

# Guia Rápido - Segurança Digital e Privacidade

Resumo do que você precisa observar antes de praticar as atividades deste módulo:

- Crie senhas longas e exclusivas
- Ative verificação em duas etapas nos principais apps
- Atualize antivírus e sistema semanalmente
- Guarde contatos de emergência digital para suporte rápido

*Use este material como lembrete rápido durante as aulas e marque quais etapas já realizou.*