LIGUE 180
Central de Atendimento à Mulher

PACTO NACIONAL
BRASIL CONTRA O FEMINICÍDIO

CONECTADAS E SEGURAS



GUIA DE SUPERVISÃO PARENTAL

PARA O CUIDADO E A PROTEÇÃO DE MENINAS NOS AMBIENTES DIGITAIS

SECRETARIA DE COMUNICAÇÃO SOCIAL

MINISTÉRIO DAS MULHERES

GOVERNO DO BRASIL
DO LADO DO POVO BRASILEIRO

CONECTADAS E SEGURAS

GUIA DE SUPERVISÃO PARENTAL
PARA O CUIDADO E A PROTEÇÃO DE
MENINAS NOS AMBIENTES DIGITAIS

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)

Sousa, Janara Kalline Leal Lopes de
Conectadas e seguras : guia de supervisão parental para o cuidado e a proteção de meninas nos ambientes digitais / Janara Kalline Leal Lopes de Sousa, Andressa Mendes Cruz Feliz, Almerinda Lopes Pinto Vasconcelos ; ilustrações Giulia Blainner Souza Silva. -- Brasília, DF : Ministério das Mulheres, 2026.

ISBN 978-65-970114-1-4

1. Adolescentes 2. Direito da criança e do adolescente 3. Direito digital 4. Parentalidade 5. Supervisão 6. Violência contra crianças - Prevenção I. Feliz, Andressa Mendes Cruz. II. Vasconcelos, Almerinda Lopes Pinto. III. Silva, Giulia Blainner Souza. IV. Título.

26-415575.0 CDU-347.157.1(81)(094)

Índices para catálogo sistemático:

1. Direito da criança e do adolescente : Brasil
347.157.1(81)(094)

Maria Alice Ferreira - Bibliotecária - CRB-8/7964

Luiz Inácio Lula da Silva

Presidente da República

Geraldo Alckmin

Vice-presidente da República

MINISTÉRIO DAS MULHERES

Márcia Helena Carvalho Lopes

Ministra de Estado das Mulheres

Eutália Barbosa Rodrigues Naves

Secretária-Executiva

Sandra Kennedy Viana

Secretária Nacional de Articulação Interseto-rial e Interfederativa e Participação Política

Joana Célia dos Passos

Secretária Nacional de Autonomia Econômica e Política de Cuidados

Estelizabel Bezerra de Souza

Secretária Nacional de Enfrentamento à Violência contra Mulheres

FICHA TÉCNICA

Coordenação editorial
Janara Sousa

Texto
Janara Sousa
Andressa Feliz
Almerinda Vasconcelos

Revisão
Juliana Toledo

Diagramação
Bruna de Jesus Nascimento

Projeto gráfico
Giulia Blainner Souza Silva

Apoio
Instituto Brasileiro Internet e Direitos Humanos - IBIDH

Brasília
Novembro, 2026

APRESENTAÇÃO

A conversa da escola continua no grupo de mensagens. Uma dúvida vira pesquisa, uma brincadeira ganha forma de vídeo e uma amizade encontra espaço no jogo. Você provavelmente reconhece essas cenas. Em 2025, 92% das crianças e adolescentes brasileiros de 9 a 17 anos usavam a internet, segundo a pesquisa TIC Kids Online Brasil. **A vida digital já faz parte da rotina de quem cresce hoje.**

E essa relação começa cedo: entre os usuários dessa faixa etária, 28% haviam acessado a rede pela primeira vez até os seis anos. Além disso, 84% usavam a internet mais de uma vez por dia. Nesse cotidiano, as meninas descobrem interesses e encontram pessoas com quem conversar. **Como acompanhar tantas experiências, algumas tão diferentes daquelas que vivemos na nossa infância?**

Essa pergunta ganha urgência quando olhamos para o que pode machucá-las. Na TIC Kids Online Brasil 2024, **uma em cada três meninas de 9 a 17 anos que usavam a rede relatou situações ofensivas, de que não gostou ou que a chatearam.** As humilhações por ser menina e a pressão por imagens íntimas merecem atenção. Uma agressão recebida pelo celular pode afetar o sono, as amizades e a vontade de ir à escola.

Agora, imagine que ela queira contar o que aconteceu. Há espaço em casa para essa conversa? Ela se sente segura para pedir ajuda, mesmo quando teme perder o

celular ou ouvir um "eu avisei"? A maneira como você reage pode abrir espaço para o relato. Mesmo que tenha enviado uma imagem ou descumprido uma regra, ela precisa encontrar acolhimento e saber que a responsabilidade pela violência é de quem a pratica.

A supervisão parental se constrói nessas conversas, no interesse pelo que a menina ou a adolescente vive e nos combinados que acompanham seu crescimento. As famílias também precisam de apoio. A escola, as plataformas digitais e os serviços públicos têm responsabilidades nesta proteção.

Foi pensando nesse cuidado que preparamos **Conectadas e Seguras: Guia de supervisão parental para o cuidado e a proteção de meninas nos ambientes digitais.** Nas próximas páginas, vamos conversar sobre confiança e formas de violência, discutir como acolher um relato e buscar ajuda. A parte prática mostra como configurar recursos nos aparelhos. Uma lista de cuidados e os canais de atendimento facilitam a consulta. Queremos que meninas e adolescentes aproveitem as possibilidades da vida digital e encontrem apoio quando precisarem dizer: "Preciso conversar com você".

