

■ Quem somos?

O **Arena Sociológica** é um projeto de extensão universitária da **UCPel** realizado através do Laboratório Social de Administração da Justiça, Conflitos e Tecnologias (**LSd/UCPel**), grupo de pesquisa registrado no CNPq.

Nossa missão é aproximar a universidade da sociedade, traduzindo pesquisas científicas em linguagem acessível — com foco em violência, conflitos sociais, tecnologia e direitos.

73%

dos adolescentes brasileiros já sofreram violência online

9-11

anos: 1º acesso a redes sociais no Brasil

■ Sinais de alerta nos seus filhos

- Fica agitado quando não pode usar o celular
- Fecha a tela quando você se aproxima
- Acorda de madrugada para usar o telefone
- Recusa conversar sobre o que faz online
- Mudanças bruscas de humor após redes sociais



■ Riscos online para seus filhos

■ Cyberbullying

Agressões, humilhações e ameaças repetidas por mensagens ou publicações. Causa danos sérios à saúde mental.

■ Grooming (Aliciamento)

Adultos que criam laços com crianças online para explorar ou abusar. Começa com conversas aparentemente inocentes.

■ Sextorsão e Exposição

Pressão para envio de fotos íntimas seguida de chantagem. Adolescentes são alvos frequentes.

■ Dependência Digital

Jogos e redes são projetados para viciar. Afeta sono, escola e relações sociais dos jovens.

■ Pergunte todo dia para seu filho:

- "O que você fez de legal no celular hoje?"
- "Alguém te mandou alguma coisa estranha?"
- "Tem alguém novo falando com você online?"



Segurança Digital em Família

Um guia para pais e responsáveis sobre como proteger suas crianças e adolescentes no mundo online.

Projeto Educação e cultura da Paz nas plataformas sociais



■ Como proteger sua família

- 1 **Converse sem julgamentos**
Crie um ambiente onde seu filho sinta que pode te contar o que acontece online. O diálogo aberto é a melhor proteção.
- 2 **Defina combinados, não punições**
Estabeleça juntos horários para uso dos dispositivos. Regras impostas são contornadas; combinados são respeitados.
- 3 **Conheça as plataformas**
Baixe os apps, crie um perfil, entenda o funcionamento. Você não precisa monitorar cada mensagem, mas precisa entender o ambiente.
- 4 **Ative os controles parentais**
Android e iOS possuem ferramentas de controle parental gratuitas. Configure limites de tempo e filtros de conteúdo.
- 5 **Ensine sobre privacidade**
Seu filho sabe o que NÃO compartilhar? Endereço, escola, rotina e fotos íntimas — ensine esses limites de forma natural.
- 6 **Em caso de violência: denuncie**
Salve evidências (prints) e registre um B.O. A delegacia de crimes cibernéticos existe online em safernet.org.br.



Cartilha desenvolvida pelo
Laboratório Social de Administração da
Justiça, Conflitos e Tecnologia — UCPEl
Responsáveis: Dr. Aknaton Toczec Souza Me. Felipe Schamls ·
Me. Raíssa F. Miranda Laura Menon · Valéria Soares

Fale com o

Arena Sociológica

■ INSTAGRAM
[@arenasociologica](https://www.instagram.com/arenasociologica)

■ E-MAIL
arenasociologica@gmail.com

■ SITE
www.arenasociologica.com

■ COORDENADOR
Prof. Dr. Aknaton Toczec Souza

■ UCPEL
aknaton.souza@ucpel.edu.br

Versão digital da cartilha:

