedo) e se refere à produção de imagens ou de textos com conotação sexual, com a troca feita por meio de telefones e/ou da internet. A produção pode ser voluntária ou acontecer em contexto de assédio sexual, ou seja, em que a vítima é pressionada a enviar uma foto para o parceiro, que a propaga sem o seu consentimento.

Transmissão ao vivo de abuso ou exploração sexual

Transmissão, em tempo real, de exploração e abuso sexual de crianças pela internet.

Conheça os canais de *denúncia*

Suspeitar

Se **SUSPEITAR** que uma criança ou adolescente está sendo vítima de violências, denuncie:

Disque 100

Ligação gratuita e anônima

 (61) 9 9611-0100
WhatsApp

Testemunhar

Se **PRESENCIAR** uma situação de violência digital contra criança ou adolescente, denuncie:

Policia Militar
Ligue 190

ou procure uma Delegacia de Polícia

Identificar

Se **IDENTIFICAR** um caso de violência online envolvendo criança ou adolescente, denuncie:

denuncie.org.br

Canal de ajuda

Se **PRECISAR** de orientação sobre crimes e violação dos direitos humanos na internet, acesse:

canaldeajuda.org.br

#ProteçãoDigitalEmAção

Ferramentas para pais e responsáveis contribuírem com a **navegação segura, ética e respeitosa** de crianças e adolescentes na internet

O que você vai ver



- 1) Evolução tecnológica é rápida e traz desafios.
- 2) Cidadania digital: respeito é bom e eu posto!
- 3) Conhecer os fatores de risco aumenta nossa segurança online.
- 4) Filtros e controles parentais resolvem?
- 5) Como mediar o uso da internet.
- 6) Como denunciar violência sexual digital.
- 7) Leis que protegem crianças e adolescentes na internet.

1. Evolução tecnológica é rápida e traz desafios

Nos últimos anos, as tecnologias da informação e comunicação transformaram radicalmente nossa forma de viver e de nos relacionar. Com crianças e adolescentes, que estão cada vez mais presentes nas telas, é necessário redobrar a atenção.

Redes sociais, aplicativos e jogos são envolventes e projetados para manter a atenção dos usuários, mas o conteúdo disponível nem sempre é adequado à faixa etária. Pessoas mal-intencionadas aproveitam essas plataformas para se aproximar de crianças e adolescentes, usando, muitas vezes, informações compartilhadas por eles para aliciamento e produção de material pornográfico. A internet é um ambiente democrático, dinâmico e sem fronteiras, que abre

um universo de informações e de possibilidades de comunicação. Ela faz parte do mundo real e tem riscos que precisam ser entendidos e enfrentados.

É preciso levar em conta que a tecnologia evolui mais rápido do que a nossa capacidade de acompanhar seus perigos. Filtros e controles parentais ajudam, mas não substituem o diálogo e a mediação familiar.

Informar-se, conversar sobre os riscos, orientar sobre o tempo de uso e a qualidade da navegação são ferramentas essenciais para a proteção das crianças e dos adolescentes.

**Muitas vezes,
os agressores
usam informações
compartilhadas
pelas próprias vítimas
para aliciamento
e produção de conteúdo
pornográfico**



2. Cidadania digital: respeito é bom e eu posto!

As condutas e os valores éticos que devemos ter no dia a dia também precisam estar presentes em nossas experiências digitais. Falar sobre cidadania digital é falar sobre o uso responsável das tecnologias e de comportamentos que incluem o cuidado e o respeito ao próximo. E promovê-la contribui para que crianças e adolescentes estejam menos vulneráveis aos riscos de se expor ou de causar danos a outras pessoas. As escolas são fundamentais nessa discussão, porque contribuem com reflexões sobre o nosso papel no mundo e reforçam a ideia de que a internet é o que fazemos dela.

Quando as famílias apoiam o trabalho da escola na construção da segurança digital, todos saem ganhando. Por isso, pais e responsáveis devem conhecer e participar do trabalho do colégio em que seus filhos e filhas estudam. Caso a instituição não siga nenhuma cartilha, compartilhe este Guia.

Habilidades fundamentais para um cidadão digital

Segurança

Capacidade de administrar e evitar riscos aos dispositivos e dados

- Ter consciência da dimensão global da internet.
- Cuidar da segurança ao usar plataformas, utilizando senhas seguras e verificação em duas etapas.
- Proteger a privacidade. Ter cuidado com a exposição da intimidade e de informações pessoais.
- Entender como agem os vírus e conhecer as medidas de proteção.
- Ler termos de privacidade e consentimento das plataformas para saber quais dados estamos disponibilizando.