SUMÁRIO

Apresentação

01 Por que um guia de supervisão parental voltado às meninas?

02 O que significa acompanhar e proteger?

03 Como construir uma relação de confiança?

04 Como reconhecer a violência digital contra meninas?

05 Ela pode estar sofrendo violência. Como ajudar?

06 Com quem contar e quais direitos exigir?

07 Como as ferramentas de supervisão podem ajudar?

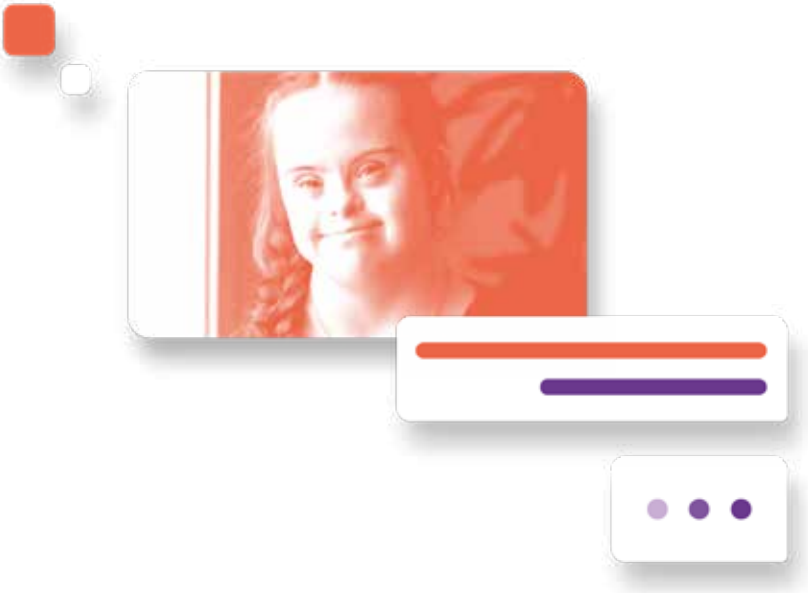
08 Passo a passo para configurar os aparelhos

09 Vamos conferir os cuidados e combinados?

10 Canais de ajuda e denúncia

01

POR QUE UM GUIA DE SUPERVISÃO PARENTAL VOLTADO ÀS MENINAS?



“Você vai tirar meu celular se eu contar?”

A pergunta talvez venha de uma menina que recebeu uma ameaça, teve uma fotografia compartilhada sem autorização ou recebeu conteúdo sexual sem ter pedido. Antes de procurar ajuda, ela tenta descobrir se encontrará acolhimento ou se terá de se defender de acusações pelo que aconteceu.

Se ela já ouviu que perderia o celular caso algo desse errado, pedir ajuda se torna mais difícil. Ao se interessar pelo que ela vive nesses espaços, você ajuda a abrir a conversa e a procurar apoio.

QUANDO SER MENINA VIRA MOTIVO DE AGRESSÃO

Uma menina entra numa partida e, quando sua voz é ouvida, começam os comentários sexuais. Outra menina publica uma opinião e recebe ofensas sobre sua aparência. Em um grupo da escola, uma fotografia passa a circular acompanhada de humilhações. Essas situações mostram como as ideias sobre o corpo e o comportamento das meninas atravessam suas experiências digitais.

No Brasil, a pesquisa "Liberdade on-line?", divulgada pela Plan International em 2020, ouviu 500 adolescentes e mulheres jovens, de 15 a 25 anos. Entre as participantes, 77% disseram já ter sofrido assédio nas redes sociais. Insultos, perseguição e ameaças de violência sexual estavam entre as agressões investigadas.

Experiências assim podem levar meninas a reduzir sua participação nesses espaços, afastando-as de amizades e atividades importantes. Por isso, o cuidado precisa considerar o que significa crescer sendo menina. O julgamento sobre suas roupas, a sexualização de uma fotografia e a cobrança para demonstrar afeto podem impactar sua liberdade. Reconhecer essas pressões ajuda a família a compreender o sofrimento e a responder à violência, sem transformar o comportamento dela no centro da acusação.

Essas pressões também aparecem nas relações afetivas e podem passar despercebidas quando são apresentadas como cuidado. Alguém pode exigir a senha do celular ou cobrar a localização como prova de afeto. Se ela sente medo de recusar ou sofre ameaças quando recusa, há sinais de controle e violência.

Os pedidos de imagens íntimas também precisam entrar na conversa. Na TIC Kids Online Brasil 2025, 6% das meninas de 11 a 17 anos que usavam a internet relataram ter recebido, nos 12 meses anteriores à pesquisa, pedidos de fotos ou vídeos em que aparecessem nuas.

"Se você gosta de mim, manda uma foto." Um pedido assim pode evoluir para insistência e ameaça. Quem recebeu uma imagem pode tentar conseguir outras usando o medo da exposição. Também existem montagens feitas por inteligência artificial que fabricam cenas de nudez a partir de fotografias comuns.

Receber fotos, vídeos ou mensagens sexuais contra a própria vontade também é uma forma de violência. Em qualquer dessas situações, a menina precisa encontrar apoio para interromper a violência e lidar com seus efeitos.

Começar a conversa com "por que você mandou?" ou "por que você respondeu?" faz com que a menina sinta que precisa se defender. Ter confiado em alguém ou enviado uma fotografia jamais autoriza outra pessoa a ameaçá-la ou expô-la. Ouvir com calma permite compreender de que ajuda ela precisa.

UM CUIDADO QUE CONSIDERE CADA MENINA

O apoio de que uma menina precisa depende também de suas condições de vida. Uma menina negra pode sofrer ataques que combinam racismo e ofensas por ser menina. Quem tem deficiência pode precisar de orientações acessíveis e apoio para utilizar um canal de denúncia. Quem compartilha o celular com outras pessoas da casa pode ter dificuldade para procurar ajuda com privacidade.

A idade e a experiência com os aparelhos também orientam esse apoio. Uma menina que começa a jogar precisa de um adulto por perto para conhecer as funções do aplicativo. Uma adolescente pode precisar conversar sobre a pressão de um grupo ou uma relação afetiva. Ao construir os combinados, considere seus interesses, o que já consegue decidir e em quais situações ainda precisa de ajuda.

Na conversa, pergunte o que está sendo difícil e como ela prefere se expressar. Talvez queira escrever, mostrar uma mensagem ou procurar primeiro uma professora. Ter outras pessoas de confiança amplia os caminhos de apoio. Cabe aos adultos construir condições para que ela seja ouvida e encontre ajuda adequada à sua realidade.

As meninas têm direito de aproveitar a vida digital e encontrar apoio quando algo as machuca. A supervisão parental fortalece esse cuidado na presença e na conversa. Aquela pergunta do começo precisa encontrar uma resposta acolhedora: “Pode me contar. Vamos cuidar disso”.



02

O QUE SIGNIFICA ACOMPANHAR E PROTEGER?

“Olha o que eu consegui fazer nesse jogo!”

A menina aproxima o celular e quer mostrar uma conquista. Perguntar como funciona, com quem joga ou o que mais gosta de fazer abre espaço para conhecer uma parte da sua vida. Essas pequenas conversas ajudam a construir um acompanhamento que faça sentido para ela.

