



Panorama Geral:

Os/as jovens são utilizadores/as assíduos/as da internet e das plataformas digitais:

- Fazer pesquisas online;
- Ver vídeos;
- Falar e fazer amigos/as;
- Partilhar o dia-a-dia nas redes sociais;

O confinamento e a obrigatoriedade de distanciamento social implicam que o/as jovens passem muito tempo conectados, seja através do ensino à distância ou a socializarem com os pares.





Relações à distância:

Tendo em conta a situação pandémica o/as jovens que namoram ou têm relações passaram a falar com o/as seus/suas parceiros/as online, o que pode levar a uma maior pressão para enviarem conteúdos íntimos (nudes, vídeos, mensagens).

Outros/as jovens podem querer conhecer novas pessoas e utilizam as plataformas digitais para esse fim.

Neste contexto, alguns jovens poderão, enviar e receber conteúdos inapropriados de pessoas que não conhecem ou verem disseminadas informações e conteúdos pessoais.

O bullying através dos meios digitais, ou cyberbullying, é um problema importante, com consequências graves para as vítimas.



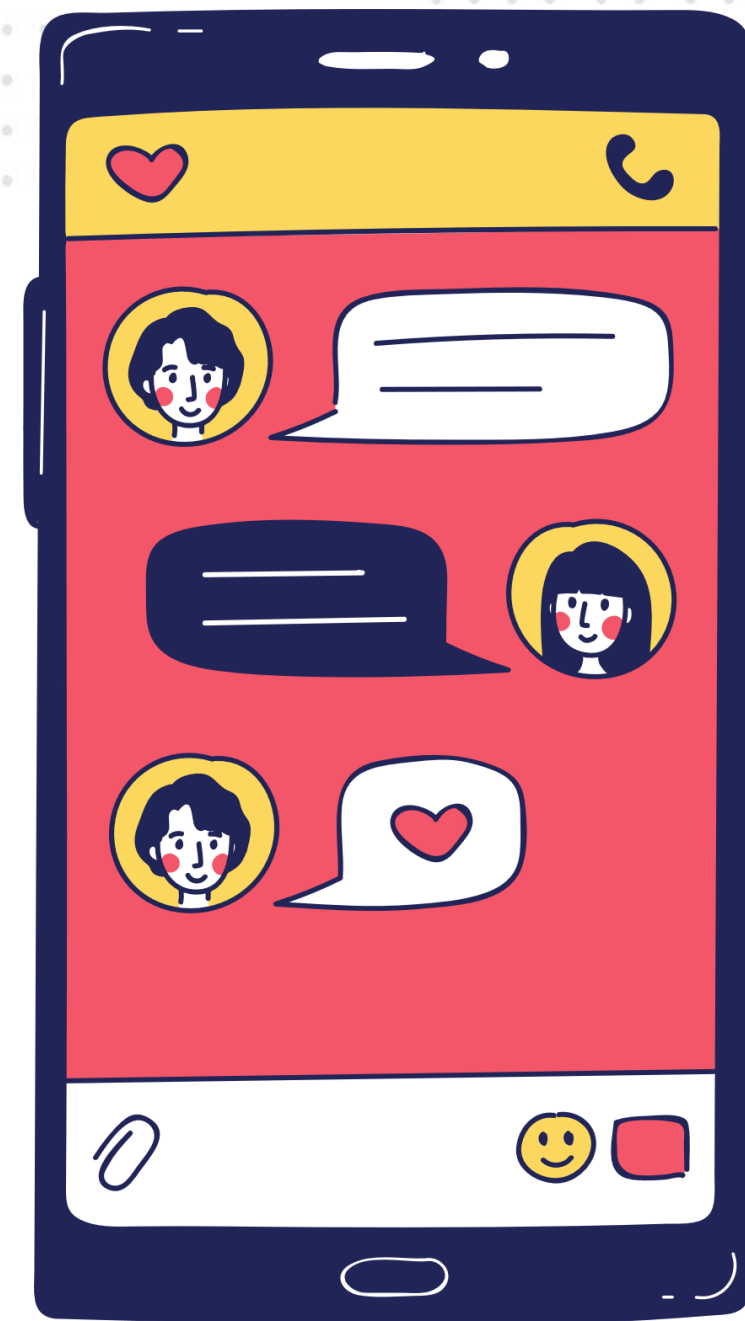


Sexualidade e Riscos online:

A partilha deste tipo de conteúdos com conhecidos e desconhecidos colocam o/as jovens em risco.