Leitura crítica

Capacidade de encontrar, ler, avaliar, criar e compartilhar informações no ambiente digital

- Saber identificar – e não compartilhar notícias falsas.
- Ter respeito a direitos autorais, não copiar a produção de outras pessoas.
- Ter consciência do impacto daquilo que posta — para o outro e para si mesmo.

#ProteçãoDigitalEmAção

Equilíbrio e bem-estar

Capacidade de reconhecer, navegar e expressar emoções no ambiente online

- ✓ Observar e respeitar a classificação indicativa das redes sociais, games e plataformas.
- ✓ Autorregulação para uso excessivo: utilizar a tecnologia de maneira saudável e equilibrada.
- ✓ Ter cuidado com a autocomparação em relação ao que os outros postam com filtros e ângulos que "melhoram" a realidade.
- ✓ Saber quando um conteúdo não faz bem e pedir ajuda.

Uso respeitoso

Capacidade de entender e sustentar os direitos humanos e legais no ambiente online

- ✓ Comunicar-se sempre com respeito e educação.
- ✓ Respeitar opiniões, credos, religiões para evitar discussões inúteis.
- ✓ Não se envolver em comunicações ou interações relacionadas com cyberbullying, racismo, homofobia, xenofobia e outros discursos de ódio.
- ✓ Entender que figurinhas, Gifs e memes também podem ser ofensivos ou violentos e, quando for o caso, não devem ser compartilhados.
- ✓ Não curtir nem compartilhar páginas ou postagens de conteúdos ofensivos ou violentos.
- ✓ Saber que pode sofrer consequências legais caso ofenda, violente ou compartilhe conteúdo inadequado.
- ✓ Saber onde e como denunciar quando ver algo errado.

Autoproteção

Capacidade de minimizar riscos de violência sexual digital

- ✓ Observar as políticas de privacidade e segurança das plataformas.
- ✓ Tomar cuidado ao falar com estranhos.
- ✓ Identificar falas violentas e abusivas.
- ✓ Saber que pessoas mal-intencionadas criam perfis falsos com a intenção de assediar crianças e adolescentes.
- ✓ Saber dizer "não" e bloquear.
- ✓ Denunciar pessoas, perfis e abordagens violentas ou abusivas.
- ✓ Ter cuidado com a exposição de imagens e de conteúdos íntimos.
- ✓ Saber como e onde pedir ajuda se acontecer algo estranho.



Para aprender

Criada pela SaferNet Brasil, e resultado da colaboração entre os governos do Brasil e do Reino Unido, a disciplina eletiva de **Cidadania Digital** é baseada em consultas realizadas com acadêmicos, educadores, professores e alunos e cumpre os requisitos da Base Nacional Comum Curricular.

3. Conhecer os fatores de riscos aumenta nossa segurança online

Desde cedo, tomamos cuidados para evitar acidentes com os nossos filhos e filhas: protegemos tomadas, tiramos pequenas peças do alcance deles e ficamos de olho em cada um de seus movimentos. A mesma atenção vale para o mundo digital: é preciso conhecer os riscos para preveni-los. Assim como não entregamos um brinquedo inadequado para um bebê, devemos avaliar se o conteúdo e o tempo de uso da internet são apropriados para cada idade.

A internet também apresenta perigos, mesmo quando as crianças e os adolescentes estão dentro de casa. Muitos adultos ainda estão aprendendo a lidar com a tecnologia e desconhecem seus riscos e oportunidades – por isso, é fundamental se informar sobre o assunto e acompanhar de perto a atividade online de seus filhos e filhas.

Hoje, leis como o ECA Digital passaram a exigir que as plataformas adotem medidas de segurança e privacidade para proteger crianças e adolescentes. **Ainda assim, a melhor proteção vem da proximidade e do diálogo: crianças e adolescentes precisam ter adultos de confiança com quem possam conversar sobre o que vivem online.**



Fique atento

Crianças e adolescentes que já vivem situações de vulnerabilidade no mundo offline tendem a estar mais expostos a riscos também no ambiente digital. Entre os fatores que ampliam essa suscetibilidade estão: baixa escolaridade, negligência ou abandono familiar, dificuldades de autoestima, quadros de depressão e ansiedade, histórico de violência doméstica, contextos familiares disfuncionais, além das condições de acesso à internet e o tipo de dispositivo utilizado.