A supervisão parental é o acompanhamento da vida digital por mães, pais e outros responsáveis. Envolve conhecer as experiências da menina, orientá-la nas escolhas e oferecer apoio quando algo se torna difícil. Nesse acompanhamento, os limites precisam ter um motivo claro e ser discutidos com ela, de acordo com sua idade.

A internet pode ser um lugar maravilhoso para aprender, criar e encontrar pessoas. Porém, também é um ambiente ambíguo: uma conversa que começa de forma acolhedora pode gerar pressão ou constrangimento.

Pense em quando uma menina começa a circular pela cidade: quais caminhos percorrer, que lugares são mais tranquilos e quais horários pedem mais cuidado? Nos ambientes digitais, também precisamos conhecer os espaços e conversar sobre como participar deles.

As meninas têm direito de se informar, se comunicar, aprender, brincar e participar da vida social. Uma pesquisa para a escola, uma conversa com as amigas ou uma

partida de jogo também são formas de exercer esses direitos. Proibir o uso da internet afeta esses direitos e pode afastá-las de experiências importantes para seu desenvolvimento.

O objetivo da supervisão parental é sustentar essa participação com segurança. Os combinados devem incluir horários e cuidados adequados à idade, com espaço para explicar os motivos e ouvir a menina.

Os recursos dos aparelhos ajudam a definir horários, autorizar compras ou revisar quem tem acesso à localização. A conversa permite compreender o que acontece nas relações: como ela se sente num grupo, por que deixou de gostar de um jogo ou se alguém está ultrapassando seus limites.



Nos **menus dos aparelhos**, você encontrará os nomes **"controle parental" e "controles da família".** Esses recursos técnicos apoiam o acompanhamento e serão apresentados no **capítulo 8.**



CINCO ASPECTOS PARA ORIENTAR ESSE CUIDADO

Os aspectos a seguir ajudam a construir caminhos de cuidado. São pontos de partida, abertos às necessidades de cada família e ao que a menina está vivendo.

Conheça o que faz parte da vida dela

Demonstre interesse pelos jogos, vídeos e comunidades de que gosta. Convide-a a mostrar um perfil que acompanha e a contar o que chama sua atenção ali. Pergunte também sobre o que a incomoda, dando tempo para que conte com as próprias palavras.

Explique o que será acompanhado

Antes de ativar uma ferramenta, explique para que ela serve e quais informações ficarão acessíveis a você. Escute o que a menina pensa sobre esse acompanhamento. Se houver compartilhamento de localização, combine quem poderá consultá-la e em quais situações.

Cuidar da privacidade

Mensagens, fotografias e informações pessoais merecem respeito. A menina também precisa de espaço para conversar com amigas e desenvolver suas relações. Conhecer sua rotina e ajudá-la a proteger os dados são formas de cuidado. Uma preocupação concreta pode exigir maior acompanhamento, com motivo explicado e limites claros.

Adeque o apoio à idade e às necessidades

Uma menina mais nova pode precisar de ajuda para entender uma oferta de compra dentro de um aplicativo. Uma adolescente pode avaliar com você se vale a pena permitir que um aplicativo tenha acesso aos seus contatos. Acompanhe o que ela já consegue fazer e em que ainda precisa de apoio, considerando eventuais necessidades de acessibilidade. Ao assumir decisões com apoio, ela desenvolve autonomia.

Reveja os combinados

Uma regra que fazia sentido antes pode precisar de ajuste. A troca de aparelho, um novo aplicativo ou uma mudança na rotina são oportunidades para retomar a conversa. Combine quando os limites serão revistos e explique quais restrições podem ser retiradas conforme ela desenvolve condições de decidir com mais segurança.



O QUE A FAMÍLIA PUBLICA TAMBÉM IMPORTA

Uma brincadeira vira vídeo e alguém pede que a menina faça uma pose ou repita uma fala sexualizada para atrair mais visualizações. Esse é um exemplo de **"adultização":** a menina é levada a reproduzir comportamentos e a atender expectativas próprias da vida adulta.

Antes de gravar ou publicar, pense no que está sendo incentivado e no que aquela imagem expõe. Converse com ela e respeite seu desconforto ou sua recusa. Mesmo quando ela quiser participar, cabe ao adulto avaliar a exposição e proteger sua intimidade.



QUANDO O ACOMPANHAMENTO PRECISA MUDAR

Se a menina relata uma ameaça ou demonstra medo de alguém com quem conversa, é necessário acompanhá-la mais de perto e procurar ajuda. Explique o motivo e os limites desse acompanhamento. Ela precisa perceber que receberá proteção ao contar o que aconteceu.

Depois da situação mais urgente, converse com ela sobre os cuidados que ainda precisam continuar e os limites que podem ser revistos.

03

COMO CONSTRUIR UMA RELAÇÃO DE CONFIANÇA?

“Quero entrar nesse grupo.”

A menina encontrou pessoas com interesses parecidos com os dela. Que tal conhecer esse espaço com ela? Pergunte com quem vai conversar e compartilhe suas dúvidas e cuidados.

Explique os riscos que preocupam você e por que pretende acompanhar aquele espaço para protegê-la. Diga o que poderá ver e em quais situações. Depois, escute as preocupações dela.

Essa conversa ajuda a construir um pacto de cuidado. Combine com ela como agir diante de pedidos insistentes de informações pessoais e como pedir ajuda. Diga o que você fará quando ela procurar apoio.

Se ela contar algo em particular, preserve sua privacidade. Transformar a história em assunto entre parentes ou motivo de piada pode envergonhá-la.

Se você perdeu a paciência e encerrou uma conversa, volte atrás: “Eu me exaltei. Quero ouvir o que você estava tentando me dizer”. Reconhecer o erro e mudar a atitude ajuda a reparar o que aconteceu.

VAMOS ABRIR ESSA CONVERSA?

O que precisamos combinar para você se sentir segura nesse espaço?

O que eu faço que ajuda ou atrapalha a nossa conversa?

O que cada um de nós pode fazer para que esse pacto funcione?



Ouça até o fim. Talvez ela queira contar só uma parte ou precise de companhia antes de pensar numa solução. **Pergunte como ajudar.** Se precisar interromper a conversa, combine quando vão retomá-la e cumpra o combinado.

Conte também como você se cuida na internet: "Quando chega uma mensagem estranha, eu paro para conferir antes de responder. Também penso antes de repassar uma notícia". Pergunte quais cuidados ela já adota. O aprendizado é conjunto.