O Sexting pode tornar-se uma forma de Cyberbullying quando conteúdos de cariz sexual são partilhados sem autorização. Deixando os/as jovens vulneráveis e sem controlo na situação.

É importante falar com o/as jovens sobre os riscos da partilha de conteúdos íntimos e de conhecer pessoas online, deixando claro que podem falar com alguém se sentirem pressionados/as para enviar este tipo de conteúdos ou por outra situação que os esteja a deixar preocupados.





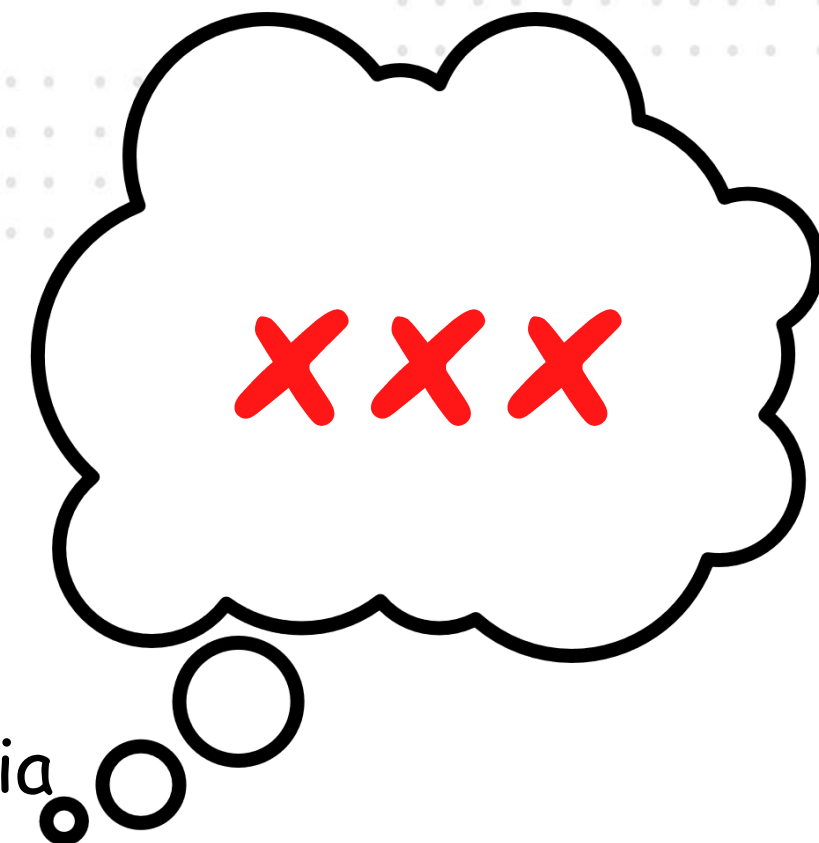
Sexualidade e Riscos online:

Conteúdos eróticos e pornográficos estão disponíveis na Internet e estão à distância de um click.

Ao riscos do consumo de pornografia passam por:

Os jovens podem desenvolver uma imagem confusa, distorcida e generalizada do sexo;

A exposição a imagens e atividades desviantes ou chocantes, podem não ser compreendidas e levar à construção de modelos errados de relações sexuais assentes na falta de afetividade, de significado, de responsabilidade e de intimidade, podendo interferir com vivencia da sexualidade no futuro. Podendo ter um impacto negativo no funcionamento, no bem-estar geral e nas rotinas diárias.





Sexting:

O risco associado ao envio de mensagens ou conteúdos eróticos passa pela disseminação desses mesmos conteúdos pela web, sem consentimento do/a seu/sua autor/a.

