

UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARANÁ

INCLUSÃO DIGITAL PARA A MATURIDADE

MANUAL PRÁTICO

GRUPO DE PESQUISA EM CIÊNCIA,
INFORMAÇÃO E TECNOLOGIA (GP-CIT)

Inclusão digital para a
maturidade - Manual
prático

Organização por Adriana Maria Miguel Peixe
e Maria do Carmo Duarte Freitas

INCLUSÃO DIGITAL PARA A MATURIDADE - MANUAL PRÁTICO

Universidade
Federal do
Paraná

SUMÁRIO

Capítulo 1 - O computador.....	p. 9
Capítulo 2 -Destreza com o mouse.....	p. 30
Capítulo 3 -Internet e produtividade.....	p. 57
Capítulo 4 -Segurança.....	p. 84
Capítulo 5 -Redes sociais.....	p. 84

ORGANIZAÇÃO INSTITUCIONAL

Universidade Federal do Paraná (UFPR)

Reitor: Ricardo Marcelo Fonseca

Vice-reitora: Graciela Inez Bolzón de Muniz

Departamento de Ciência e Gestão da Informação (DECIGI)

Chefe de departamento: José Marcelo Almeida Prado Cestari

Suplente: Taiane Ritta Coelho

Grupo de Pesquisa em Ciência, Informação e Tecnologia (GP-CIT)

Coordenadores: Maria do Carmo Duarte Freitas e Taiane Ritta
Coelho

EQUIPE RESPONSÁVEL PELA OBRA

Coordenação:

Adriana Maria Miguel Peixe, Alessandra Aparecida Paraizo, Celso Yoshikazu Ishida, Maria do Carmo Duarte Freitas, Rodrigo Eduardo Botelho Francisco e Taiane Ritta Coelho.

Revisão:

Márcia Dantas Guimarães Dupim
Mateus Luciani dos Santos

Diagramação:

Mateus Luciani dos Santos

Autores:

Alessandra Aparecida Paraizo, Amanda Cruz Cruz da Silva, Beatriz Gibram de Moura, Caroline Sofia Oliveira dos Santos, Guilherme Antônio Tunes Silva Tunes, Isabela Pereira Martiniano Steil, Mateus Luciani dos Santos e Sandra Myuki Umebala

Catálogo na fonte: Sistema de Bibliotecas, UFPR
Biblioteca de Ciências Sociais Aplicadas
Bibliotecário: Eduardo Silveira – CRB 9/1921

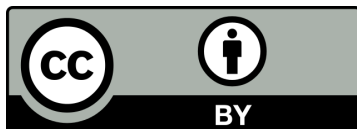
Inclusão digital para a maturidade / Maria do Carmo Duarte Freitas,
Adriana Maria Miguel Peixe (Orgs.). – Curitiba: Universidade Federal
do Paraná, Grupo de Pesquisa em Ciência, Informação e Tecnologia,
Universidade Aberta da Maturidade, 2021.

119 p.: il., color.
ISBN: 978-65-86233-94-0.

1. Inclusão digital. 2. Maturidade. I. Freitas, Maria do Carmo Duarte. II.
Peixe, Adriana Maria Miguel.

CDD 303.4833

Atribuição 2.0 Brasil (CC BY 2.0 BR)
Compartilhar — copiar e redistribuir o material em
qualquer suporte ou formato
Adaptar — remixar, transformar, e criar a partir do
material



AVISO LEGAL SOBRE DIREITOS AUTORAIS

- As imagens de interface do Windows da Microsoft, Uber, serviços Google Inc, e serviços do Facebook Inc, foram utilizados para demonstração e uso educacional, sendo todos os *printscreens* realizados pela equipe editorial

- Outras imagens aqui listadas foram retiradas de bancos de dados públicos como o Wikimedia Commons e Pixabay para ilustrar situações relatadas.

CAPÍTULO 1 - O COMPUTADOR

A inclusão digital para a terceira idade possibilita a integração online com parentes e amigos, novas descobertas e vivências, além de uma maneira de aumentar a produtividade cerebral e facilitar várias tarefas que fazem parte da nossa vida cotidiana, tais como elaborar cartas, fazer orçamentos, jogar e ainda navegar na internet.



Pixabay

Você conhece o computador?

**Sabe como ligá-lo?
Usá-lo?**

Nesta coleção, você irá encontrar dicas e informações básicas

Você conhece o computador?

O computador é composto basicamente por duas partes: o Software e o Hardware.

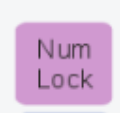
1.1 Como ligar o computador?

- 1) No CPU/Gabinete, aperte o botão LIGAR/DESLIGAR que terá essa aparência visual
- 2) Ligue o monitor pressionando o botão LIGAR/DESLIGAR
- 3) Digite o USUÁRIO e o LOGIN;
- 4) PRONTO!!! Você já pode começar a usar o computador.

1.2 Como usar o teclado?

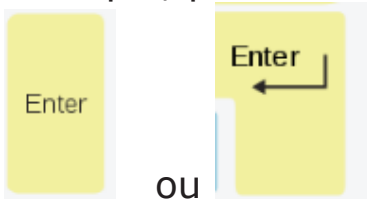




Ao apertar a tecla , o teclado de números passa a funcionar. Para saber se ele está ativado, veja se a luz está ligada:



Para fazer comandos de edição, como por exemplo, pular linhas e parágrafos a tecla

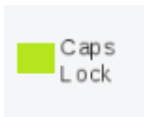


ou deve ser apertada.



Para deixar as letras MAIÚSCULAS, aperte

o  e verifique se a luz acendeu:



Quando quiser apagar alguma letra ou

palavra, basta apertar .

Para modificar alguma tecla que tenha duas opções, como por exemplo a tecla



, que possui o número 1 e o ponto de exclamação, e você deseja fazer o ponto de exclamação (!), você precisa

apertar a tecla  juntamente com

a tecla .

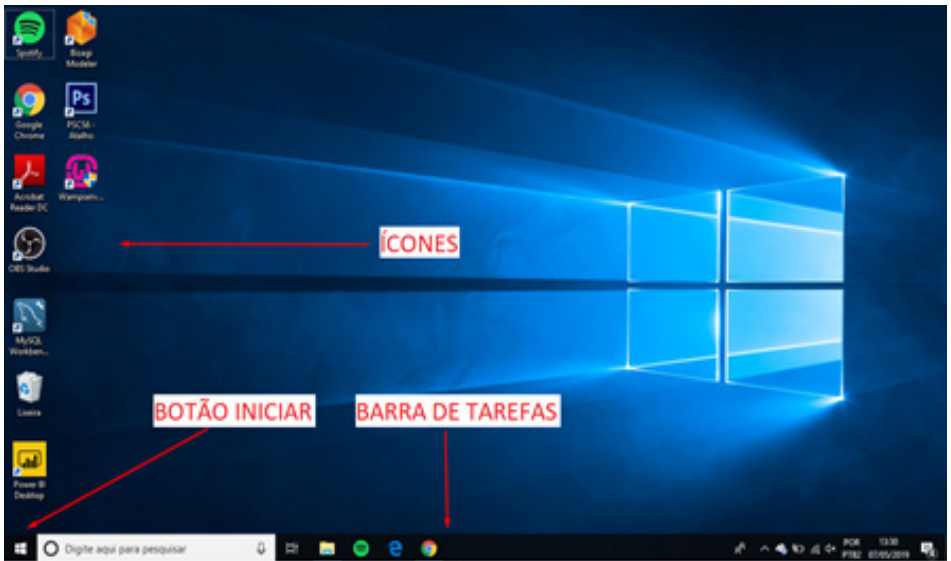
Para dar espaço entre uma palavra ou outra é só apertar a tecla



SPACE

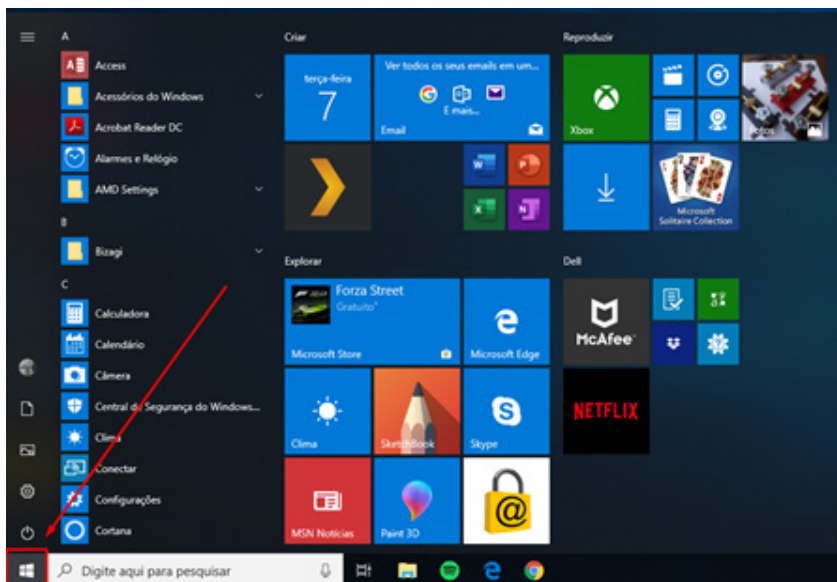
1.3 Usando a Área de Trabalho

Na Área de Trabalho temos os ícones de atalho (que podem ser arquivos, pastas ou programas), o botão iniciar e a barra de tarefas.



Barra de tarefas: está localizada na parte inferior da Área de trabalho e permite que você localize os arquivos, pastas e programas abertos que você está usando. É na barra de tarefas que o “botão iniciar” está localizado.