Quando precisar buscar outra pessoa para protegê-la, converse com a menina sobre quem será procurado e quais informações serão compartilhadas. Explique as próximas providências e ouça suas dúvidas.



04

COMO RECONHECER A VIOLÊNCIA DIGITAL CONTRA MENINAS?

“Era só brincadeira.”

Você já ouviu essa resposta depois que alguém se sentiu ferido? Ao conversar com a menina, procure entender o que foi dito ou feito e quais limites foram desrespeitados. Uma ameaça ou uma exposição pode exigir proteção mesmo que tenha acontecido uma única vez.

Reunimos alguns dos tipos de violência digital mais comuns contra meninas. Eles podem ocorrer em conversas com pessoas próximas ou com desconhecidos e aparecer juntos numa mesma situação.

Converse sobre essas situações com a menina, usando exemplos do cotidiano adequados à idade. Pergunte o que ela já sabe e como pediria ajuda. **Essa conversa ajuda a prepará-la para reconhecer uma violência.**

ASSÉDIO E PRESSÃO SEXUAL

Uma pessoa faz comentários sexuais sobre o corpo da menina ou envia imagens íntimas que ela não quer receber. Pode também pressioná-la a mandar fotos ou a mostrar partes íntimas do corpo em uma chamada de vídeo. Leve a sério o constrangimento ou o medo que ela relata.

O envio de imagens ou vídeos pornográficos a uma menina, sem o consentimento dela e com a intenção de obter prazer sexual, pode configurar **crime de importunação sexual.** Quem leva uma menina com menos de 14 anos a tocar as próprias partes íntimas de forma sexual ou a praticar outros atos sexuais para satisfazer o agressor pode responder por estupro de vulnerável, **mesmo que isso aconteça pela internet, sem contato físico.**

ALICIAMENTO E MANIPULAÇÃO

Alguém oferece atenção, presentes ou vantagens num jogo para conquistar a confiança da menina e depois obter imagens íntimas ou marcar encontros. Essa aproximação também pode partir de uma pessoa conhecida. Conversas privadas precisam ser compreendidas pelo contexto: pedidos sexuais, segredos impostos e tentativas de afastá-la das pessoas de confiança exigem atenção.

CHANTAGEM E EXPOSIÇÃO DA INTIMIDADE

Uma imagem, conversa ou montagem pode ser usada para exigir dinheiro, novos conteúdos ou obediência. Essa chantagem sexual é chamada de **sextorsão**. Ter enviado uma foto antes não obriga a menina a atender a novas exigências.

Também há violência quando alguém registra ou divulga sua intimidade sem autorização. **Ferramentas de inteligência artificial podem fabricar cenas de nudez a partir de fotografias comuns.** O conteúdo falso provoca humilhação e alimenta ameaças. A menina precisa de apoio mesmo quando a imagem foi inventada.

Usar uma fotografia da menina para fabricar uma cena de sexo ou de nudez com finalidade sexual é crime, inclusive quando se usa inteligência artificial. **O artigo 241-C do Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA) trata dessa violência. Procure a Polícia Civil para relatar o ocorrido.**

PRESSÕES PARA SE MACHUCAR

Uma pressão para se ferir ou colocar a própria vida em risco exige atenção imediata. Ela pode aparecer como desafio, ameaça ou condição para continuar num grupo. **Incentivar uma menina a se machucar ou tirar a própria vida pode configurar crime de induzimento ou instigação à automutilação ou ao suicídio.** Procure apoio de saúde e proteção. **Se houver risco imediato à saúde ou à vida, ligue 192 ou procure um serviço de emergência.**

AMEAÇAS, PERSEGUIÇÃO E CONTROLE

Mensagens que anunciam agressões, ameaçam familiares ou prometem exposição humilhante são formas de intimidação. A perseguição pode envolver monitoramento da rotina e contatos insistentes após uma recusa.

Exigir respostas imediatas, controlar amizades ou acessar contas às escondidas também merece atenção. Programas espiões podem ser usados para acompanhar mensagens e localização. São práticas que invadem a privacidade e reduzem a liberdade da menina.

EXPOSIÇÃO DE DADOS E PERFIS FALSOS

O endereço de casa ou da escola, número de telefone e trajetos podem ser divulgados para intimidar ou colocar a menina em risco. A **divulgação de dados pessoais com essa finalidade** é conhecida como **doxxing**. Uma publicação que mostra onde ela estuda, acompanhada de ameaças, exige atenção imediata.

HUMILHAÇÕES, DISCRIMINAÇÃO E ATAQUES COLETIVOS

Boatos, apelidos ofensivos e montagens podem ser usados para humilhar uma menina e tentar afastá-la de um grupo. Ataques repetidos para humilhar, intimidar ou isolar uma menina no ambiente digital podem configurar o crime de **cyberbullying.** Várias pessoas podem combinar ofensas e usar diferentes perfis para espalhá-las. Isso amplia o alcance das agressões.

Comentários que apresentam meninas como inferiores ou indesejadas em um grupo expressam misoginia, uma forma de hostilidade contra mulheres e meninas. Uma menina negra ou indígena pode sofrer ataques que combinam racismo e misoginia. É preciso reconhecer as duas formas de violência para compreender o que ela viveu.

Ofensas dirigidas à raça, à cor ou à etnia da menina podem configurar injúria racial, tratada pela lei como crime de racismo. **Acusá-la falsamente de ter cometido um crime pode configurar calúnia. Divulgar fatos que prejudiquem sua reputação pode configurar difamação.**

Ao reconhecer uma dessas situações, converse com a menina para entender como ela está e de que apoio precisa. O próximo capítulo apresenta caminhos para acolher o relato e buscar ajuda.

05

ELA PODE ESTAR SOFRENDO VIOLÊNCIA. COMO AJUDAR?

A notificação chega e a menina fica tensa.

Depois, pede para trocar de número. Você percebe uma mudança, mas ainda não sabe o que está acontecendo. Como se aproximar?

Se houver perigo imediato que exija intervenção policial, como uma **agressão física ou sexual em andamento, ligue 190.** É o número de emergência da **Polícia Militar.**

Se ela precisar de **atendimento médico urgente, acione o SAMU pelo 192 ou procure um serviço de emergência.** O atendimento de saúde também faz parte da proteção.

