



Ética e Segurança na Internet



Para pais e responsáveis: o que você precisa saber e como orientar seu filho

1. O que é ética na internet?

A ética online é o respeito pelas pessoas no ambiente digital.

Ensine seu filho a ser gentil, não espalhar mentiras e a respeitar os outros mesmo pela tela.

2. Perigos da Internet

Nem todo mundo é quem diz ser.

Ensine seu filho a não conversar com estranhos online, mesmo que pareçam crianças.

Explique que nunca se deve compartilhar dados pessoais como nome completo, endereço, escola ou telefone.

3. Golpes e notícias falsas

Cuidado com links e mensagens dizendo "Você ganhou um prêmio" ou "Clique aqui agora".

Mostre como verificar se um site é verdadeiro (por exemplo, evitando links com números ou nomes estranhos).

4. Tempo de tela

O uso excessivo de telas pode afetar o sono, o aprendizado e a saúde emocional.

Para crianças de 6 a 10 anos, o ideal é no máximo 2 horas por dia, com intervalos e equilíbrio com atividades físicas e sociais.

5. Cuidados com a visão

Evite o uso prolongado e no escuro.

Faça pausas regulares (a cada 20 minutos) e incentive atividades fora da tela.

6. Como os pais podem ajudar?

Converse com seu filho sobre o que ele faz na internet.

Incentive a confiança para que ele conte se algo estranho acontecer.

Mantenha os dispositivos em locais comuns da casa.

Ensine que, na dúvida, o melhor é sempre pedir ajuda a um adulto.