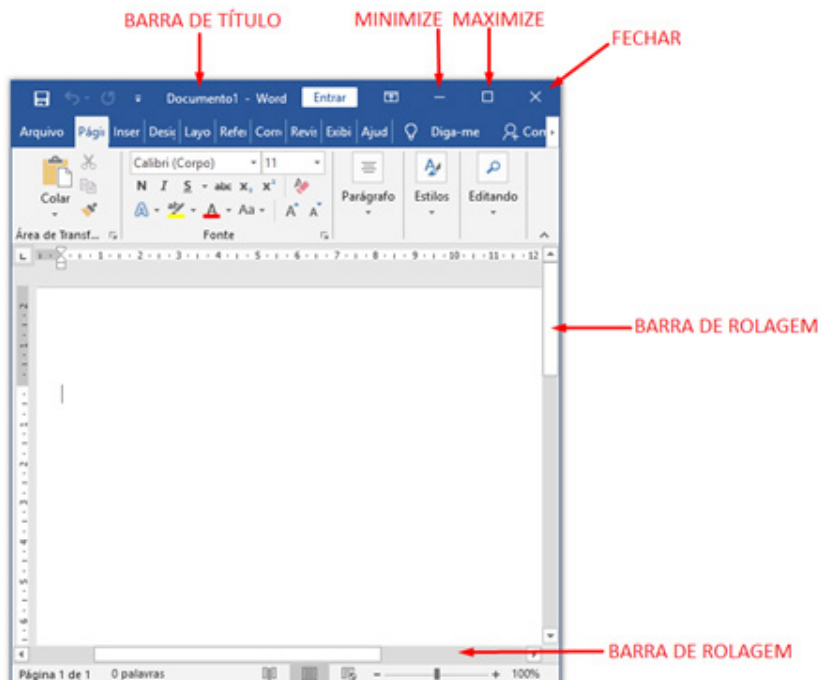
Botão Iniciar: permite que você acesse uma lista com todos os programas ou softwares instalados no seu computador.



1.4 Janelas

Quando você vai acessar algum site e abre o navegador, você está abrindo uma janela. Quando você vai escrever algum documento e abre o Microsoft Word, você também está abrindo uma janela. Quando você abre alguma foto que está no seu computador, ela também será aberta em uma janela.

Ou seja, as janelas servem para facilitar a utilização dos programas no computador.



Você pode minimizá-las, clicando no botão "minimize" e elas ficarão na sua barra de tarefas até que você volte a utilizá-las. Você também pode maximizá-las, clicando no botão "maximize", assim elas ficarão maiores e ocuparão toda a sua área de trabalho. Caso você tenha terminado de executar o que desejava, como olhar uma foto, navegar na internet ou escrever um documento, você pode fechar o que estiver usando, clicando no botão "fechar".

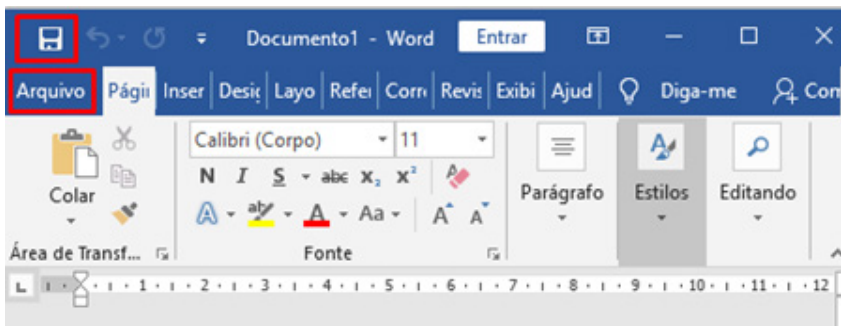
Lembre-se, porém, caso você tenha escrito um documento ou feito alguma alteração, é necessário salvá-lo no seu computador para poder voltar a consultá-lo mais tarde!
No próximo tópico, veremos como salvar um arquivo!

1.5 Salvar um Arquivo

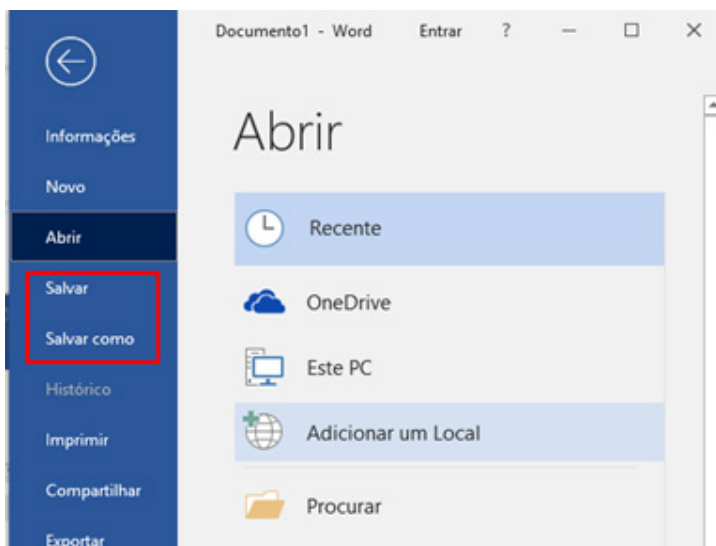


Quando você cria um arquivo no computador, seja um documento de texto, uma figura ou qualquer arquivo de programa, você pode SALVAR em uma pasta ou área de trabalho para conseguir abri-lo e consultá-lo mais tarde!

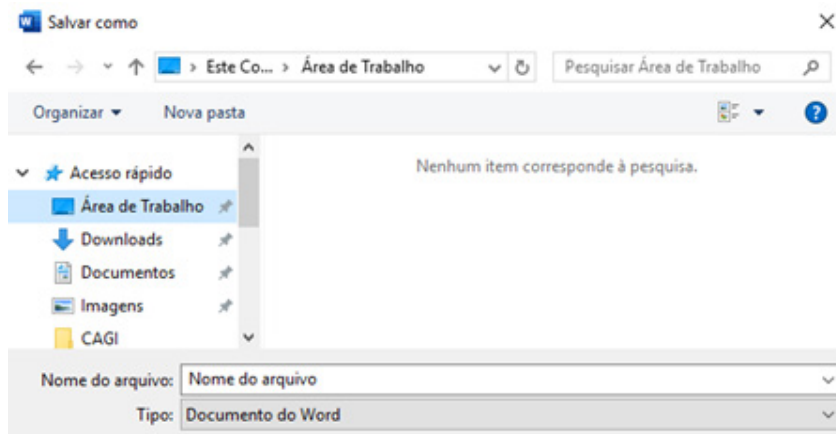
- Vejamos um exemplo de como salvar um arquivo utilizando o Microsoft Word:



- Clique na opção "SALVAR" ou "SALVAR COMO":



- Abrirá uma caixa de diálogo, parecida com esta:



- **Escolha o local (Área de Trabalho, pasta, etc);**
- **Digite um nome para o documento;**
- **Clique em SALVAR.**

Pronto!!! Você salvou um arquivo! Quando quiser abri-lo novamente, basta ir até a pasta que você o salvou e clicar em cima dele!!!

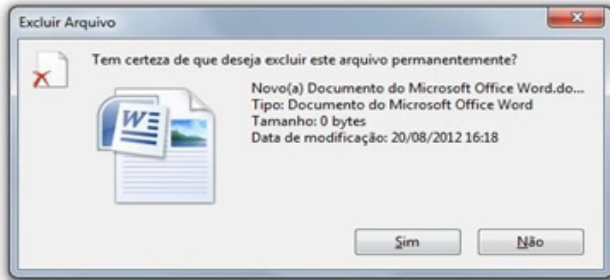
1.6 Excluindo um Arquivo (Lixeira)

Você pode excluir um arquivo utilizando a LIXEIRA.



- **Clique com o botão direito do mouse e selecione a opção EXCLUIR. Outra opção é clicar com o botão esquerdo do mouse e apertar a tecla DELETE.**

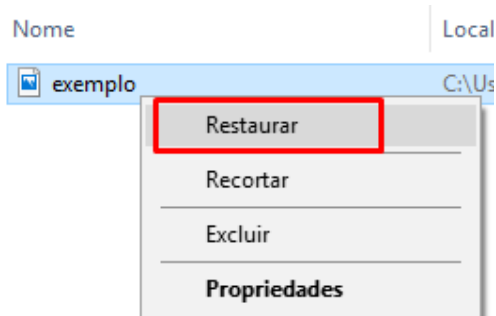
- Abrirá uma caixa de diálogo;



- Clicar na opção desejada.

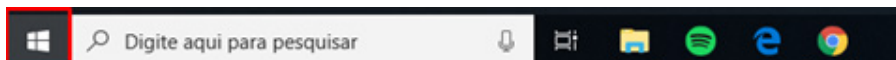
Atenção! Caso você queira restaurar um arquivo, clique duas vezes no ícone da lixeira, que estará na sua área de trabalho.

Clique com o botão direito em cima do arquivo que deseja restaurar e clique em "restaurar":

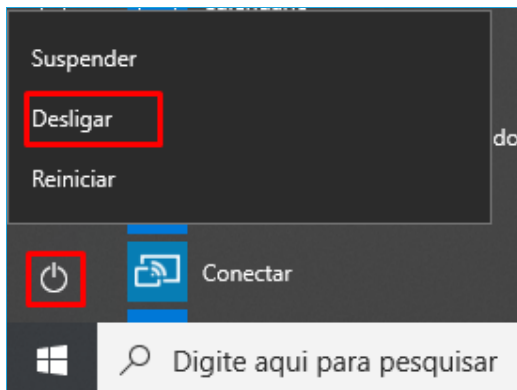


1.7 Desligando o computador

Passo a passo para desligar:



- **Clique no ícone "Ligar/Desligar";**
- **Clique no botão DESLIGAR;**



2. NOÇÕES DA INTERNET

Para utilizar a internet, você vai precisar, além do computador, outros equipamentos como cabos de rede e um modem. Além disso, vai precisar comprar um serviço de acesso à internet para se conectar. O passo seguinte será a escolha do navegador.