Em uma situação sem perigo imediato, comece pela escuta e procure apoio. A escola, os serviços de saúde e o Conselho Tutelar podem participar do cuidado. Havendo suspeita de crime, procure a Polícia Civil para relatar o ocorrido.

QUANDO ELA AINDA NÃO CONSEGUE CONTAR

As mudanças precisam ser compreendidas no contexto. Ficar mais quieta, demonstrar tristeza ou mudar a rotina também pode ter relação com a escola, as amizades ou o desenvolvimento. Procure entender o que está acontecendo, sem tirar conclusões precipitadas.

Choro depois de receber mensagens, medo de abrir notificações ou pedidos para trocar de número justificam uma conversa cuidadosa. Presentes virtuais sem explicação e afastamento de jogos ou grupos que antes frequentava também merecem atenção, sobretudo quando aparecem junto de medo ou ameaças.

Você pode começar assim: “Percebi que você ficou preocupada depois daquela mensagem. Quer conversar comigo?” Se ela preferir não falar naquele momento, reafirme sua disponibilidade e ofereça a possibilidade de procurar outra pessoa de confiança.

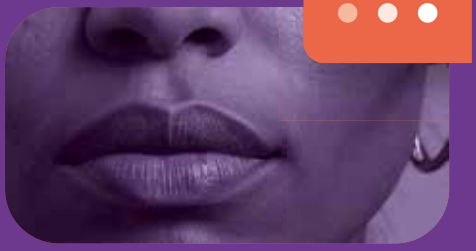


SE ELA DECIDIR FALAR



Deixe que conte o que aconteceu no próprio ritmo. Escute antes de examinar conversas ou exigir detalhes. Evite interrogatórios e acusações. Você pode dizer: "Eu estou aqui para ajudar você. A responsabilidade é de quem fez isso".

Ela precisa saber que você vai ajudá-la a encontrar uma saída. Converse sobre o acesso necessário às ae explique cada medida. Evite transformar as providências em castigo ou restrições sem relação com o que aconteceu.



GUARDAR INFORMAÇÕES COM SEGURANÇA

Quando houver imagens sexuais de crianças ou adolescentes, não baixe, copie ou encaminhe esse material para "guardar prova". Preserve as conversas no aparelho e anote os dados do perfil e o endereço do conteúdo, quando houver. **Peça à Polícia Civil orientação para guardar as informações com segurança.**

Em conversas sem esse tipo de imagem, registre as ameaças ou ofensas por capturas de tela, quando for possível e seguro. Inclua o nome do perfil, a data e o contexto. Guarde os registros completos, sem cortes ou edições, em local protegido.

Use os recursos da plataforma para bloquear, restringir e denunciar perfis, conforme o caso. Antes, registre com segurança as informações que puder. Se o risco exigir uma ação imediata, priorize a proteção da menina.

O CUIDADO CONTINUA

Depois de acolher o relato e buscar ajuda, procure saber como ela está e se recebeu novos contatos ou ameaças. Combine o retorno à escola, quando necessário, e acompanhe os encaminhamentos dos serviços. Se o sofrimento persistir, busque atendimento de saúde.

Cuide da privacidade do relato. Compartilhe o necessário com quem participará da proteção e evite pedir que a menina repita a história para diferentes parentes. Explique a ela quem será procurado e o que acontecerá a seguir.

Se o suspeito for alguém da própria casa ou da família, procure apoio fora dessa relação, como o Conselho Tutelar ou a Polícia Civil. Se houver indícios de que o aparelho está sendo monitorado, busque orientação usando um aparelho ao qual essa pessoa não tenha acesso, antes de mudar senhas ou ajustes que possam alertá-la.

06

COM QUEM CONTAR E QUAIS DIREITOS EXIGIR?

“Preciso ir à delegacia ou conversar com a escola?”

Uma mesma situação pode exigir apoio de diferentes serviços. Conhecer o papel de cada um ajuda a buscar proteção e acompanhar o que está sendo feito. Você pode procurar orientação mesmo sem saber o nome jurídico da violência.

A ESCOLA PARTICIPA DESSE CUIDADO

Se uma humilhação começou no grupo da turma e passou a afetar a convivência, procure a equipe escolar. A violência pode ter acontecido fora dos seus muros e, ainda assim, exigir medidas de proteção na escola. Peça uma conversa reservada sobre o ocorrido e sobre como evitar novas agressões.

Combine quem acompanhará a situação e quando vocês voltarão a conversar. A escola também tem um papel preventivo: trabalhar educação digital, respeito às diferenças e enfrentamento do bullying e do ciberbullying. A menina deve participar dessas decisões sem ser exposta diante da turma.

CADA SERVIÇO TEM UMA FUNÇÃO

Os caminhos ao lado ajudam a orientar a busca. Os serviços precisam atuar juntos, conforme as necessidades da menina e a organização da rede local.



Conselho Tutelar:

Atua diante de ameaça ou violação de direitos. Pode aplicar medidas de proteção e requisitar serviços públicos necessários ao atendimento.



Saúde:

A unidade básica de saúde pode avaliar os efeitos físicos e emocionais da violência e orientar o acesso a outros cuidados. Situações urgentes exigem atendimento de emergência.



Assistência social:

O Centro de Referência Especializado de Assistência Social (CREAS) oferece orientação e acompanhamento a pessoas e famílias que vivem situações de violência ou outras violações de direitos.



Polícia Civil:

Recebe o relato e investiga suspeitas de crime. Procure uma delegacia, preferencialmente especializada. As formas de atendimento e registro eletrônico variam entre os estados.

AJUDA PARA EXIGIR OS DIREITOS DELA

A **Defensoria Pública** oferece orientação e assistência jurídica gratuitas, conforme seus critérios de atendimento. Pode ajudar a pedir medidas de proteção e a exigir os direitos da menina.

O **Ministério Público** também é uma opção quando os direitos das meninas e adolescentes são violados. Isso inclui situações em que uma instituição deixa de oferecer a proteção necessária ou uma plataforma descumpre suas obrigações.

Se houver recusa ou dificuldade de atendimento, anote o serviço procurado, a data e a resposta recebida. Peça uma explicação sobre o encaminhamento e procure a ouvidoria do serviço ou o apoio desses órgãos. A família precisa saber quem dará continuidade ao cuidado.

