**Roteiro da palestra “Ética e Segurança na Internet” para pais e responsáveis das crianças**

Slide 1 – Capa - Me apresentar e apresentar a palestra

Slide 2 – “Seu filho sabe o que é ética?”

Slide 3 - “Ética é um conjunto de regras invisíveis que nos ensinam a agir de forma justa e respeitosa com os outros. É saber o que é certo e errado, como ajudar quem precisa, ser honesto e tratar todos com respeito. Na internet, isso significa cuidar das palavras e atitudes, sendo sempre gentil e responsável.”

**💬 A ética que ensinamos aos nossos filhos na vida real deve ser a mesma na internet. Se ensinamos a não mentir, não enganar e respeitar os outros, por que permitiríamos atitudes diferentes no mundo digital?**

Slide 4 – “A ética na internet para crianças”

“As crianças ainda estão aprendendo sobre certo e errado. Elas podem não entender que xingar em um jogo ou espalhar uma notícia falsa tem consequências. Nosso papel como pais é orientá-las desde cedo sobre isso.”

(Falar da importância de monitorar as crianças na internet e ensinar a terem ética e a como identificar falta de ética em colegas e como lidar com isso)

Slide 5 – **“Regras de ética na internet para crianças”**

“➡ **Não xingar ou ofender ninguém** – Ensinar que palavras machucam, mesmo online.  
➡ **Não espalhar mentiras ou boatos** – Explicar o impacto das fake news.  
➡ **Respeitar a privacidade dos outros** – Mostrar que fotos e informações pessoais devem ser protegidas.  
➡ **Ser gentil e educado** – Incentivar um ambiente digital saudável.  
(Perguntar aos pais se já presenciaram situações de desrespeito na internet entre crianças e como lidaram)”

Slide 6 – “A internet é um lugar seguro para crianças?”

“A internet tem muitos benefícios, mas também traz riscos que as crianças nem sempre percebem. Perguntem a si mesmos: “Eu deixaria meu filho sozinho em um lugar desconhecido conversando com estranhos?” Na internet, muitas vezes, isso acontece.”

💬 **Quem aqui deixa o filho acessar a internet e o que eles acessam?**

💬 **Vocês acham que a internet é um lugar seguro?**

💬 **Vejam esse menino da imagem, deitado em sua cama quentinha e confortável enquanto mexe no celular, vocês acham que ele está seguro?**

(Abrir espaço para debater com os pais focando em fazer perguntas que façam eles pensarem)

Slide 7 – “Assim como no mundo real, a internet tem perigos e precisamos proteger nossos filhos. “

“Ensinar uma criança a se proteger na internet é tão importante quanto ensiná-la a atravessar a rua”

💬 **Se seu filho estiver sozinho ele falaria com qualquer pessoa, daria seu endereço, deixaria um desconhecido entrar em casa? Também precisamos ensinar nossos filhos a terem cuidado na internet.**

Slide 8 – “Você sabe com quem seu filho conversa online?”

“OI, tudo bem? Eu tenho 11 anos e você? Vamos ser amigos?”

Slide 9 - “Na internet, qualquer um pode fingir ser outra pessoa” –

“Muitas crianças fazem amizades em jogos e redes sociais, mas nem sempre sabem com quem estão falando. Algumas pessoas mal-intencionadas criam perfis falsos para enganar crianças.”

**💬 Na internet, algumas pessoas fingem ser quem não são, com perfis infantis falsos, fingem ter a mesma idade e gostos das crianças, conquistam facilmente sua confiança e pedem seus dados pessoais, dados dos pais, fotos intimas, encontros. Se um adulto pode ser enganado por um golpe na internet, imagine uma criança.**

(debater com os pais sobre os cuidados que precisamos ter)

Slide 10 - “Hoje em dia é muito fácil gerar imagens, vídeos, áudios usando inteligência artificial, até mesmo colocar filtro na câmera para se passar por outra pessoa em uma chamada de vídeo”

(Alertar aos pais que não podemos mais confiar nem mesmo em chamadas de vídeo com estranhos)

Slide 11 - “Seu filho saberia reconhecer um golpe?”

(Testar os pais com imagens e mensagens comuns de golpes na internet e discutir como ensinar os filhos a identificá-los.)

Slide 12 – “Como proteger nossos filhos?”

“✔ Monitorar o tempo e o conteúdo que seus filhos acessam.  
✔ Ensinar a não compartilhar informações pessoais.  
✔ Ter um diálogo aberto para que a criança se sinta segura em pedir ajuda.  
✔ Configurar o controle parental nos dispositivos.”

Slide 13 - “Quanto tempo de tela é saudável?”

