



**ins@fe**  
Better Internet  
for Kids

internet  
**seguraopt**



**INTERNETSEGURA**  
800 21 90 90

#SAFERINTERNET4EU  
#BACK2SCHOOL

# ONLINE SAFETY

resources from the Insafe network  
of Safer Internet Centres



**Sexting**

Nem sempre é fácil dizer adeus às férias, à praia ou às brincadeiras de verão e regressar à escola. Para tornar o regresso às aulas mais fácil e divertido preparamos um conjunto de dicas e de recursos para uma navegação segura e consciente da Internet.

*Sexting* é o ato de partilha de conteúdos de cariz erótico e/ou sexual, através de um meio eletrónico, geralmente um smartphone. A esta temática está associado o envio de *nudes*: imagens que exibem um corpo despido, podendo ou não serem exibidas zonas genitais de forma explícita.

O comportamento associado ao envio de conteúdos sexuais online é bastante frequente em jovens e adultos. Vários dados indicam que este comportamento ocorre em idades cada vez mais precoces, a par com a utilização das tecnologias. Embora esta informação possa deixar alguns pais preocupados, é importante compreender que optar por uma atitude que promove a abstinência destes comportamentos junto de jovens, pode ter resultados adversos. Ainda que possa ser motivada pela intenção de manter um menor mais seguro, esta atitude pode dissuadir uma vítima de, por exemplo, extorsão ou partilha não consensual de conteúdos íntimos, a procurar ajuda e confiar num adulto, por recear ser julgado pela sua prática.

Assim, se pretende prevenir os riscos associados ao Sexting, converse com os seus filhos, adotando uma abordagem que promova uma prática de sexting mais segura e saudável:

- 1) Sempre que criares um conteúdo de cariz sexual, certifica-te que este não te identifica (corta o rosto, sinais, tatuagens e elementos do cenário que te possam identificar);
- 2) Aprende a utilizar aplicações que eliminem os conteúdos enviados de forma temporizada, mas compreende que estas não impedem que outros utilizadores façam capturas de ecrã. Faz limpezas regulares ao histórico destas aplicações;
- 3) Nunca partilhes nenhum conteúdo que não seja teu e para o qual não tenhas o consentimento explícito para o fazer;
- 4) Lembra-te que se algo correr mal, podes confiar num adulto responsável e/ou na Linha Internet Segura, para te apoiar e esclarecer.

Este recurso faz parte da campanha da rede europeia Insafe [#back2school](https://www.back2school.org/). Encontra os restantes postais da campanha em <http://www.internetsegura.pt/campanha-back2school>. Aqui também poderás encontrar recursos do Centro Internet Segura, dedicados a este tema: “[Net com Consciência: Reputação Online](#)”, “[Net com Consciência: Sexting](#)” e “[Conheces os Riscos das Relações Online?](#)”.

# Recursos



Conheces os **riscos**  
das  
**relações**  
**online?**



#BACK2SCHOOL

# ONLINE SAFETY

resources from the  
of Safer Internet C



ins@fe

Better Internet  
for Kids

internet  
seguraopt

linha   
INTERNETSEGURA  
800 21 90 90