Na maioria das vezes o sexting é feito no contexto de uma relação de namoro, mas os cenários são variados:

- Desejo de afirmação, demonstrar sensualidade e autoconfiança exibindo o corpo;
- Vingança (revenge porn);
- Demonstração de amor;
- Chantagem (sextortion);
- Envio por erro;

Grooming

Forma de aliciamento online com o objetivo de fazer com que as vítimas se encontrem pessoalmente com a pessoa que as está a manipular ou que enviem conteúdos sexuais;

Catfishing

Criação de perfis falsos, com imagens e informações de outras pessoas. Com o intuito de enganar a vítima.





O que fazer?!

- Pede à pessoa que apague os conteúdos publicados;
- Não demores a agir;
- Pede ajuda;
- Age a nível legal;
- Entra em contacto com o suporte técnico das plataformas.

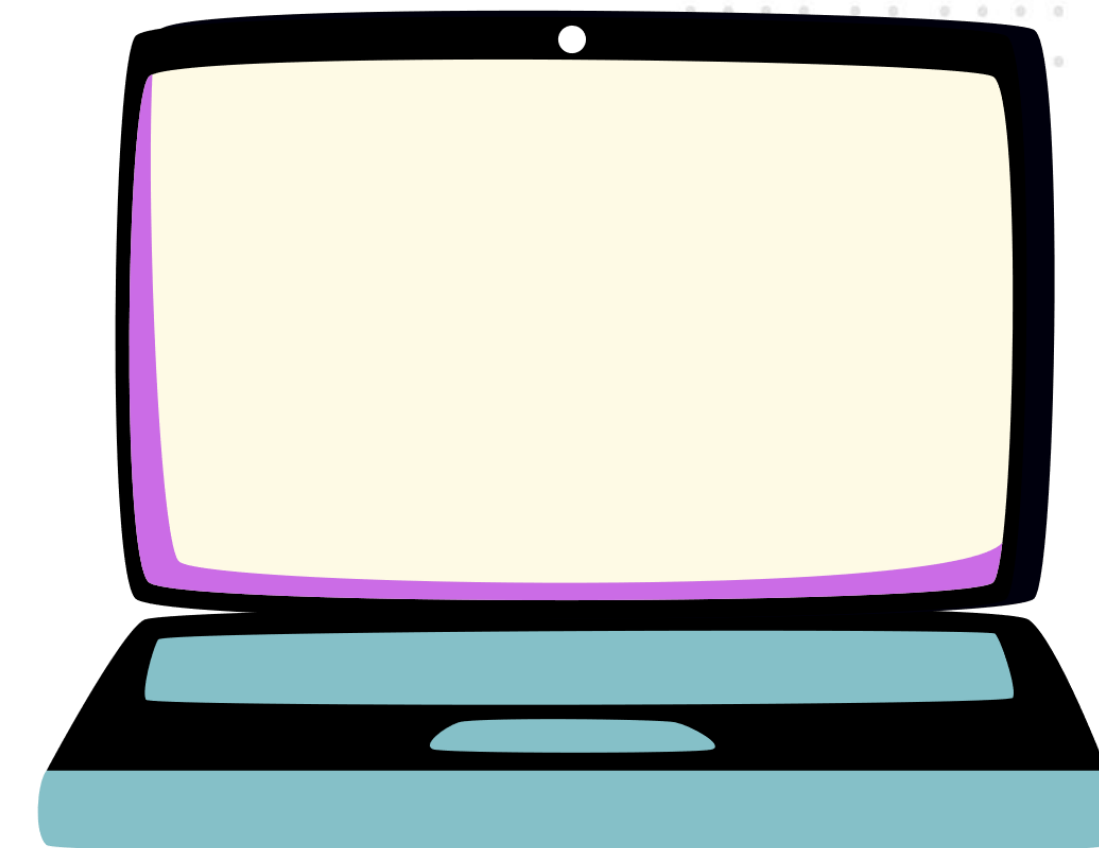
A quem pedir ajuda?!