Pixabay

Cabos de rede



Pixabay

Modem

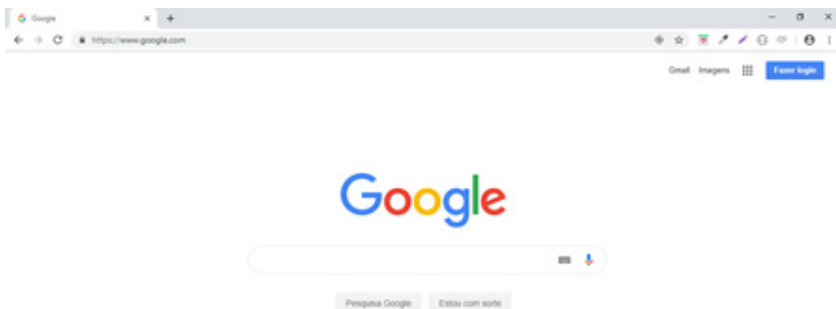
2.1 Navegador

Os navegadores de internet são programas necessários para poder acessar e visualizar páginas ou sites na internet. Exemplos de navegadores mais comuns:

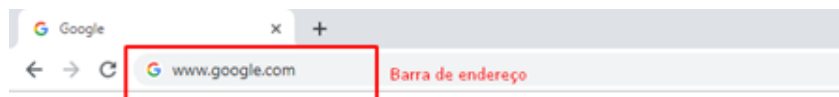


PRONTO!! Agora que você sabe o que é um navegador de internet, você conseguirá acessar as páginas e sites.

Veja um exemplo:



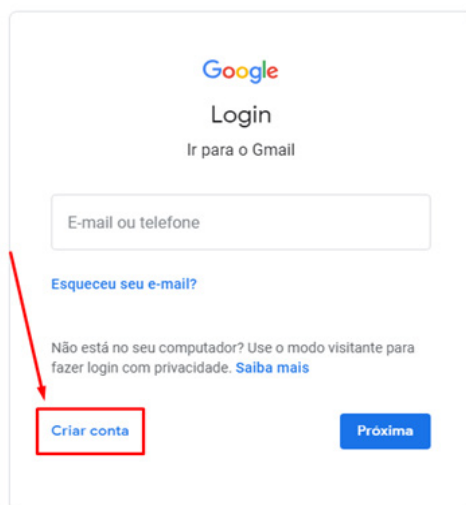
A barra de endereço é o local onde você deve digitar o site que você quer acessar, normalmente começará com "www...".



2.2 Correio Eletrônico

Através do correio eletrônico, você pode enviar mensagens como se fosse uma carta. É preciso ter uma conta em um site que ofereça este serviço. Vamos abrir uma conta de e-mail:

- Digite na barra de endereço: www.gmail.com e clique em "criar conta".



- Agora, preencha seus dados:



Criar sua Conta do Google

Ir para o Gmail

Você pode usar letras, números e pontos finais

Use oito ou mais caracteres com uma combinação de letras, números e símbolos

[Faça login em vez disso](#)

[Próxima](#)



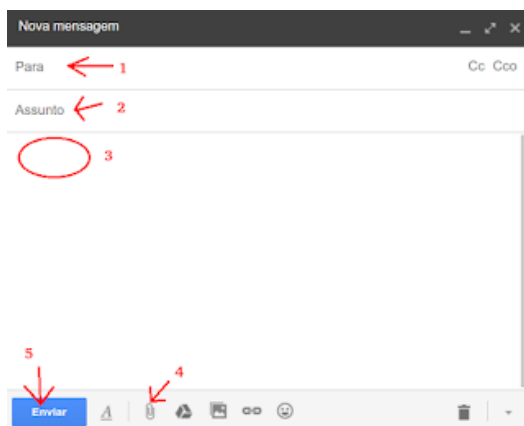
Uma única conta. Todo o Google trabalhando para você.

Com o e-mail criado, siga os passos abaixo:

- **Acesse www.gmail.com;**
- **Preencha com seu E-mail e Senha que acabou de criar;**
- **Clique em Entrar.**



Escrever um e-mail: No canto superior esquerdo clique em Escrever.



- No campo "Para", coloque os destinatários.
- Adicione um assunto.
- Escreva sua mensagem.
- Caso queira mandar uma foto ou outro documento, clique em anexar.
- Para finalizar, na parte inferior da página, clique em Enviar.

Para ler suas mensagens, clique na mensagem recebida.

2.3 Cuidados necessários

Ao navegar, cuidado com sua segurança:

- **Verifique se o site é confiável (https://);**
- **Não forneça senha e sempre saia do e-mail;**
- **Não abra e-mails desconhecidos;**
- **Desconfie de promoções;**
- **Evite o spam (mensagem enviada para divulgação de produtos, eventos, entre outros);**
- **Utilize um antivírus.**

CAPÍTULO 2 - DESTREZA COM O MOUSE

Você sente dificuldade de usar o mouse do seu computador? É difícil desenhar, apontar ou clicar em ícones com agilidade e precisão? Não se preocupe, pois isso ocorre por falta de uso dessa ferramenta. Aqui você aprenderá a usar o mouse através de um programa que é fácil de trabalhar: o Paint. Esse programa já vem instalado no seu computador, e desenhar nele desenvolverá a sua habilidade com o mouse e, também, a sua criatividade. Divirta-se com o Paint! Nele você poderá desenhar e editar imagens seguindo sempre esses passos: selecionando a cor, o tipo de ferramenta com que quer desenhar e... desenhando! Preparado para começar?

Então, vamos lá!

2.1 O paint e suas versões

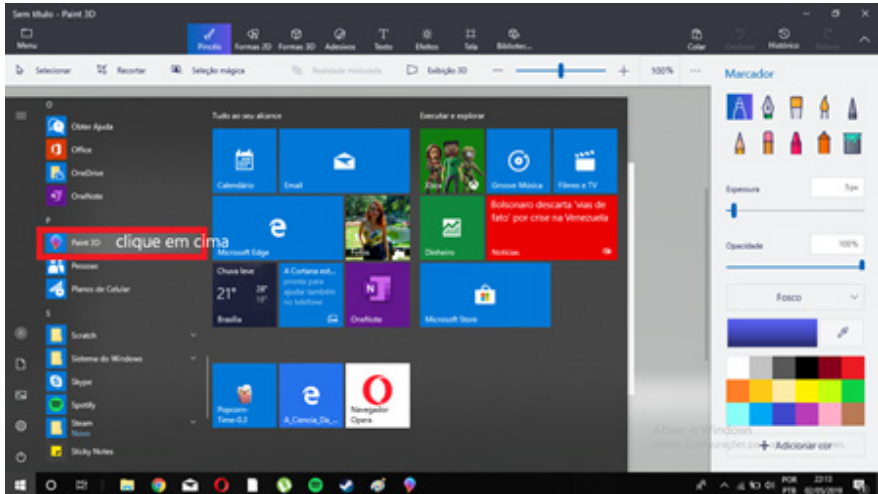
De tempos em tempos os programas são atualizados e sofrem modificações, assim existem várias versões de um único programa. Com o Paint não é diferente, por isso você poderá encontrar algumas diferenças entre o modelo que apresentamos aqui e o que você tem em sua casa.

No entanto, todas as versões têm as mesmas ferramentas básicas de desenhos, pois as principais mudanças ocorrem na disposição das ferramentas. Por exemplo, em uma versão a barra de ferramentas fica na lateral e contém todas as ferramentas juntas; em outra versão, a barra de ferramentas fica na parte superior e as ferramentas estão divididas.

Então, não se preocupe se as figuras perfeitas ou alguma outra ferramenta estiverem dispostas de maneira diferente no seu computador, pois elas executarão a mesma função.

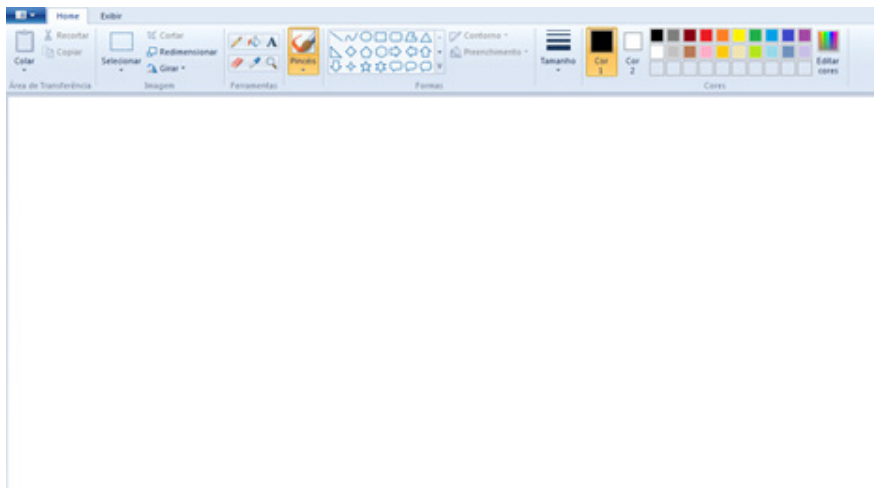


2.2 Abrindo o programa



Agora que você conhece o programa com que vamos trabalhar, já pode abri-lo em seu computador. Para isso, você deve clicar em Windows (também chamado de menu Iniciar), depois em todos os programas, acessórios e, por fim, em Paint.

Com o programa aberto, vamos analisar a sua caixa de ferramentas (1) e a sua área de trabalho (2), local onde você irá desenhar ou editar imagens.



Visualizou tudo? Então, vamos conhecer melhor as ferramentas!

