

SESSÃO PARA PAIS E ENCARREGADOS DE EDUCAÇÃO

Educar Filhos na Era Digital

Segurança, imagem e autonomia — e o que só conseguimos fazer juntos.

[Escola] · [Data]





Uma criança de 9 anos está num vídeo público no TikTok.

Os pais não sabiam. Não autorizaram.
Quem publicou foi outra criança.

Não foi um predador. Foi um telemóvel do costume, sem malícia. É isso que torna o problema difícil — e coletivo.

Três verdades

1

**O teu controlo não
chega**

O grupo fura qualquer restrição individual.

2

**Isto resolve-se em
conjunto**

A segurança de cada criança depende das outras famílias.

3

**A lei está do vosso
lado**

Idades mínimas e imagem do menor protegem-nos.

O QUE SE PASSA NESTA IDADE

Crianças de 8–10 anos, sem restrições

Redes sociais

Vídeos públicos

Chats com desconhecidos

Ferramentas de IA



E as crianças protegidas?

Acedem a tudo pela conta dos colegas. A restrição de uma família é contornada pelo grupo.

UMA PERGUNTA HONESTA

**Sabes agora que apps o teu filho tem abertas?
E com quem falou esta semana?**

(deixar o silêncio)

Dois comportamentos: sozinho ≠ em grupo

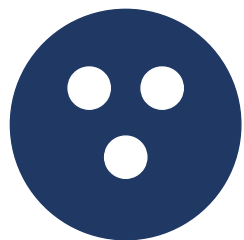
1

"Se os outros podem, eu também posso." Nenhuma regra de casa sobrevive intacta a esta pressão.

2

O teu bloqueio protege o dispositivo do teu filho — não protege o ambiente dele.

Controlos parentais são um piso mínimo, não uma solução.



Não basta ensinar o meu filho a ter cuidado se o recreio inteiro anda de bicicleta a alta velocidade.

Ou combinamos regras para todos, ou o cuidado individual vale pouco.

Seis riscos concretos

1

Imagem / exposição

Uma vez público, sai do controle para sempre.

2

Grooming

Adultos que fingem ser amigos para manipular.

3

Cyberbullying

Humilhação e exclusão dentro de apps invisíveis.

4

Conteúdos impróprios

Violência e pornografia por recomendação.

5

IA / deepfakes

Imagens falsas realistas a partir de uma foto.

6

Dependência

Apps desenhadas para prender a atenção.

O PONTO QUE MUDA TUDO

Nenhum destes riscos exige que a criança faça algo errado.

Basta estar exposta.

O QUE MUITOS PAIS NÃO SABEM

A idade mínima já foi ultrapassada

13

anos — mínimo de TODAS

TikTok • Instagram • YouTube • Snapchat • WhatsApp

O WhatsApp baixou de 16 para 13 na UE em 2024.

Uma criança de 8-10 anos está abaixo do mínimo de todas elas.

A imagem do teu filho é dele

Publicar foto ou vídeo de um menor sem autorização dos pais pode ser ilícito (**Código Civil, art. 79.º**).

Orientação dos tribunais: a imagem de menores não deve ir para redes sociais — mesmo publicada pelos próprios pais, pelos perigos que a exposição acarreta.

Consequências previstas na lei

Conduta	Pena máxima
Fotografar/filmar sem consentimento (art. 199.º)	Até 1 ano
Devassa da vida privada (art. 192.º)	Até 3 anos
Aliciamento de menor — grooming (art. 176.º-A)	1-2 anos · crime público
Perseguição / stalking (art. 154.º-A)	Até 3 anos
Coima RGPD (particular, casos graves)	Até centenas de milhares €

SAIR COM AÇÕES, NÃO SÓ COM INFORMAÇÃO

Faz esta semana

1

Controlos a sério

Tempo de Ecrã ou Family Link: sem apps sem aprovação, conteúdos por idade, contactos limitados.

2

A conversa

"A quem pedes ajuda se algo te incomodar?" e "o que nunca se partilha". Sem drama, e repetido.

3

Rever o público

Procurar o nome/imagem do teu filho e pedir a remoção de vídeos sem autorização.

A IDEIA MAIS FORTE

O pacto de turma

Uma regra que só a minha casa cumpre não protege ninguém.

A mesma regra em 20 famílias muda o recreio inteiro.

SE ALGO CORRER MAL

A quem recorrer

Linha Internet Segura

800 21 90 90

APAV — apoio à vítima

116 006

Polícia Judiciária

crimes sexuais / grooming

CPCJ e diretor de turma

situações entre pares

EM RESUMO

Não os vamos tirar do mundo digital.

O objetivo não é medo — é competência.

Há uma coisa que só nós, juntos, podemos fazer: combinar as regras do recreio.

Autoria e reutilização

Educar Filhos na Era Digital / Rua Digital

Autor original e titular dos direitos: Luis Venâncio.

Copyright © 2026 Luis Venâncio.

Conteúdos originais: CC BY-SA 4.0.

Podes copiar, adaptar e reutilizar, incluindo para fins comerciais.

Identifica o autor, o projeto e a fonte; indica as alterações.

Partilha adaptações nos mesmos termos ou licença compatível.

Marcas e materiais de terceiros mantêm as respetivas condições.

Licença: <https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>

Fonte: <https://ruadigital.pt/recursos>

Revisão de identificação e licença: 15 de outubro de 2026.

Esta revisão não reconfirma os factos ou as instruções do material.

Antes de usar, confirma as fontes e adapta ao público e ao contexto.