PROTEÇÃO PARA INTERROMPER AS AMEAÇAS

Quando a violência está ligada ao fato de ela ser menina, é possível pedir medidas protetivas de urgência. São ordens da Justiça para impedir novas agressões. Elas podem proibir o agressor de se aproximar ou fazer contato, inclusive pela internet. Essa proteção também pode alcançar situações em que o agressor é alguém de fora da família ou de uma relação afetiva.

É possível pedir essa proteção mesmo sem boletim de ocorrência. Ao buscar atendimento, peça orientação sobre o pedido e sobre como acompanhar as providências.

AS PLATAFORMAS TAMBÉM TÊM DEVERES

Quem oferece redes sociais, jogos e outros serviços usados por crianças e adolescentes também tem deveres de proteção. O **ECA Digital** exige cuidados com a privacidade e recursos de supervisão parental. Você pode cobrar informações claras, em português, sobre esses cuidados e sobre como comunicar uma violação.

Há conteúdos que a plataforma deve retirar assim que recebe a comunicação, sem exigir ordem judicial. É o caso, por exemplo, de material de exploração sexual ou que incentive violência contra crianças e adolescentes. Use o canal da plataforma, identifique o conteúdo e informe quem faz o pedido. **Se precisar de orientação, procure a Defensoria Pública.**

Se a empresa descumprir o ECA Digital, você pode denunciar à Agência Nacional de Proteção de Dados (ANPD). Entre em www.gov.br/anpd e procure a página de denúncias do ECA Digital. Nela, acesse o Sistema de Requerimentos.

Outra opção é entrar na sua conta Gov.br e escolher a opção denúncia do ECA Digital. Conte o que aconteceu e anexe registros seguros, se houver. O serviço é gratuito. Para acompanhar o pedido, consulte Minhas Solicitações.

A ANPD reúne as denúncias para identificar falhas e fiscalizar as empresas. Essa análise, em geral, é coletiva. Para atendimento individual à menina, procure a rede de proteção apresentada neste capítulo. **Havendo suspeita de crime, procure também a Polícia Civil.**

ACOMPANHE OS ENCAMINHAMENTOS

Ao procurar ajuda, pergunte qual será a próxima providência e como acompanhá-la. A proteção ganha continuidade quando a família e os serviços mantêm contato e assumem suas responsabilidades.

Os telefones e WhatsApps dos canais nacionais estão reunidos no capítulo 10, em uma página de consulta rápida.



07

COMO AS FERRAMENTAS DE SUPERVISÃO PODEM AJUDAR?

Um aplicativo pediu acesso à localização da menina.

Para que ele precisa dessa informação? Essa permissão libera o acesso a um dado pessoal. Converse com ela e confira a finalidade do pedido antes de autorizar.

Alguns ajustes ficam no aparelho; outros dependem de aplicativos ou de um grupo familiar que vincula as contas. Os recursos variam conforme o dispositivo, a versão do sistema e a idade informada na conta.

O QUE É POSSÍVEL CONFIGURAR

Escolha os recursos conforme os cuidados combinados com a menina.

Horários e aplicativos:
Definir períodos de uso, programar pausas e escolher os aplicativos disponíveis. Ao ajustar um bloqueio, confira como a menina poderá falar com alguém de confiança e pedir ajuda.

Compras e downloads:
Exigir aprovação para baixar aplicativos ou fazer compras abrangidas pelo serviço, como moedas de jogos. Confira o que fica fora desse controle, incluindo pagamentos feitos por outros meios.

Conteúdo e navegação:
Escolher classificações etárias e filtros de sites. Nos jogos, observe também os chats e o que outros usuários publicam.

Privacidade e localização:
Revisar o acesso à câmera, ao microfone, às fotos, aos contatos e à localização. Combine com a menina quem poderá localizar o aparelho e em quais situações.

Conteúdo sensível:
Avisar ou desfocar imagens que possam conter nudez. A Segurança de Comunicação da Apple é um exemplo, em serviços compatíveis como Mensagens e FaceTime.

O Google Family Link permite acompanhar o Android compatível da menina. Você gerencia os ajustes pelo aplicativo no seu aparelho, que pode ser Android ou iPhone. Para acompanhar um iPhone ou iPad da menina, use o Compartilhamento Familiar e o Tempo de Uso, da Apple.

DEPOIS DE ATIVAR, VEJA COMO FUNCIONA

Teste os ajustes com a menina e confira se ela continua conseguindo fazer as atividades de que precisa. Pergunte também como tem sido tratada nos jogos e grupos que frequenta.

Filtros podem deixar passar conteúdo inadequado, e os controles têm limites para acompanhar conversas em outros aplicativos. Uma tentativa de aliciamento pode acontecer sem aviso no aparelho. Diga à menina que ela pode procurar você já no primeiro desconforto.

08

PASSO A PASSO PARA CONFIGURAR OS APARELHOS

Vamos pegar os aparelhos?

Separe o dispositivo da menina e o do responsável, com acesso às contas que serão usadas e conexão à internet. Confira a versão do sistema e informe a data de nascimento correta na conta dela, pois a idade interfere nas proteções disponíveis.

Aproveite para revisar o bloqueio de tela e as atualizações do sistema. **Nas contas que oferecem verificação em duas etapas, ative essa proteção: ela pede uma confirmação adicional à senha ao entrar na conta.** Em aparelhos compartilhados, confira se outras pessoas conseguem acessar informações particulares.

Escolha o caminho correspondente ao aparelho da menina. Faça os ajustes com ela, um cuidado de cada vez, e confira o resultado antes de seguir.

Os nomes dos menus variam com a marca e a versão do sistema. Nos passos abaixo, o sinal > indica a opção seguinte em que você deve tocar. Quando houver caminhos diferentes nas versões da Apple, indicamos as duas possibilidades.

ANDROID

O caminho principal utiliza o Google Family Link no aparelho do responsável, que pode ser Android ou iPhone. O aparelho supervisionado da menina precisa ser um Android compatível.

Conta e vínculo familiar

☐ PASSO 1 — *Aparelho do responsável*

Instale ou abra o Google Family Link e entre com sua Conta Google. Se a menina ainda não tiver conta, siga a opção para criar uma conta infantil, informando a data de nascimento correta.

Google Family Link › Entrar/Criar conta infantil

☐ PASSO 2 — *Android da Menina (Conta existente)*

Se ela já tiver conta:

Configurações › Google › Todos os serviços › Crianças e família › Controles da família

Vamos começar e selecione a conta que será supervisionada.

