

# PASSWORD: A TUA PRIMEIRA DEFESA VIRTUAL!

A primeira coisa que aprendemos quando utilizamos um computador pela primeira vez, é a necessidade de criar uma conta de utilizador e password, de forma a proteger os nossos dados. Na verdade, todas as nossas contas em websites e outros serviços online, estão protegidas por password – trata-se de um mecanismo base para confirmarmos a nossa identidade.

Ficam algumas dicas para escolheres, fortaleceres e protegeres a tua password.

## Número de caracteres

A tua password deve ter, pelo menos, 6 caracteres que incluam letras maiúsculas e minúsculas, números e símbolos. Facilmente vais conseguir encontrar e adaptar uma palavra a este critério de segurança, por exemplo: “Segurança” > “seGuRAnça” > “53GuR4nça” > “53G\_r4nça”.

## Que palavras utilizar

Ainda há muitos utilizadores que optam por passwords como “12345”, “login” ou “password”, o que os deixa mais vulneráveis a ataques e invasões. Não debes utilizar este tipo de passwords óbvias, nem aquelas que consistam em nomes próprios ou datas especiais. Uma técnica para evitares este



problema é transformares uma frase com que te identifies numa password. Por exemplo: “Eu gosto de desenhos animados.” > “EuGostoDesenhosAnimados” > “EuGosDesAni” > “E\_G05D3s4n!”.

## Partilha de passwords

Não partilhes a tua password com ninguém. Trata-se de informação pessoal e sensível. Mesmo que seja uma password de um jogo ou de outro serviço, não a partilhes!

## Uma password por conta

Não utilizes a mesma password para todos os serviços/contas que utilizas. Em vez disso, cria uma password por cada serviço/conta.

## Guardar uma password

Caso tenhas receio de não te lembrares de todas as tuas passwords, utiliza um gestor de passwords. Assim, só tens de te lembrar daquela que criaste para aceder a este programa. Todas as outras passwords ficam registadas e encriptadas nesta aplicação. Nunca registes as tuas passwords em papel, nem em nenhum documento desprotegido.

## Cuidados adicionais

Para além disto, debes ter cuidado com as aplicações que instalas no computador ou noutros dispositivos, de forma a evitar que programas maliciosos se alojem no sistema e que registem as passwords que utilizas. Lembra-te que é importante utilizar um bom antivírus e mantê-lo atualizado.

## Dúvidas

Sempre que tiveres alguma questão sobre como proteger a tua privacidade ou outras questões relacionadas com a tua segurança online, contacta a Linha Ajuda através do número azul 808 91 90 90. Navega em Segurança!

# Linha Ajuda

internet

segura●pt 808 91 90 90

linhaajuda@internetsegura.pt