Fala com os teus pais, com um/a adulto/a de confiança, com um/a amigo/a, com a polícia ou com o centro de internet segura.





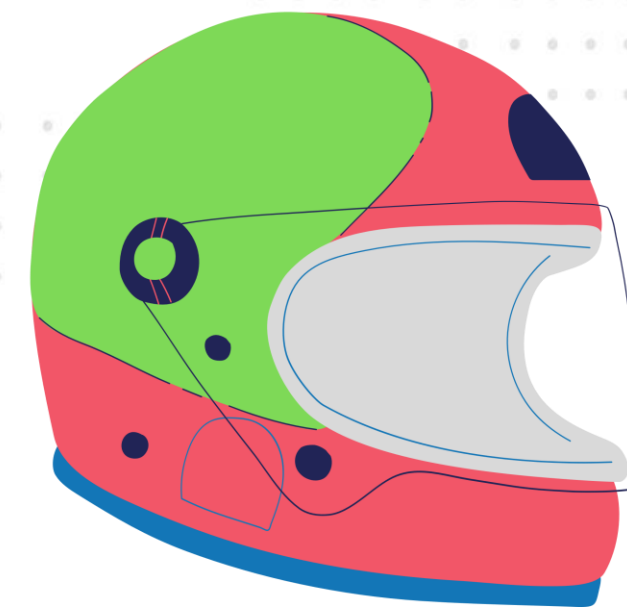
Estratégias para pais e adultos/as de referência:



- Mantenha-se bem informado/a;
- Reforce a importância da privacidade e da informação pessoal;
- Mantenha a monitorização permanente das atividades online;
- Reforce a diferença entre intimidade sexual privada e os conteúdos que são publicados online;
- Não exagere os riscos, mostre a realidade tal como é;
- Incentive-os/as /mostre-se disponível para falar sobre estes assuntos;
- Procurar apoio profissional especializado, caso suspeitem ou tenham evidência de que os seus filhos estão a recorrer a pornografia com frequência;
- Conversar sobre temas da SSR regularmente, sobre relações sexuais e amorosas saudáveis e fomentar um espírito crítico sobre a informação que circula na internet ou nos meios de comunicação social;



Explora mas em
Segurança!



É importante ter sempre em mente que biliões de pessoas têm acesso à internet e nem todas têm boas intenções.

Pensa bem antes de partilhares informações pessoais. Não partilhes nada que mais tarde te possa causar constrangimentos. Nunca partilhes conteúdos com estranhos. Confia nos teus instintos. Caso alguém de aborde de uma forma inapropriada, que te faça sentir desconfortável ou em perigo, interrompe a comunicação imediatamente e reporta da situação a um adulto.

É sempre arriscado marcar um encontro pessoal com alguém que apenas conheceste na internet, mas caso o faças, certifica-te que o encontro decorre num local público (onde estejam outras pessoas), vai acompanhado/a por um/a amigo/a, avisa um adulto ou alguém da tua confiança sobre a tua localização e com quem te vais encontrar.



Explora mas em Segurança!

O bullying online, não deixa de ser uma forma de violência. Se estiveres a passar por esta situação, se possível corta a comunicação, não respondas. Em todo o caso, podes falar com um adulto de confiança.

Guarda a tua informação pessoal para ti! Caso tenhas redes sociais podes utilizar as funções de privacidade e bloquear os conteúdos que partilhas para pessoas que não conheces.

A internet pode ser um local excelente para explorar, certifica-te que tiras o melhor proveito dela. Utiliza-a em segurança!

WEBINAR



CUIDA-TE+ EM TEMPOS DE PANDEMIA
SEXUALIDADE E RISCOS ONLINE

Linha Internet Segura: 800 21 90 90

linhainternetsegura@apav.pt

Seg. a Sex. das 9h00 às 21h00

Serviço de denúncia de conteúdos ilegais online e esclarecimento e apoio ao cidadão.

Zipit: Aplicação que ajuda os jovens a colocarem um travão, quando lhes é solicitado conteúdos de cariz sexual.

