

## CIBERSEGURANÇA - Nível básico

A Cyber Security (Cibersegurança) é composta por ações e principalmente técnicas para assegurar a proteção dos sistemas, programas, redes e dados contra ataques maliciosos que visam expor vulnerabilidades e dados do alvo. Vamos apresentar algumas dicas para você não expor sua segurança e ensinar a como por elas em práticas para sua segurança.

- 1 - Crie senhas fortes e únicas para cada conta.
- 2 - Ative a autenticação em dois fatores (2FA).
- 3 - Mantenha seu software e antivírus atualizados.
- 4 - Desconfie de e-mails e mensagens suspeitas.
- 5 - Use uma conexão segura e evite redes Wi-Fi públicas.
- 6 - Não acessar sites piratas.
- 7 - Cuidado com o compartilhamento de informações pessoais.
- 8 - Faça backup dos seus dados.
- 9 - Desconecte-se de contas em dispositivos públicos.

Como vou criar uma senha forte? Para criar uma senha forte, você pode usar uma combinação de caracteres, por exemplo: @, \$, # ou letras maiúsculas e minúsculas, evite ao máximo usar combinações óbvias como: rick1234, faça senhas longas com uma diversidade de caracteres para a senha ficar mais forte.

Como posso ativar a verificação de duas etapas? Vá para a conta do Google, navegue até segurança, no painel de navegação, selecione segurança, ative a verificação em duas etapas, em “Como você faz login no Google”, clique em ativar a verificação em duas etapas. Como faço backup dos meus dados? (Nuvem) Para fazer backup na nuvem, comece escolhendo um serviço de nuvem, como Google Drive, Dropbox, OneDrive ou iCloud. Se ainda não tiver uma conta, acesse o site do serviço escolhido e crie uma.

Em seguida, você pode optar por instalar o aplicativo do serviço no seu computador ou dispositivo móvel, o que facilita o acesso. Organize os arquivos que deseja fazer backup em pastas para facilitar o gerenciamento. Depois, faça o upload dos arquivos. Se estiver usando a versão web, acesse o serviço pelo navegador e faça o upload dos arquivos desejados. Se estiver usando o aplicativo, você pode arrastar e soltar os arquivos na pasta do aplicativo de nuvem no seu computador. Se o serviço oferecer a opção de backup automático, considere

ativá-la para garantir que novos arquivos sejam salvos automaticamente. Após o upload, verifique sua conta na nuvem para confirmar que os arquivos foram carregados corretamente.

## **Quiz - Cibersegurança (Nível Básico)**

### **1. Qual das alternativas abaixo NÃO é uma boa prática de segurança digital?**

- a) Criar senhas únicas e fortes para cada conta.
- b) Utilizar redes Wi-Fi públicas para acessar contas bancárias.
- c) Ativar a autenticação em duas etapas.
- d) Manter o antivírus sempre atualizado.

**Resposta correta: b**

### **2. O que caracteriza uma senha forte?**

- a) Conter apenas números e ser curta.
- b) Ter combinações simples como "meunome123".
- c) Ser longa e conter letras maiúsculas, minúsculas, números e caracteres especiais.
- d) Ser igual em todas as contas para facilitar a memorização.

**Resposta correta: c**

### **3. Para fazer backup dos seus dados na nuvem, você deve:**

- a) Compartilhar seus arquivos em redes sociais.
- b) Utilizar redes públicas para transferir os dados.
- c) Escolher um serviço de nuvem confiável e fazer upload dos arquivos.
- d) Enviar os arquivos por e-mail para si mesmo.

**Resposta correta: c**