2.2 Abrindo o programa

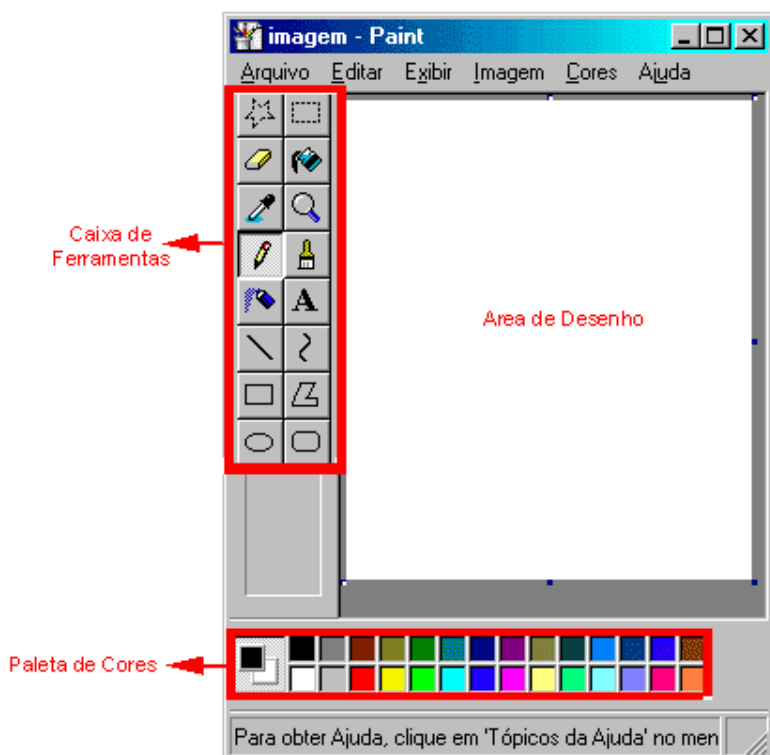
Com o programa aberto, já podemos conhecer melhor as ferramentas que utilizaremos para desenhar! Lembre-se: o Microsoft Paint permite que você desenhe seguindo apenas três passos:

- **Selecionando o estilo de linha (reta ou curva) ou a forma do objeto (quadrada, circular, triangular etc) que você irá desenhar.**
- **Escolhendo a cor do contorno e a cor do fundo do desenho.**

As ferramentas que você pode utilizar são: Lápis, spray, borracha, pincel, selecionador e preenchedor de cor, lupa (para aumentar o zoom da imagem), estilos de linhas e formas de objetos. Além dessas, existe, também, a ferramenta de texto, com a qual é possível escrever no desenho ou imagem.

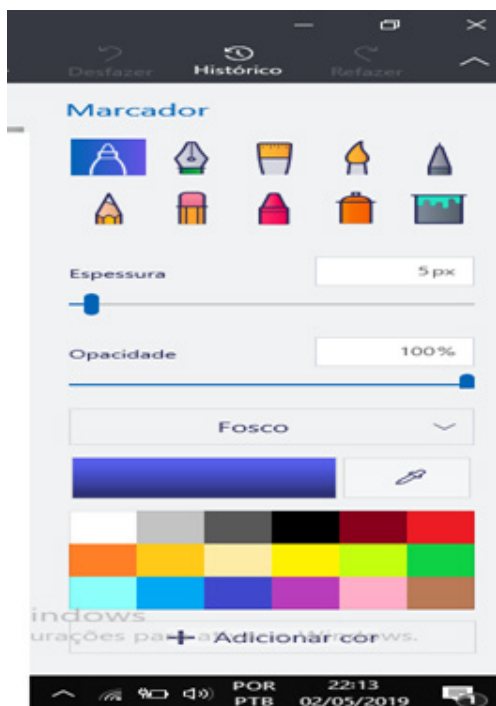
-Caixa de ferramentas


-Paleta de cores



2.3 Opções de ferramentas

O spray e o lápis são ferramentas que permitem que você desenhe com pontas finas ou grossas; já o pincel, além da espessura da ponta, você também pode escolher o modelo e o efeito que ele dará. Por exemplo, na versão Paint Windows 2007, você pode escolher se o pincel será como giz de cera, como marcador de

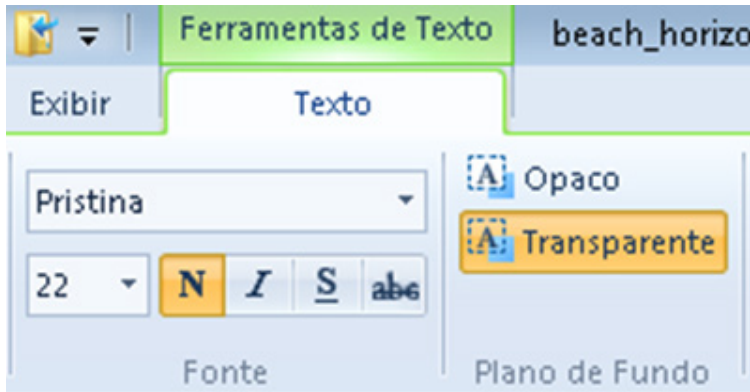


 **A Lupa: permite que você aproxime uma região da área de trabalho, assim fica mais fácil de editar as imagens com que você está trabalhando.**

 **Selecionador de Tinta: possibilita que você copie a cor de uma imagem e a utilize em seu trabalho.**

Por exemplo, se você estiver editando uma foto sua e quiser utilizar a cor do seu rosto, você seleciona a ferramenta (miniatura) e, depois, clica em cima da cor que deseja copiar. A cor já está selecionada e para utilizá-la basta você escolher uma das ferramentas: lápis, pincel ou balde de tintas, para desenhar.

Texto: Caso você queira escrever em uma imagem ou figura, você só precisa selecionar a ferramenta texto, clicar na área de trabalho e arrastar o mouse até que a área tracejada seja suficiente para o seu texto, e então, escrever. Por meio das ferramentas de texto, você define o tamanho e o estilo da letra.



Primeiros Desenhos

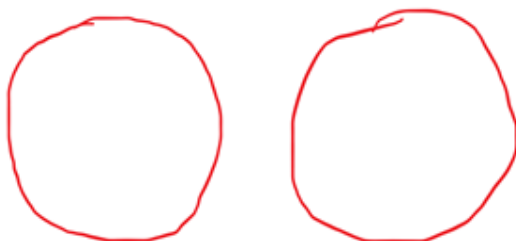
Depois de conhecer as ferramentas, só falta uma coisa para melhorar o nosso desempenho com o mouse: colocar a mão na massa! Isso mesmo, chegou a hora de desenhar!

Para começar, vamos treinar movimentos simples. Depois de selecionar a cor e a ferramenta lápis ou pincel, basta você clicar com o mouse na área de trabalho do Paint e arrastá-lo para formar o desenho. Não se preocupe, as linhas não precisam ficar perfeitas! Conforme você for treinando, o seu desempenho irá melhorar! Portanto...

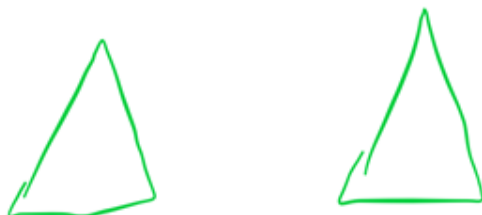
1º) Desenhe uma linha na horizontal assim como essa:



2º) Agora, faça um círculo parecido com esses:

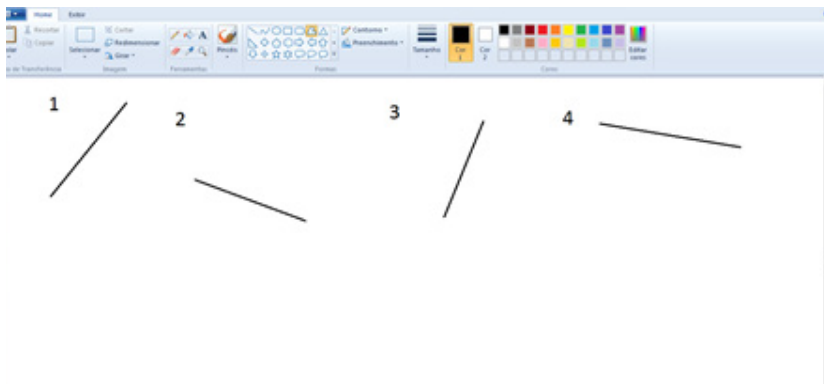


3º) E por fim, crie um triângulo como esses abaixo



2.4 Ferramenta polígono

Há uma ferramenta no Paint que é muito interessante, ela se chama Polígono. E sabe o que ela faz? Basicamente ela liga pontos! Isso mesmo! E como utilizá-la? Supondo que vamos desenhar um quadrado, primeiro você seleciona a ferramenta (), depois clica na área de trabalho e arraste o mouse até formar a primeira linha, a qual será a base do quadrado; então, clica na região acima do fim dessa linha e você verá que o traço se formará automaticamente. Para finalizar o quadrado, você pode seguir a sequência de passos da figura abaixo:

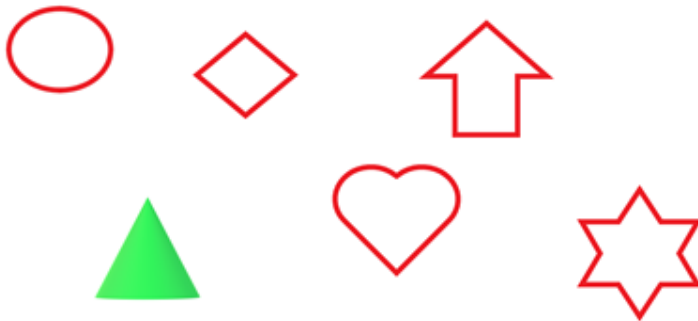


Para desenhar uma figura uniforme, pressione a tecla shift junto com o mouse, depois arraste.