☐ PASSO 3 — *Android da Menina (Conta nova)*

Se a conta acabou de ser criada, entre com ela no aparelho e siga as solicitações para concluir a configuração.

☐ PASSO 4 — *Nos dois aparelhos*

Siga as solicitações de autorização e confirmação. A menina participa desse processo. Ao concluir, verifique se o nome dela e o dispositivo aparecem no Family Link do responsável.

Tempo de tela e horários

☐ **PASSO 1** ***Aparelho do responsável, no Family Link:*** ●

Selecione a menina e abra: Tempo de tela › Limites de tempo
Ative Limite diário e entre em Programação semanal para escolher os dias e o tempo de uso.

☐ **PASSO 2**

Tempo de tela › Programações › Descanso/Horário escolar

Ajuste os dias e os horários de início e término.

☐ **PASSO 3**

Revise os Apps permitidos da programação e os aplicativos com Tempo ilimitado. Confira quais funções continuarão disponíveis e como ela poderá pedir ajuda durante os bloqueios.

TEMPO EXTRA PONTUAL

Se precisar liberar mais tempo naquele dia, use Tempo de tela > Tempo extra e escolha a duração. Essa opção permite atender a uma necessidade pontual sem refazer toda a programação.

Aplicativos, conteúdo e compras

No aparelho do responsável, abra o Family Link e selecione o perfil da menina:

☐ **LIMITE POR APLICATIVO**

Selecione um aplicativo para definir seu limite ou alterar sua disponibilidade.

Tempo de tela › Limite de tempo › Limite de apps

☐ **CLASSIFICAÇÃO**

Controles › Google play

Revise as classificações de conteúdo. Em Aprovações de compras e downloads > Exigir aprovação para, escolha quais operações precisarão de autorização.

☐ **SAFESEARCH E FILTRO WEB**

Controles › Google Chrome e Web

Confira os filtros e os sites permitidos ou bloqueados. Em Controles > Pesquisa Google, revise o SafeSearch, que filtra conteúdo explícito nos resultados da pesquisa.

A aprovação de compras vale para o sistema de pagamento do Google Play. Pagamentos por outros meios exigem cuidados próprios. Ao autorizar um jogo, conheça com ela o chat, as opções de contato e o compartilhamento de conteúdo.

Permissões e localização

☐ NO APARELHO DO RESPONSÁVEL

Family Link › Tempo de tela › Limites de apps

Escolha o aplicativo e toque em Detalhes do app > Permissões. Revise câmera, microfone, fotos, contatos e localização, conforme as opções disponíveis.

☐ NO ANDROID DA MENINA

Confira com ela se as permissões escolhidas permitem usar as funções necessárias. Se ela utiliza mais de um dispositivo, revise as permissões em cada um.

☐ NO APARELHO DO RESPONSÁVEL

Para compartilhar a localização, abra

Localizador › Configurar localização no Family Link

Se essa opção não aparecer, selecione a menina e procure Compartilhamento de local. Confirme em Avançar › Ativar

A aba pode aparecer como Local. Confira com ela quem tem acesso à informação e quando será consultada. O mapa mostra a localização do aparelho. Veja o horário da última atualização, pois a informação pode estar desatualizada.

Outra opção em aparelhos com Android 17 ou posterior

Em modelos compatíveis, há controles no próprio Android. No aparelho da menina, abra Configurações > Controles da família > Definir PIN para os controles da família. O PIN é um código numérico para proteger os ajustes. Crie esse código e configure a conta de recuperação indicada na tela.

Esses ajustes locais são diferentes do acompanhamento à distância pelo Family Link. Para gerenciar a Conta Google e a supervisão remota, siga o caminho do Family Link apresentado acima e os requisitos exibidos para a conta.

IOS - IPHONE E NO IPAD

Aqui usamos o Compartilhamento Familiar e o Tempo de Uso. Os menus novos correspondem ao iOS e iPadOS 27, com os controles da família atualizados. Nas versões anteriores, várias opções continuam reunidas dentro do Tempo de Uso.

Conta e vínculo familiar

☐ PASSO 1 — *Aparelho do responsável* ●

Ajustes › Família

Se necessário, configure o Compartilhamento Familiar. Toque em Adicionar Usuário para criar uma conta de criança ou convidar a menina que já possui Conta Apple.

☐ PASSO 2 — *Aparelho do responsável* ●

Informe a data de nascimento correta e siga as confirmações. Cada pessoa deve utilizar a própria Conta Apple.

☐ PASSO 3 — *Aparelho da menina* ●

Confira se a conta dela está conectada e conclua o vínculo com a família. Atualize os aparelhos para versões compatíveis e confirme se ela aparece no grupo familiar.

Tempo de Uso e horários

☐ PASSO 1 — *Aparelho do responsável*

Abra Ajustes > Família > [nome da menina] > Tempo de uso
E siga a configuração. Defina um código próprio para proteger os ajustes, diferente do código de desbloqueio do aparelho.

☐ PASSO 2

Nos menus novos, volte à tela da menina em Família e entre em Horários do Tempo de Uso. Ative Horários, toque em Adicionar Horários e escolha os dias e os períodos.

☐ PASSO 3

Na mesma tela da menina, abra Limites de Tempo > Adicionar para definir o tempo das categorias de aplicativos. Revise também Sempre Permitido, para preservar os contatos e aplicativos necessários.

NAS VERSÕES ANTERIORES DO iOS E DO iPadOS:
Abra Ajustes > Tempo de Uso > [nome da menina]. Use Repouso para os horários, Limites de Apps para a duração de uso e Sempre Permitidos para os contatos e aplicativos disponíveis durante as restrições.

Aplicativos, conteúdo e compras

No aparelho do responsável, em Ajustes > Família > [nome da menina]:

☐ **COMPRAS**

Apps e Sites › Restrições › Pedir para Comprar

Ative Requer Aprovação de Compra para receber os pedidos de compras e downloads elegíveis.

☐ **SITES**

Apps e Sites › Restrições › Filtragem em Sites

Escolha Limitar Sites Adultos ou Apenas Sites Aprovados, conforme o cuidado necessário. Confira se os sites usados na escola continuam acessíveis.

☐ **CONTEÚDO**

Conteúdo e Privacidade › Restrições de Conteúdo

Selecione o tipo de mídia e ajuste a classificação etária. Revise também quais aplicativos e recursos estarão disponíveis.