Conheça alguns riscos e os fatores de proteção



O QUE PODE SER UM RISCO	POR QUE É PERIGOSO	COMO PROTEGER CRIANÇAS E ADOLESCENTES
Exposição	Postar fotos, vídeos ou informações pessoais pode atrair pessoas mal-intencionadas	Pensar antes de postar, usar perfis privados e pedir a ajuda de um adulto para ajustar a privacidade
Falar com estranhos	Pessoas podem fingir ser quem não são e tentar enganar ou se aproximar de crianças e adolescentes	Nunca conversar em particular com quem você não conhece. Se algo parecer estranho, conte para um adulto de confiança
Mandar fotos íntimas ou receber pedidos assim	Pode virar chantagem, constrangimento ou exposição	Falar sobre o tema em casa e na escola. A educação sexual ajuda a entender limites, consentimento e respeito
Plataformas inseguras ou sem controle de idade	Alguns aplicativos mostram conteúdos inadequados ou fazem recomendações perigosas	Usar plataformas adequadas a sua idade e ativar o modo protegido ou controle parental disponível nas configurações
Não usar ferramentas de segurança e privacidade	Ignorar as configurações deixa o perfil exposto e fácil de ser encontrado por estranhos	Entrar nas configurações e ativar privacidade, bloqueio, verificação em duas etapas e controle de comentários e de mensagens
Falta de conversa e orientação em casa ou na escola	Sem diálogo, é mais difícil reconhecer situações de risco	Falar sobre o que acontece na internet. A cidadania digital ensina a agir com respeito, responsabilidade e segurança online
Conteúdos que banalizam a violência ou erotizam a infância	Podem fazer parecer "normal" o que é errado e perigoso	Denunciar conteúdos ofensivos, seguir páginas educativas e conversar sobre o que é certo e errado
Passar tempo demais conectado e sem acompanhamento	Aumenta a exposição a conteúdos inadequados, as interações de risco e os impactos na saúde física e mental	Fazer acordos sobre o tempo conectado e criar, juntos, alternativas de atividades offline
Medo ou vergonha de contar o que aconteceu	Muitas vítimas se calam por medo de punição ou culpa	Sempre procurar ajuda: ligar para o Disque 100, falar com um adulto de confiança ou acessar denuncie.org.br

4. Filtros e controles parentais resolvem?

Eles são uma ótima forma de supervisionar e de acompanhar parte da vida digital de crianças e adolescentes, pois podem controlar conteúdos, contatos, imagens e até vídeos inadequados. Alguns permitem também que os pais limitem o tempo de uso do celular e controlem o que os filhos acessam, os aplicativos que baixam e com quem conversam.

Mesmo assim, filtros e controles parentais não são suficientes. Hoje, crianças e adolescentes acessam a internet em diferentes lugares e navegam em diferentes plataformas. É que esses mecanismos costumam se restringir ao dispositivo em que estão instalados, ou a determinados aplicativos. Por isso, é preciso saber por onde as crianças e os adolescentes navegam, a classificação indicativa e as políticas de privacidade. Para desenvolver neles a consciência e o senso de autocuidado, a principal estratégia é o diálogo.



- Faça acordos com crianças e adolescentes sobre:**
- tempo de uso;
 - éticas digitais;
 - saber denunciar nas plataformas;
 - configurar medidas de privacidade;
 - cuidado com quem fala ou compartilha informações pessoais;
 - lugares perigosos;
 - falar com os pais ou responsáveis quando alguma coisa estranha acontecer no ambiente virtual.

Ferramentas de controle parental são muito úteis, mas não dispensam a supervisão de pais e responsáveis



5. Como mediar o uso da internet

Nosso papel como pais ou responsáveis é agir como mediadores entre os nossos filhos e filhas e as diferentes ferramentas de navegação online.

Acontece que crianças e adolescentes demandam atenção e cuidados diferentes, ou seja, as estratégias de mediação parental para um grupo etário não se aplicam ao outro. Veja o que é mais indicado para cada idade.

Crianças de até 9 anos

Normalmente, temos mais controle sobre o que acessam, onde e como. Filtros parentais e filtros dos próprios serviços e aplicativos costumam ser úteis— mas desde que haja acordos e observância dos pais.

É muito comum que pais e responsáveis (ab)usem de recursos tecnológicos para manter a criança calma, quieta ou até para que ela realize atividades como comer, ser atendida por um médico, se comportar em um evento etc. Há quem argumente que os malefícios das telas para a primeira infância superam os benefícios. Concordamos com esse posicionamento, mas entendemos que cada família precisa olhar para a sua rotina e para o quanto o uso excessivo afeta comportamentos e/ou substitui outras atividades essenciais para o desenvolvimento da criança.