Quanto mais para o lado você arrastar o mouse, mais largo será o desenho, e quanto mais para cima ou para baixo você for, maior será a dimensão vertical dele.

Tente desenhar algumas formas perfeitas no seu computador! Caso precise apagar algum risco ou desenho, basta clicar na borracha e passar por cima da imagem a ser apagada.

Exemplos:



Pode parecer estranho imaginar o Paint como uma folha de papel em branco com lápis, borracha e tintas ao lado para criar e desenhar, mas é justamente isso que ele é.

Esta é a receita da simplicidade!

Desenhando

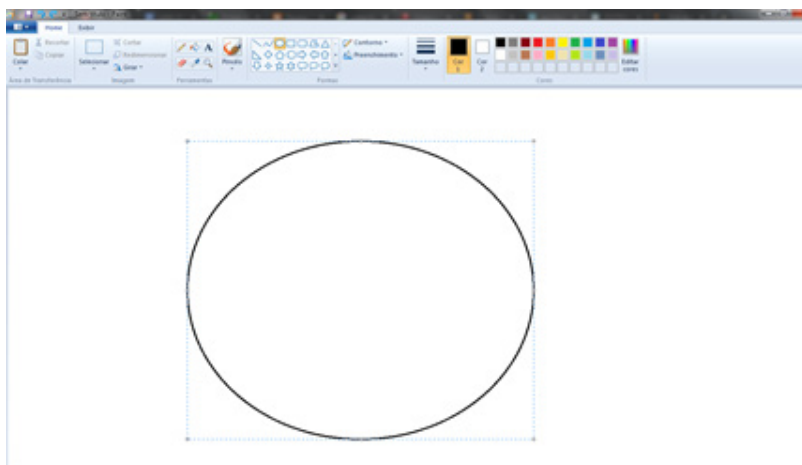
Agora que você treinou os movimentos simples e conhece as formas perfeitas, podemos partir para desenhos mais complexos.

Que tal desenhar um Emoticon?

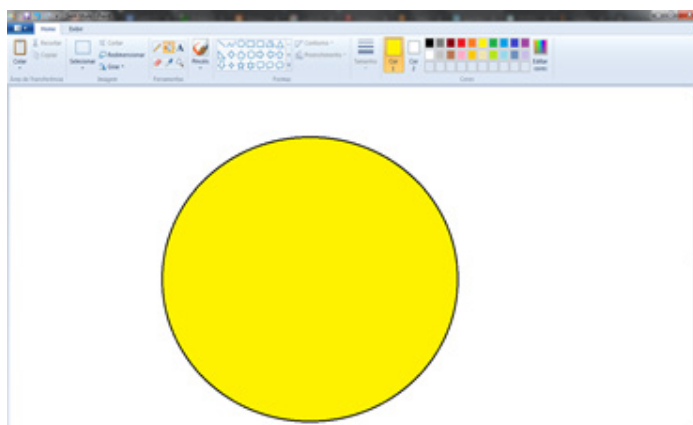
Um emoticon é um rosto que expressa emoções virtualmente. Depois de pronto, ele ficará parecido com esse:



Para começar, iremos desenhar um círculo perfeito



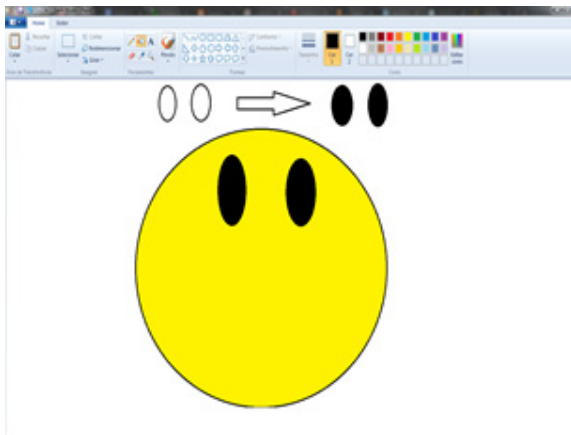
Para colori-lo, selecione a cor amarela na paleta de cores e depois a ferramenta balde de tintas na barra de ferramentas. Dê um clique dentro do círculo para que a sua superfície seja colorida.



Depois de pintado de amarelo, faremos os olhos e boca dele. Para os olhos, são necessários dois círculos ovais. Para isso, você precisa arrastar o mouse mais na vertical do que na horizontal.

É interessante que você faça os olhos e a boca dentro do círculo maior; caso não consiga, logo adiante ensinaremos a você como mover imagens.

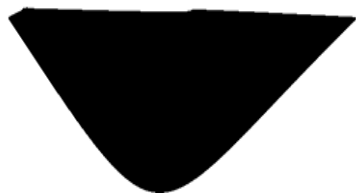
Esses círculos ovais serão pintados de preto, seguindo os mesmos passos utilizados para pintar o círculo amarelo. O desenho ficará assim:



Para fazermos a boca, utilizaremos a ferramenta curva, criando duas linhas e entortando-as. Primeiro, após selecionar essa ferramenta, crie uma linha na horizontal, clique no centro dela e arraste-a para baixo, o que resultará nessa figura:



Depois, devemos fazer um traço acima da linha curvada e, por meio dos mesmos movimentos, curvaremos levemente para que o desenho, depois de preenchido, fique assim:

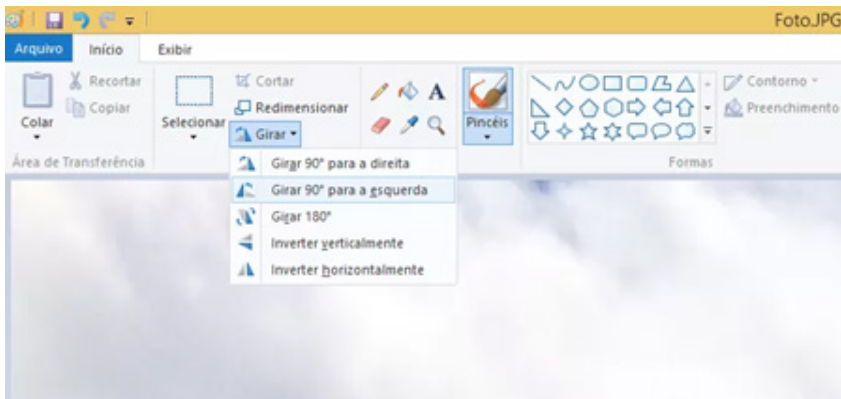


Prontinho! Aqui está o nosso amigo! Parabéns, ao fim desta etapa você conseguiu usar as ferramentas de linha, desenhar e pintar! Antes de praticarmos ainda mais essas atividades, o que acha de aprendermos a mover de lugar imagens e desenhos do Paint? Então, vamos lá!

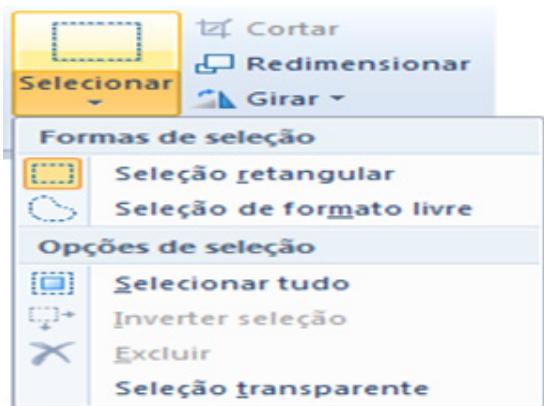
2.5 Movendo objetos

Para mover objetos, você deve clicar no botão SELECIONAR ou SELECIONAR FORMA LIVRE na barra de ferramentas, então você clica na região próxima à da figura e arrasta o mouse de modo que a área tracejada envolva toda a figura que será movida. Depois disso, você deve clicar dentro da área tracejada e arrastá-la para onde quiser.

A função girar um objeto existe apenas nas últimas versões do Paint, mas o modo de funcionamento não foge do padrão que você usa para mover o objeto. (através do botão Selecionar ou Selecionar-Forma Livre)



Qual a diferença entre Selecionar e Selecionar Forma Livre?



Com a função selecionar, a área selecionada terá sempre formato retangular, já com a função livre você pode selecionar uma área com o formato que você quiser! Veja a figura abaixo que exemplifica essas funções:



Ainda com a função selecionar, você pode realizar outra ação: a de copiar e colar! Primeiro você seleciona a figura clicando numa região próxima à da imagem e arrasta o mouse de modo que a área tracejada envolva toda a figura, então clica com o botão direito dentro da área tracejada e seleciona a opção copiar. Desse modo você pode ir para outro programa, como o Word, por exemplo, e clicando com o botão direito do mouse, selecionando a opção colar, você joga a figura recortada em um novo lugar! E mais, existem atalhos para você realizar essas ações!

Observe:

Para copiar você pressiona a tecla CTRL, juntamente, com a tecla C e para colar pressiona a tecla CTRL e, simultaneamente, a tecla V. Aproveite e teste essas funções!

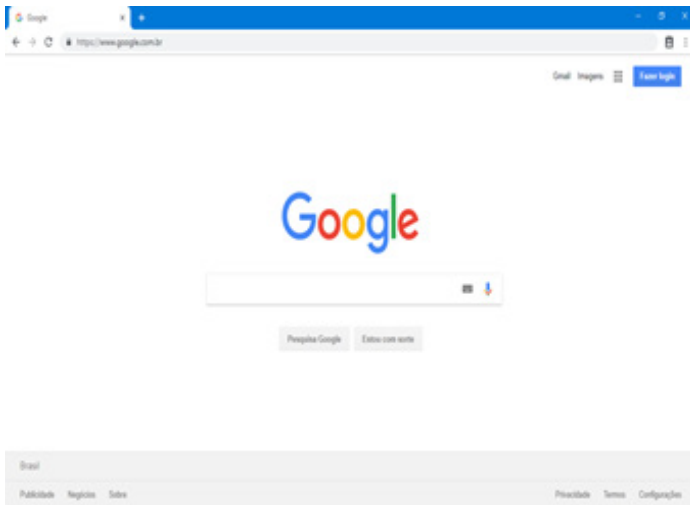
2.6 Importando imagens

Uma boa oportunidade para você fazer isso é utilizando a tecla *printscreen* (Colocar imagem).