NAS VERSÕES ANTERIORES DO iOS E DO iPadOS:

Procure os filtros em Tempo de Uso > [nome da menina] > Conteúdo e Privacidade e ative as restrições. O "Pedir para Comprar" pode aparecer diretamente em Ajustes > Família > [nome da menina].

Comunicação, permissões e localização

☐ **NO APARELHO DO RESPONSÁVEL**

Ajustes › Família › [nome da menina] › Contatos Permitidos

Revise Durante o Tempo de Uso. Nas versões anteriores, procure Limites de Comunicação dentro do Tempo de Uso. Esses ajustes abrangem Telefone, FaceTime e Mensagens.

☐ **NO APARELHO DA MENINA**

Ajustes › Família › [nome da menina]

Revise Câmera, Microfone, Fotos, Contatos e Serviços de Localização, conforme os aplicativos que solicitaram acesso. As restrições a mudanças também podem ser gerenciadas em Conteúdo e Privacidade.

☐ **NO APARELHO QUE COMPARTILHARÁ A LOCALIZAÇÃO**

Ajustes › Família › Compartilhamento de Localização

Confira com ela os familiares escolhidos. Depois, verifique o resultado na aba Pessoas do app Buscar.

O compartilhamento pode incluir outros integrantes da família. Confira a lista com a menina e mantenha somente os acessos combinados. Os controles de comunicação da Apple não abrangem todas as conversas em jogos e outros aplicativos.

Segurança de Comunicação

No aparelho do responsável:

☐ **NOS MENUS NOVOS:**

Ajustes › Família › [nome da menina] › Segurança de Comunicação

E confira se a proteção está ativa.

☐ **NAS VERSÕES ANTERIORES DO IOS E DO IPADOS:**

Ajustes › Tempo de Uso ›
[nome da menina] › Segurança de Comunicação

Pode ser necessário inserir o código do Tempo de Uso.

Em serviços compatíveis, como Mensagens e FaceTime, o recurso desfoca imagens ou vídeos quando detecta possível nudez e oferece orientação. Segundo a Apple, a análise é feita no próprio dispositivo. A disponibilidade depende da versão, da idade e da região.

Ao terminar, peça que a menina abra um material da escola e teste como pedir ajuda durante uma restrição. Confira também se uma solicitação de aprovação chega ao responsável. A lista do próximo capítulo ajuda a retomar esses cuidados ao longo do tempo.



09

VAMOS CONFERIR OS CUIDADOS E COMBINADOS?

O que você já conseguiu colocar em prática

Marque os cuidados que adotou com a menina. O que ficar em aberto pode orientar a próxima conversa e os ajustes que ainda precisam ser feitos.

Nos aparelhos e nas contas

- [ ] Identifiquei o aparelho da menina e o do responsável para fazer cada ajuste no lugar certo.
- [ ] A conta tem a data de nascimento correta e está vinculada à família ou ao responsável, quando necessário.
- [ ] Conversei sobre os horários de descanso e os limites de uso e configurei o que foi combinado.
- [ ] Revisei os aplicativos, os conteúdos e as classificações etárias.
- [ ] As compras e os novos aplicativos cobertos pelo recurso exigem aprovação, conforme os cuidados escolhidos.
- [ ] Conferi as permissões de câmera, microfone, fotos, contatos e localização.
- [ ] As contas importantes têm senhas longas e exclusivas. Ativei a verificação em duas etapas, quando disponível, e encerrei acessos desconhecidos.

Nas conversas e nos combinados

- [ ] A menina sabe quem pode consultar sua localização, em quais situações e por quê.
- [ ] Conversei sobre pressão por imagens, assédio, chantagem e ataques contra meninas, inclusive os que envolvem racismo.
- [ ] Ela conhece um responsável e outra pessoa adulta de confiança a quem pode recorrer sem medo de castigo.
- [ ] Ela sabe como bloquear e denunciar uma conta e onde procurar ajuda.
- [ ] Conversei sobre perfis falsos, ameaças após bloqueios e pedidos de códigos ou senhas.
- [ ] Combinei rever os limites com a participação dela, conforme ela desenvolver autonomia.

Volte à lista quando houver troca de aparelho, entrada em um novo aplicativo ou mudança nas necessidades da menina.

10

CANAIS DE AJUDA E DENÚNCIA

Em dúvida sobre qual canal procurar?

O Disque 100 recebe denúncias de violações de direitos de crianças e adolescentes. O Ligue 180 orienta sobre violência contra mulheres e meninas e os serviços disponíveis. Em caso de perigo imediato, use os números de emergência abaixo.

Emergência policial: 190

Acione a Polícia Militar diante de ameaça ou perigo imediato que exija intervenção policial.

Emergência em saúde: 192

Acione o SAMU diante de uma urgência médica. A ligação é gratuita e o atendimento funciona 24 horas.

Disque Direitos Humanos (Disque 100)

Recebe e encaminha denúncias de violações de direitos humanos, inclusive contra crianças e adolescentes. Qualquer pessoa que tenha conhecimento da situação pode denunciar.

Telefone: 100. Ligação gratuita, 24 horas.

WhatsApp: (61) 99611-0100.

Central de Atendimento à Mulher: Ligue 180

Oferece orientação sobre direitos, informa onde encontrar serviços e registra denúncias de violência contra mulheres e meninas.

Telefone: 180. Ligação gratuita, 24 horas.

WhatsApp: (61) 9610-0180.

SaferNet Brasil

Canal de Ajuda: orienta meninas e famílias sobre situações de violência digital. Acesse canaldeajuda.org.br.

Central de Denúncias: recebe denúncias anônimas de páginas e conteúdos públicos com indícios de crime, como imagens de abuso sexual de crianças e adolescentes. Acesse denuncie.org.br.

Conselho Tutelar e Polícia Civil

Procure o Conselho Tutelar do município diante de ameaça ou violação de direitos. Para relatar suspeita de crime, busque uma delegacia da Polícia Civil ou unidade especializada. O capítulo 6 explica o papel desses serviços.

MINISTÉRIO DAS
MULHERES

GOVERNO DO
BRASIL
DO LADO DO POVO BRASILEIRO

gov.br/**mulheres**

mmulheres

min**das**mulheresbr

min**das**mulheresbr

ISBN: 978-65-970114-1-4