



Digipais

UMA INICIATIVA DA ESET

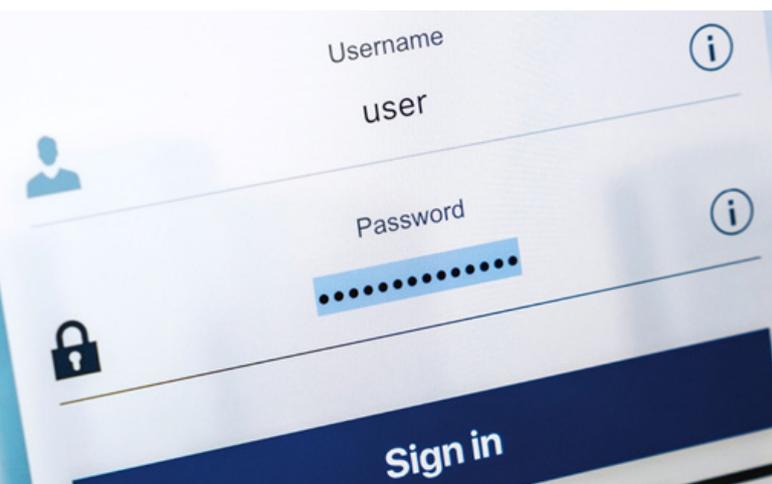


Senhas fortes para proteger
perfis e apps on-line

Qual é a senha mais simples em que você consegue pensar? “1234”, “senha”, “qwerty”? Hoje, os jovens utilizam códigos como esses, pois dão mais valor à comodidade do que à segurança. Visto que precisam de um nome de usuário e uma senha para cada conta on-line que criam, acabam reutilizando as mesmas senhas em contas diferentes.

Infelizmente, ter uma senha fácil de adivinhar pode gerar uma série de problemas. Aconselhamos nossos filhos a guardarem dinheiro, mas o que acontece se alguém consegue acessar seu aplicativo bancário? O que acontece se alguém hackear suas contas nas redes sociais e começar uma campanha de ódio? Há infinitos aplicativos que solicitam acesso às fotos e à localização do dispositivo, o que pode impor um risco sério à sua segurança.

Pais e mães, por serem as pessoas de maior confiança, devem estar presentes para ajudá-los a criar sua primeira senha forte. Para isso, é necessário que expliquem as boas práticas da internet e expliquem sua importância.



A seguir, listamos algumas dicas para criar uma senha apropriada:

- 1. Deve ser única.** Cada conta deve ter uma senha própria para ela.
- 2. Deve ser longa. O tamanho mínimo recomendado é de oito caracteres,** mas quanto maior a senha, melhor. Os invasores de hoje conseguem adivinhar quatro caracteres ou números de forma aleatória em poucos segundos. Por essa razão, para melhorar a segurança da senha, deve-se adicionar caracteres de diferentes tipos.
- 3. Devido à dificuldade de se lembrar da senha, convém usar uma frase,** ou seja, uma frase breve ou uma sequência fácil de ser lembrada. As senhas em formato de frases costumam ser muito maiores que uma senha simples, que apenas combina uma quantidade limitada de caracteres e números diferentes, e por isso protegem melhor as contas.
- 4. Substitua algumas letras por caracteres especiais** (@, #, \$ etc.) ou números, para que seja mais difícil de adivinhar.



5. Evite palavras de uso comum, como “senha” ou “código”, assim como o nome de seus filhos, pais, irmãos ou animais de estimação, que são informações fáceis de serem encontradas nas redes sociais.

6. Evite os caracteres repetitivos e sequenciais, como “1111”, “1234” ou “abab”.

7. Deve ser secreta. Já sabemos que esse fator é importante, mas é especialmente útil para jovens e adultos. As crianças menores, por sua vez, podem se esquecer das senhas e precisar da ajuda de adulto quando forem navegar na internet. Por essa razão, seria o caso de utilizar contas compartilhadas entre adultos e crianças, além dos aplicativos que possuem controle parental.

Uma forma divertida de aprender a criar senhas fortes

Se você tem **adolescentes** em casa, convide-os a participar de uma **competição familiar** para avaliar suas senhas. Na primeira rodada do jogo, cada participante escreve suas próprias senhas em um pedaço de papel e as coloca em um mural compartilhado. Depois, o grupo revisa as senhas de todos e dá notas de um a cinco. Uma pontuação mais alta corresponde a uma senha mais forte.

Também é possível utilizar algumas ferramentas de terceiros, que podem ajudar a incentivar senhas fortes, como [esta](#) ou [esta](#) outra. Ainda que sejam úteis para avaliar se uma senha é forte o suficiente ou não, lembre-se de que não passa de uma estimativa. Por fim, somem as pontuações da primeira rodada.

A segunda rodada introduz a racionalidade e o foco dos participantes para criar senhas seguras, e adiciona uma ficha de pontuação extra de um a cinco, segundo a qualidade e credibilidade do foco adotado.

Não esqueça de equilibrar desafio e competição para que seus filhos não sintam que a atividade é competitiva demais. Tome cuidado com a linguagem utilizada para que seja enfática e respeitosa ao mesmo tempo, motivando os adolescentes a colocarem em prática seu pensamento crítico. Some as pontuações e insira as senhas em um administrador de senhas para revelar os resultados das novas tentativas. Dê uma recompensa aos ganhadores e conversem sobre os objetivos definidos e os aprendizados.

Peça que expressem suas ideias e expliquem sua estratégia de forma detalhada, permita que utilizem *smartphones* e naveguem pela internet para



conseguirem algumas dicas sobre estratégias recomendadas. Dessa forma, poderão mostrar onde leram essas dicas. Além disso, você pode pedir que compartilhem com você algumas páginas confiáveis para acessarem quando precisarem de recomendações de segurança.

Outra opção é jogar em equipes de “duplas de pai/mãe e filho(a)”, aprendendo juntos e diminuindo a distância geracional, utilizando também as tecnologias digitais. Quando falar sobre a criação de senhas, lembre-se de fazer todas as perguntas necessárias para que seus filhos reflitam e proponham suas próprias ideias.

Adolescentes adoram se sentir maduros e preparados, também gostam de poder compartilhar suas experiências quando são solicitados. Caso você tenha adolescentes de 13 a 18 anos na sua família (irmãos, primos ou até mesmo amigos da família), utilize a variação do jogo “filhos que ensinam os pais”. Joguem formando equipes de gerações diferentes. A melhor versão é do jogo é quando há um intervalo de idade considerável na equipe dos jovens, o que permite um aprendizado natural entre os pares quando jogarem contra os adultos.



Medidas adicionais: Conforme os filhos crescem, os responsáveis devem alertá-los para que utilizem medidas de segurança adicionais para protegerem suas senhas. Um administrador de senhas armazena de forma segura uma grande quantidade de códigos complicados e, em alguns casos, inclui a autenticação de dois fatores, que verifica a identidade da pessoa que inseriu a senha.

Queremos mais **Digipais** para capacitar as crianças e ensiná-los a navegar com segurança.

Você está pronto para se juntar a nós neste desafio?

www.digipais.com.br