Pixabay

Quando você aperta essa tecla, o computador “tira uma foto” da janela que está aberta em sua tela, e para ver essa “foto” você abre o Paint e digita CTRL+V ou clica com o botão direito na área de trabalho do programa e seleciona a opção colar e pronto! Você tem uma foto da própria tela do seu computador! Veja o exemplo de uma imagem do navegador da internet:

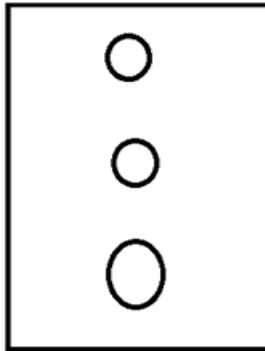


Desenhando com Linhas

Uma vez que você já consegue desenhar, usar formas perfeitas, colorir, mover e girar figuras, já podemos partir para nosso último desenho! Que tal desenharmos um boneco? Calma não será tão difícil! Venha, vamos começar... Primeiro crie um retângulo grande para usarmos como tronco do boneco. Ex:

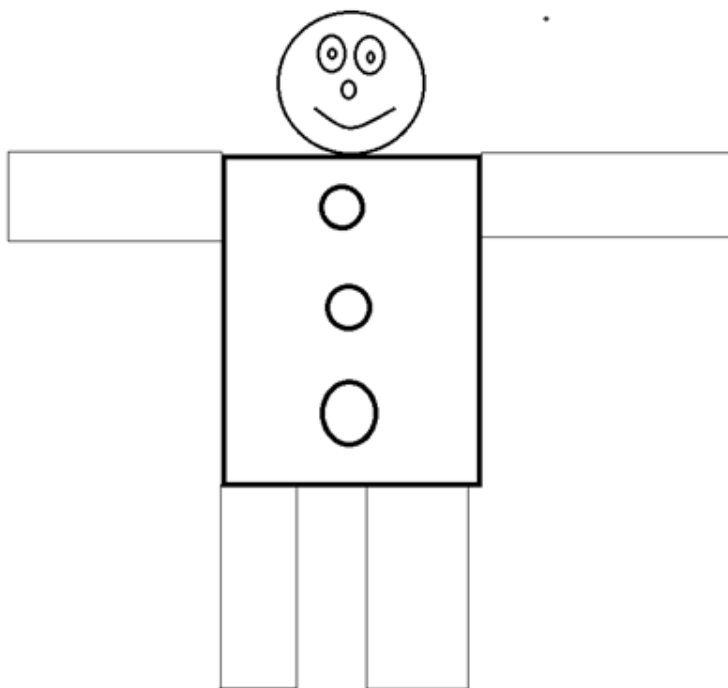


Agora, selecione o pincel e crie pequenos círculos no meio tronco, como se fossem botões:



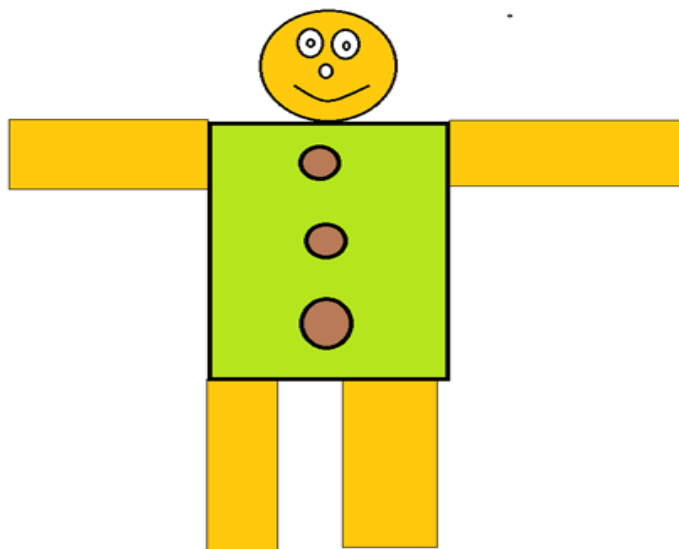
Selecione novamente o retângulo e crie as pernas do boneco com dois retângulos finos. Para os pés, ainda com o retângulo selecionado, crie um quadrado

abaixo de cada perna. Para os braços, repita a operação feita para as pernas, porém forme retângulos na horizontal. Para a cabeça, crie um círculo em um espaço qualquer da área de trabalho e, usando as técnicas de mover imagens, arraste-o até a posição acima do tronco. E para finalizar, com a ferramenta lápis, desenhe os olhos, o nariz e a boca. Isso aí, finalizamos!



2.7 Colorindo

Ainda tem alguma coisa faltando, não acha? Isso mesmo, precisamos pintar o boneco, assim nosso amigo ficará mais bonito. Para colori-lo, você usará a ferramenta balde de tinta ou preenchedor de cor, como ele também é chamado. Recorda-se dos passos? Pois bem, primeiro você seleciona a cor na paleta de cores, depois a ferramenta balde de tinta e, por fim, clica dentro da região que deseja colorir. Caso queira pintar a cor dos contornos do desenho, você pode usar a ferramenta pincel ou o próprio balde de tintas. Para facilitar, utilize a ferramenta lupa para dar um zoom na imagem, ou seja, para aproximá-la.

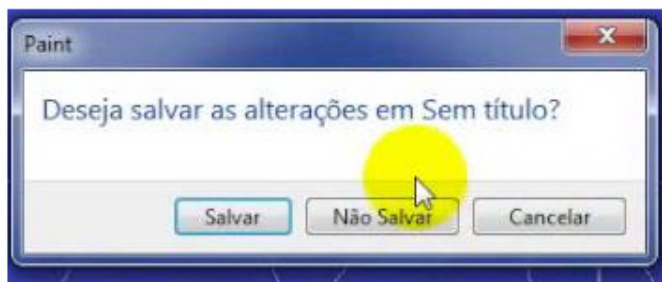


Uau! O resultado ficou ótimo, não é? E se você quiser mostrar a sua arte para alguém mais tarde? Para isso você precisa ter a sua obra guardada no computador!

Salvando seu desenho

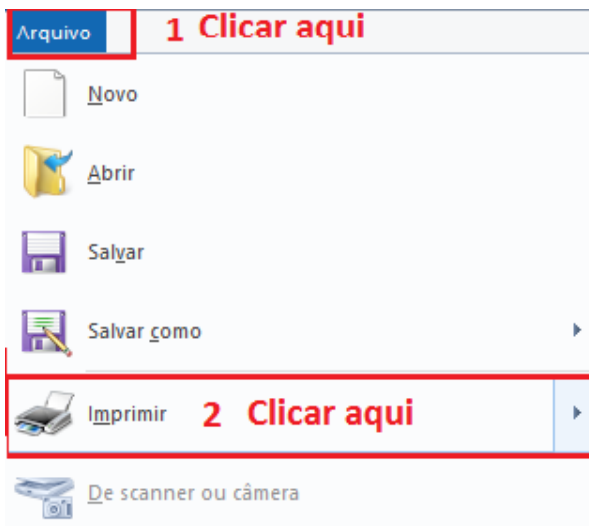
Então, vamos aprender a salvar o seu desenho? É muito simples! Para salvá-lo, basta você clicar em ARQUIVO (PAINT), selecionar a opção SALVAR ou SALVAR COMO, escrever um nome para o seu arquivo e, para completar a ação, clicar em SALVAR.

Caso você clique no botão para fechar a janela sem ter salvado o seu arquivo, o próprio Paint pergunta, automaticamente, se você não quer salvá-lo. E caso queira, você só precisa clicar em SALVAR e seguir os passos mencionados acima. Pergunta:



Qual a diferença entre SALVAR e SALVAR COMO? A opção salvar permite que você crie e edite um documento sem alterar o seu nome. Já com a opção salvar como, você pode editar e salvá-lo como um novo documento.

Nesse mesmo menu, há a opção para imprimir sua imagem:



Importando Imagens do

O Paint possibilita que você edite fotos ou imagens que estejam no seu computador! Para fazer isso, você só precisa clicar em Arquivo/Paint, depois selecionar a opção abrir e, por fim, clicar na pasta e no arquivo que deseja trabalhar.

Através dessa ação você pode editar a foto de uma pessoa querida e dar a ela de presente! Aproveite!

Parabéns!

Você completou todas as etapas para o seu aprendizado, mas você precisa continuar treinando! Use sua criatividade, invente desenhos, e treine a sua coordenação motora. Somente praticando é que você vai adquirir facilidade em usar o mouse!

Pratique! Aqui estão algumas sugestões para você desenhar e treinar, mas lembre-se: você pode criar muito mais! Divirta-se!



Pixabay

CAPÍTULO 3 - INTERNET E PRODUTIVIDADE

Seja bem-vindo ao capítulo 3. Iremos abordar os conceitos gerais sobre uma das tecnologias mais fascinantes e revolucionárias dos últimos tempos, a internet.

O seu desenvolvimento iniciou-se no final dos anos 60, relacionado à indústria militar que pretendia desenvolver uma rede de computadores interconectados que pudessem sobreviver mesmo com a destruição de determinados computadores de dentro da rede (ABREU, 2009).

Assim, nos anos 60, nasceu o embrião da internet moderna que era denominado de Arpanet, sendo ela uma forma de conectar universidades de dentro dos Estados Unidos.