Normalmente, crianças de até 9 anos não deveriam ter um celular, mas isso depende de cada família. Fato é que o número de crianças com celular está aumentando para essa faixa etária.

Pré-adolescentes de 9 a 12 anos

Nessa idade, as crianças já sabem ler e escrever, e os dispositivos móveis passam a fazer parte de seu dia a dia, da forma como estudam e interagem uns com os outros. Se a presença da tecnologia foi prevalente na primeira infância, os desafios de controle nessa fase podem exigir um pouco mais de paciência e negociação. A curiosidade e o compartilhamento de vídeos e *links* passam a ser fatores de risco para acesso a conteúdos inadequados, *links* com vírus ou outros problemas.

Por isso, a atenção dos pais e responsáveis nessa fase é fundamental para mediar esse acesso mais autônomo e para mostrar que a conquista de mais privacidade e de mais liberdade na internet dependem do respeito aos limites combinados da preocupação com o autocuidado.

Para regrer os acordos, a melhor forma é pensar “com”, e não “para” a criança ou o adolescente. Discutam juntos os riscos e os desafios e criem regras que possam ser seguidas por toda a família, considerando os limites e as necessidades de cada um.

Adolescentes de 13 anos ou mais

Nessa fase, o celular se apresenta como um importante meio de interação, de informação, e de expressão da individualidade e da sexualidade. Ao mesmo tempo em que há riscos, há também oportunidades de ter acesso a grupos de apoio para algumas questões para as quais os adolescentes não

#ProteçãoDigitalEmAção

tenham um interlocutor próximo. São os casos dos grupos de ajuda ou de esclarecimento de dúvidas, ou mesmo grupos de pares para questões que estejam vivendo.

Lembrando que a transição para a fase adulta pode antecipar experiências para as quais os adolescentes ainda não estão prontos. Portanto, a transgressão característica dessa fase costuma encontrar terreno fértil nas experiências online, o que, possivelmente, resulta em diferentes riscos.

Essa é uma fase desafiadora, já que os adolescentes estão desenvolvendo a própria identidade. Eles podem agir com mais emoção e impulso – afinal, estão descobrindo o mundo. Embora a discussão sobre a privacidade seja importante, estabeleça parcerias para que, de alguma forma, saiba por onde os adolescentes andam e com quem conversam.

Na adolescência, mais do que nunca, o diálogo é a melhor estratégia e deve ser usado sem moderação para estimular noções de autocuidado. Provoque conversas francas e estimule habilidades e conhecimentos práticos, como, por exemplo, o caminho para denunciar, as consequências legais de situações de violência, os impactos de conteúdos danosos na saúde física e mental, bem como consequências para a reputação.



Fique atento

O que é importante observar na navegação de crianças e adolescentes:

- ... se estão acessando conteúdos adequados para a sua idade;
- ... se têm perfis em redes sociais;
- ... se estão interagindo com desconhecidos;
- ... se têm mais amigos virtuais do que reais;
- ... se estão fornecendo informações pessoais ou que possam prejudicar sua privacidade ou a de outras pessoas;
- ... se estão gerando imagens inadequadas;
- ... se bloqueiam os dispositivos que utilizam e fecham o aplicativo ou a página que estão acessando quando um adulto se aproxima;
- ... se são éticos e gentis nas interações virtuais;
- ... se apresentam mudanças de comportamento e sinais de baixa autoestima ou de depressão;
- ... se sabem que podem se envolver em brincadeiras que os torna agressores e portanto sujeitos a medidas socioeducativas;
- ... se estão deixando de fazer atividades offline essenciais, como interagir com a família, estudar, brincar, dormir etc;
- ... se têm acesso a educação midiática e sexual na escola ou em casa.



Ideias para discutir a navegação segura em família

- **Crie** um mapa do tempo online, anotando quanto cada pessoa da sua família passa em aplicativos e em jogos, e veja se é preciso fazer algum ajuste.
- **Escreva** uma lista com dados e informações que a família nunca deve compartilhar.
- **Peça** à criança ou ao adolescente para desenhar ou escrever como reagiria a situações desconfortáveis online, como convites estranhos, pedidos de fotos ou comentários invasivos. Depois, revise o material e faça um diário de respostas seguras, reforçando as estratégias de dizer “não”, de pedir ajuda e de manter a segurança.
- **Façam** uma verificação de segurança nos dispositivos da sua família. Sempre que possível, não deixe de utilizar a configuração de segurança em duas etapas.
- **Tentem** o desafio da empatia digital: avaliem juntos os comentários em redes sociais (pode ser em vídeos públicos, notícias etc.) e identifiquem os que são respeitosos e reescrevam os ofensivos de forma empática. A ideia é mostrar como pequenas mudanças de tom fazem diferença.
- **Use** a regra dos 10 segundos: antes de postar, pare e conte até 10 e se pergunte: “isso é gentil, verdadeiro e necessário?”
- **Combine** uma conversa familiar semanal sobre a relação com dispositivos eletrônicos e o que está sendo feito para promover a segurança digital.