**“**Crianças de 6 a 10 anos devem ter no máximo 2 horas de tela por dia, equilibrando com atividades físicas, estudo, lazer e interações sociais.**”**

Slide 14 – “O que acontece com o cérebro das crianças com o excesso de tela?”

“O sistema de recompensa do cérebro libera dopamina quando usamos telas. Mas, se essa liberação for constante e rápida, o cérebro pode se tornar resistente a essa sensação, tornando outras atividades menos interessantes e levando a sintomas como ansiedade, irritabilidade, falta de concentração e até depressão.”

Slide 15 – “Problemas na saúde mental e física”

✔ Risco de ansiedade e vício em tecnologia  
✔ Prejuízo no sono por causa da luz azul das telas (desligue as telas pelo menos 1 hora antes de dormir)  
✔ Problemas de visão e postura devido ao uso prolongado

✔Prejuízo ao Desenvolvimento Cognitivo e Aprendizado (memória, atenção, linguagem, raciocínio e resolução de problemas)

✔Redução da Socialização e do Desenvolvimento Emocional

Slide 16 – “Como ajudar seu filho a equilibrar o uso da internet?”

“Definir horários para o uso de telas, incentivar brincadeiras ao ar livre, leitura e tempo de qualidade em família.”

Slide 17 – “Lembrem-se: vocês são o principal exemplo para seus filhos”

“O comportamento online das crianças reflete o que elas veem em casa. Se os pais usam o celular o tempo todo ou compartilham informações sem cuidado, as crianças vão imitar. A melhor forma de protegê-las é sendo um exemplo positivo.”

**Possíveis perguntas a serem recebidas com as respostas adequadas**

**1. “Meu filho é muito pequeno. Será que ele entende essas coisas que você falou?”  
🟢 *Resposta:*  
Sim, as crianças pequenas entendem mais do que a gente imagina. Quando usamos uma linguagem simples e mostramos exemplos do cotidiano, elas conseguem compreender que algumas atitudes são perigosas e que sempre devem pedir ajuda a um adulto. O importante é começar desde cedo a educação digital, assim como ensinamos a atravessar a rua com cuidado.**

**2. “Mas meu filho não tem celular. Mesmo assim preciso me preocupar com isso?”  
🟢 *Resposta:*  
Sim, porque mesmo que ele não tenha um celular próprio, ele pode ter acesso através do celular dos pais, de parentes, na casa de amigos ou até mesmo na escola. Além disso, é importante prepará-lo desde cedo para o momento em que tiver acesso. Prevenção sempre é mais eficaz do que correção.**

**3. “Como posso proteger meu filho na internet sem invadir a privacidade dele?”  
🟢 *Resposta:*  
Com crianças pequenas, o ideal é que o uso da internet seja sempre supervisionado. Vocês podem assistir juntos, conversar sobre os conteúdos e usar ferramentas de controle parental. Não se trata de invasão de privacidade, mas de acompanhar e educar. À medida que a criança cresce, o diálogo será o principal caminho para equilibrar autonomia e proteção.**

**4. “O que faço se meu filho já viu algo impróprio na internet?”  
🟢 *Resposta:*  
O mais importante é não brigar ou gritar. Pergunte com calma o que ele viu, como se sentiu e mostre que pode sempre contar com você. Depois, oriente com carinho por que aquele conteúdo não é adequado e reforce os cuidados para a próxima vez. Também é bom verificar os aplicativos que ele acessa e ativar filtros de conteúdo.**

**5. “Como faço meu filho parar de ficar tanto tempo no celular?”  
🟢 *Resposta:*  
O excesso de telas pode ser prejudicial, mas a melhor forma de reduzir é oferecendo alternativas atrativas: brincadeiras, leitura, tempo ao ar livre, convivência em família. Evite usar o celular como recompensa ou castigo o tempo todo. Estabeleça horários para o uso, com pausas, e seja um exemplo: se os pais usam com equilíbrio, as crianças tendem a imitar.**

**6. “E se meu filho for vítima de cyberbullying ou de um golpe na internet?”  
🟢 *Resposta:*  
Oriente desde cedo que ele deve contar tudo o que o deixou triste ou com medo na internet. Se isso acontecer, mantenha a calma, acolha a criança e salve as evidências (prints, mensagens). Em alguns casos, é preciso procurar a escola, um psicólogo ou até registrar ocorrência. O mais importante é o apoio da família.**

**7. “O que devo falar pro meu filho quando ele pede um celular?”  
🟢 *Resposta:*  
Explique que o celular é uma ferramenta útil, mas que exige responsabilidade. Diga que você quer que ele aprenda a usá-lo com segurança e, quando chegar o momento certo, ele poderá ter um – com regras combinadas. Ofereça alternativas enquanto isso, como brincar com jogos educativos junto com um adulto.**