Posteriormente a esse primeiro passo dado pelos militares, a instituição civil National Science Foundation (NSF) entendeu que essa rede embrionária deveria ser uma rede de comunicação aberta sem o controle militar, assim, nos 80, surgiu a NSFNET que viria a se tornar o que conhecemos como internet nos anos de 1990 (ALMEIDA, 2005).

É importante frisar que a internet só se tornou o que é hoje no final dos anos 80 com a criação da tecnologia www por Tim Berners Lee, engenheiro do centro de pesquisas nuclear europeu CERN (ALMEIDA, 2005).

A invenção de Tim foi fundamental pois possibilitou a criação da noção de site propriamente dito e junto a ele um programa para poder acessar a esses sites.

Com isso imagens, textos e depois vídeos ganharam vida e a internet iniciou a ganhar o aspecto multimidiático que tem hoje. Comercialmente, a internet foi aberta ao público a partir dos anos de 1990 e desde então o seu crescimento foi exponencial, tanto em aspectos tecnológicos como de tamanho de usuários.

3.1 Internet, que bicho é esse?

Após uma breve introdução sobre a história da internet chegamos finalmente na seguinte questão: o que é essa internet? Bem, a internet pode ter uma série de funcionalidades como a comunicação com outras pessoas a partir das redes sociais (que será melhor explorado na apostila 5), comércio eletrônico e transações bancárias (que será discutido na apostila 4),

educação, mobilidade urbana e produtividade com as ferramentas em nuvem que são essenciais para guardar suas fotos, vídeos e textos de forma permanente e conectada em vários dispositivos.

Conectividade é uma palavra-chave quando falamos de internet e resumindo em pouquíssimas palavras o funcionamento da internet se dá com a interconexão de uma série de computadores ao redor do mundo a partir de uma identidade única (RG) para cada computador que é chamado de IP, com isso cada elemento dentro da rede é único garantindo a rastreabilidade e, também, o funcionamento propriamente dito dessa grande rede.

Por este motivo, as conexões na internet não são anônimas. De um modo geral, as suas ações dentro da internet estão associadas ao seu nome, garantindo maior segurança e protegendo os usuários de ações ilícitas dentro da rede.

Como mencionamos, a internet é uma conexão global e para que os países se conectem entre si é necessário a utilização de cabos que passam debaixo dos oceanos para que os usuários consigam acessar outros computadores que, porventura, estejam em outro continente.

Cabo submarino



É importante mencionar que quando falamos em rede mundial de “computadores” não nos referimos somente ao computador residencial, de modo que no contexto da internet, a palavra computador pode se referir a qualquer dispositivo conectado na rede, bem como computadores que armazenam um site (servidor) ou um celular que é usado no cotidiano, portanto, são exemplos de dispositivos computacionais.

Ou seja, quando estamos nos conectando para conversar com um amigo no WhatsApp, basicamente o nosso celular se conecta ao servidor do WhatsApp que

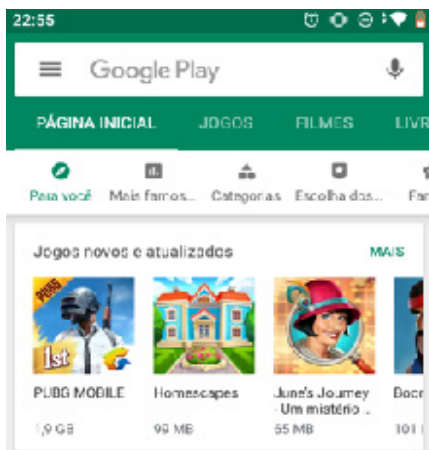
está localizado nos Estados Unidos e esse servidor faz a conexão com a outra pessoa. Pela razão de muitos serviços de internet terem seus servidores localizados no estrangeiro, é importantíssima essas interconexões por cabos submarinos para que a internet ganhe efetivamente vida.

3.2 A internet como ferramenta de mobilidade

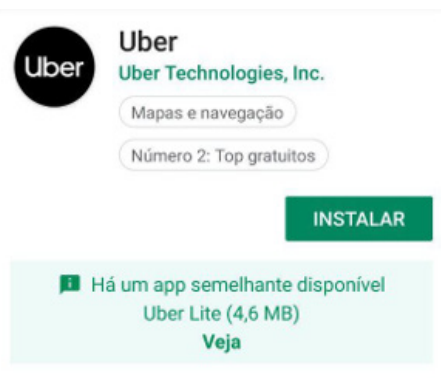
Uma das questões tecnológicas mais importantes que se sucederam nos últimos tempos foi o desenvolvimento de ferramentas de transporte individual que ligam motoristas a clientes como o Uber e 99.

A relevância destes dois aplicativos está em facilitar a mobilidade de toda uma sociedade e principalmente por serem ferramentas de cunho tecnológico que utilizaram-se da internet para promover profundas alterações no meio.

Para utilizar o Uber é necessário localizar o mesmo na loja de aplicativos de seu celular. No caso do Android, deve-se procurar na loja Google Play.



Após abrir a loja, procure por Uber na barra de busca e baixe o aplicativo clicando em instalar. É importante se certificar que a empresa dona do aplicativo seja a Uber Technologies Inc.



Posteriormente a instalação do aplicativo é necessário realizar o cadastro rápido que inicialmente solicitará o seu número.

Viaje com a Uber

 +55 Insira seu nº de celular

[Ou entre com uma rede social](#)

O processo de cadastro irá exigir uma série de dados como e-mail, uma senha e o seu CPF. A tela de solicitação de corridas no Uber é a seguinte:

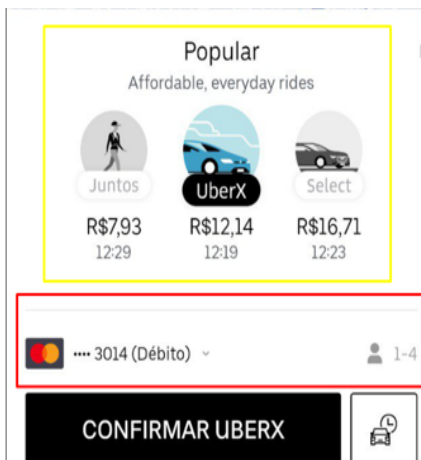


Ao visualizar essa tela é possível digitar o nome do seu destino na barra de busca e após começar a escrever será aberta uma nova tela, como aparece na Figura 5, onde o retângulo vermelho refere-se a sua localização atual (que normalmente já vem pré-escrita), em verde você necessita escrever o endereço para onde você quer ir e após terminar de escrever o endereço irá aparecer o mesmo em baixo (na localização do retângulo azul).

Caso deseje adicionar mais um destino na mesma corrida, clique no botão + que está ao lado do destino que você escreveu.



Após aparecer o seu endereço de destino no lugar que está o retângulo azul na Figura 5, você necessita clicar nele para configurar a corrida. Após esse procedimento será aberto uma nova tela para escolha do pagamento e confirmar a corrida.

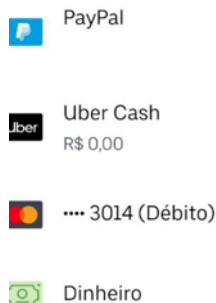


No retângulo em amarelo aparecem as opções de corrida, sendo o Uber Juntos a opção na qual você irá compartilhar, com um outro usuário selecionado aleatoriamente pelo o Uber, a sua mesma rota, ou seja, você irá junto com uma pessoa desconhecida dividindo o carro.

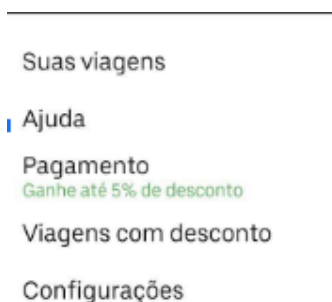
De um modo geral, o Uber Juntos é a opção mais barata; porém é necessário dividir o carro com outra pessoa. A outra opção é o UberX, que você irá sozinho para o seu destino, sem nenhum desvio de rota, como ocorre no Uber Juntos.

Há ainda o UberSelect e o UberBlack, que também são opções individuais, porém com carros mais recentes e melhores que o UberX e Juntos.

Já o retângulo vermelho refere-se à opção de pagamento e ao clicar nele você consegue visualizar as opções de pagamento



Você pode escolher pagar em dinheiro ou também registrar um cartão de crédito ou débito, o que pode ser feito na tela inicial clicando no botão que está no canto superior esquerdo, em cima da barra de busca. Ao clicar nesse botão será aberto as opções de configuração.

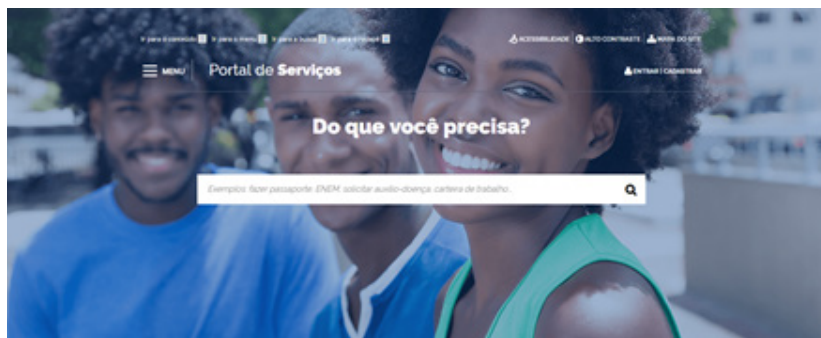


Após isso, clique em Pagamento e adicione os cartões que deseja. Também é possível comprar em mercados e lojas os créditos pré-pago do Uber e adicionar os mesmos no botão 'Pagamentos'.

De um modo geral, as principais funcionalidades do Uber foram descritas nesse capítulo. Embora, não tenhamos apresentados o maior concorrente do Uber, que é o 99, as funcionalidades dos dois aplicativos são similares.