**Os melhores
acordos nascem
quando crianças
e adolescentes
participam de
sua construção**

6. Como denunciar violência sexual digital

A internet tem dimensões tão vastas que é impossível para pessoas e algoritmos intervirem em todas as manifestações de violências a que crianças e adolescentes estão expostos. Cabe a nós, em nossas navegações e interações, usar os sistemas de denúncia de crimes virtuais ou notificações, sempre que virmos algo errado.

Por exemplo, você sabia que produzir, armazenar ou compartilhar imagens de conteúdo pornográfico envolvendo crianças e adolescentes é crime? Além disso, adolescentes também podem ser condenados a medidas socioeducativas caso produzam, armazenem ou compartilhem imagens dessa natureza. Cidadãos digitais podem tropeçar em imagens ou vídeos que violam direitos humanos e não devem ser negligentes diante disso.

Faça a coisa certa: denuncie, não ignore!

- ✓ Salve as provas (endereço das páginas, prints, fotos, números de celulares, nomes de usuário e o que mais tiver sobre o ocorrido).
- ✓ Se for um crime contra os direitos humanos, como conteúdo pornográfico envolvendo crianças e adolescentes, e exploração sexual, tráfico de pessoas e discurso de ódio, dentre outros, denuncie no denuncie.org.br
- ✓ Procure uma delegacia de polícia ou o Ministério Públco com as provas e evidências reunidas.
- ✓ Jamais compartilhe *links* ou imagens que envolvam crianças e adolescentes em qualquer situação. Mesmo que sua intenção seja alertar as pessoas. Alerta com informação, sem expor ninguém.

Conheça os canais de denúncia

Suspeitar

Se **SUSPEITAR** que uma criança ou adolescente está sendo vítima de violências, denuncie:

Disque 100

Ligação gratuita e anônima

 (61) 9 9611-0100
WhatsApp

Testemunhar

Se **PRESENCIAR** uma situação de violência digital contra criança ou adolescente, denuncie:

Pólicia Militar
Ligue 190

ou procure uma Delegacia de Polícia

Identificar

Se **IDENTIFICAR** um caso de violência online envolvendo criança ou adolescente, denuncie:

denuncie.org.br

Canal de ajuda

Se **PRECISAR** de orientação sobre crimes e violação dos direitos humanos na internet, acesse:

canaldeajuda.org.br

7. Leis que protegem crianças e adolescentes na internet

A proteção de crianças e adolescentes contra os perigos do mundo digital não é apenas dever de suas famílias, mas também da escola e do Estado. Estas são algumas leis que cumprem esse papel.

- 💡 **ECA Digital** | Lei nº 15.211/2025
- 💡 **Lei do Stalking** | Lei nº 14.132/2021
- 💡 **Política Nacional contra a Prevenção da Automutilação e do Suicídio** | Lei 13.819/2019
- 💡 **Lei dos Nudes** | Lei nº 13.718/2018
- 💡 **Bullying** | Lei nº 13.185/2015
- 💡 **Marco Civil da Internet** | Lei nº 12.965/2014
- 💡 **Lei Carolina Dieckmann** | Lei nº 12.737/2012
- 💡 **Aliciamento Sexual** | Lei nº 12.015/2009
- 💡 **Assédio Sexual** | Lei nº 10.224/2001
- 💡 **Estatuto da Criança e do Adolescente** | Lei nº 8.069/1990
- 💡 **Art. 227** | Constituição Federal/1988
- 💡 **Art. 234** | Código Penal/1940

Para assisitr

Denuncie, não ignore!

Vídeo produzido pela rede INHOPE (Association of Internet Hotliner Provider) e traduzido pela SaferNet Brasil.

Denuncie. Não compartilhe!

Produzido pela SaferNet Brasil em parceria com o Facebook, esse vídeo orienta sobre a forma correta de contribuir para a justiça e segurança de vítimas.