3.3 Governo digital

Outra enorme possibilidade promovida pela internet é a do governo facilitar serviços de maneira simplificada e com menos burocracia. O Portal de Serviços do Governo Federal serve justamente para esse fim: facilitar o acesso aos diversos serviços que o cidadão eventualmente necessita. Para acessar o portal é necessário digitar o endereço: <https://gov.br>



Serviços em destaque

EDUCAÇÃO E PESSOAS Candidatar-se ao Prêmio Professores do Brasil Os candidatos se inscrevem até 31/05/2024 para concorrer ao prêmio por meio de um relato de prática pedagógica, no sistema SIB.	Serviços de Trânsito Minhas habilitações Consulte aqui os dados de todas as suas habilitações. Meus serviços Consulte aqui as informações.	Entenda a Nova Previdência Simular aposentadoria em breve Saiba o valor de sua aposentadoria. Calcular contribuição Saiba quanto você vai cost.	EMPRESA, INDÚSTRIA E COMÉRCIO Requerer autorização para atos de filial de soc... A sociedade empresária estrangeira, que tenha estabelecimento no Brasil, por membros de filial, nacional.
--	--	---	--

No canto superior direito há o botão para cadastramento e, após a conclusão do cadastro, é necessário buscar na barra de busca os serviços desejados.

3.4 Integrando informações - a nuvem -

Caro leitor, ao chegar nesse tópico você deve estar se perguntando: o que é essa tal da nuvem? No mundo tecnológico e da internet, computação na nuvem refere-se à capacidade dos usuários em acessar uma

vasta quantidade de informações em qualquer lugar e em qualquer dispositivo, desde que se tenha conexão com a internet (PEDROSA, 2011). Ou seja, é possível acessar seus documentos (fotos, vídeos, imagens etc.) em qualquer dispositivo apenas tendo um serviço de computação em nuvem com conexão à internet.

As vantagens disso são imensas! É possível ter o acesso a todos esses arquivos, mesmo se seu equipamento estragar, pois eles estão guardados em um servidor externo e não em seu próprio dispositivo. Entretanto, como os dados estarão associados a uma conta é de fundamental importância não se esquecer da senha do serviço que está prestando o serviço de nuvem, senão o acesso aos dados pode ser comprometido.

Para que a nuvem de fato aconteça é “[...] necessário reunir todas as aplicações e dados dos usuários em grandes centros de armazenamento, conhecidos como data centers [...]” (PEDROSA, 2011, p. 1). Um detalhe muito relevante na computação em nuvem é que os recursos tecnológicos passam a ser tratados como serviços (SOUSA et al., 2009).

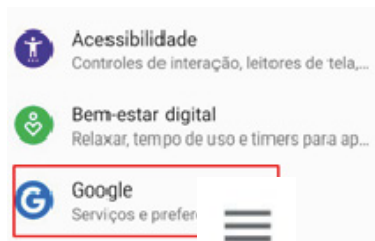
E que serviços de nuvem nós podemos utilizar? Em geral serviços como Netflix, Youtube (a ser tratado na apostila 5), Gmail, Spotify,

Google Drive, entre outros, podem ser definidos como serviços de nuvem. No próximo capítulo, iremos abordar um pouco do serviço em nuvem Google Drive e suas inúmeras funcionalidades de integração e computação em nuvem.

3.5 *Backup*, uma função da nuvem

Uma das funções que estão ligadas a computação na nuvem está no *backup* de arquivos, que é basicamente a garantia que os seus arquivos e configurações estarão salvos mesmo se seu dispositivo estragar. *Backup* é um termo em inglês para cópia de segurança, então, em suma, essa funcionalidade refere-se a salvar determinado arquivo em nuvem para evitar a sua perda. Um exemplo típico é o salvamento de seus contatos e configurações do celular, se eles estiverem salvos em nuvem em uma eventual troca de celular os contatos, fotos e configurações do celular serão mantidos.

Para fazer isso é necessário localizar a opção de *backup* em seu dispositivo (os exemplos são para o sistema Android) indo nas configurações do mesmo e clicando em conta Google nas configurações do celular.



Após clicar em conta Google é necessário clicar em cópia de segurança e será necessário clicar para o lado direito, no botão circulado em vermelho para confirmar o *backup* das configurações do Android.



É importante que os contatos sempre sejam salvos em sua conta Google, para que assim eles não se percam numa eventual troca de dispositivo.

Para os *backups* de fotos é necessário abrir o programa Google Photos (caso não esteja instalado no celular é possível fazer o *download* na loja de aplicativos Google Play, seguindo as orientações de *download* dadas para o Uber que já foram mencionadas nesta apostila).

Ao abrir o Google Photos é necessário clicar no botão



que está ao lado da barra de busca e com isso ir na opção configurações



Lixeira

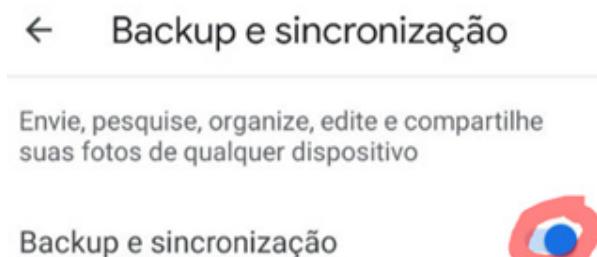


Liberar espaço



Configurações

Após clicar em configurações é necessário ir em *backup* e sincronização e confirmar o *backup*, de modo que será necessário arrastar o botão para direita confirmando o *backup* das fotos para a nuvem do Google Drive

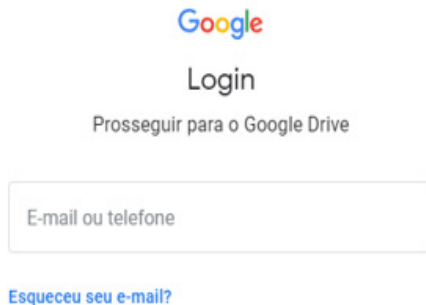


O processo de *backup* de fotos é fornecido gratuitamente pelo o Google Photos, podendo deste modo acessar as fotos em qualquer dispositivo desde que você entre com a sua conta Google no dispositivo. É possível também visualizar as fotos no computador, entrando no site (photos.google.com).

3.6 Usando a nuvem para a produtividade

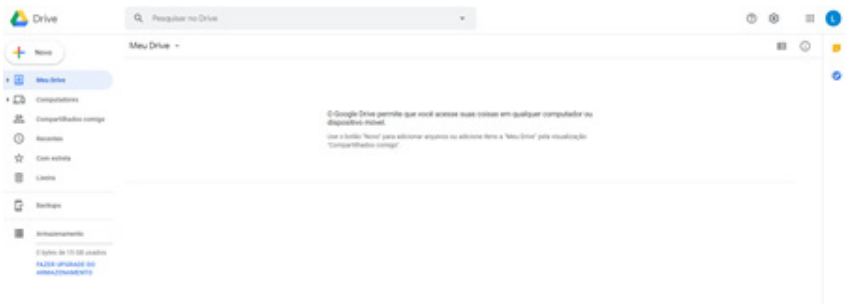
Um dos serviços mais relevantes para produtividade é o Google Drive, sendo uma plataforma que permite a armazenagem de fotos, vídeos, documentos, entre outras coisas. Para acessar ao google drive é necessário acessar o endereço www.drive.google.com e clicar no botão Aceder ao Google Drive.

Posteriormente será necessário realizar cadastro no Google caso você ainda não tenha no botão 'Criar conta'

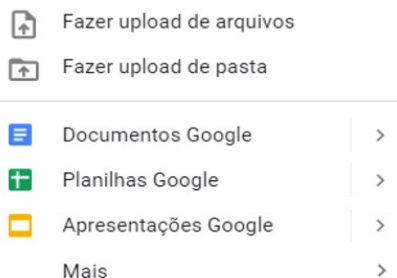


The image shows a screenshot of the Google Drive login interface. At the top, the Google logo is displayed in its characteristic multi-colored font. Below the logo, the word "Login" is centered in a black sans-serif font. Underneath "Login", the text "Prosseguir para o Google Drive" is centered in a smaller, lighter font. A large, light gray rectangular input field is positioned below the text, containing the placeholder text "E-mail ou telefone". At the bottom of the input field, there is a blue link that reads "Esqueceu seu e-mail?".

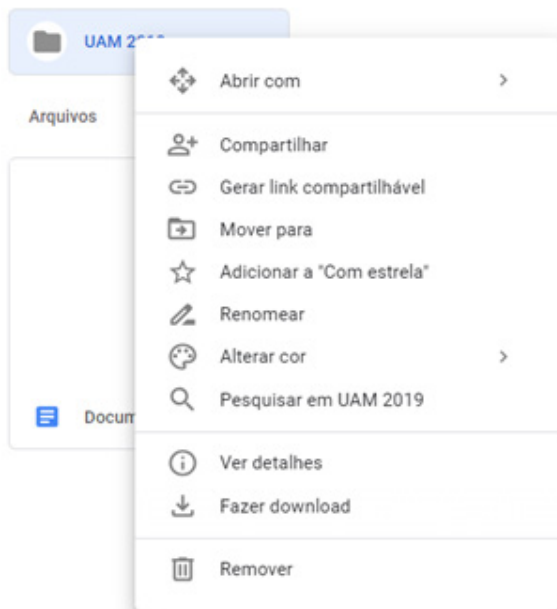
Será necessário informar alguns dados para realizar o cadastro e após isso a sua conta estará apta para entrar no Google Drive.



Clicando com o botão direito dentro do espaço em branco abrirá um quadro com algumas opções.



A opção 'nova pasta' é útil para categorizar os seus arquivos dentro do Drive, facilitando o acesso aos mesmos. Já 'fazer upload de arquivos' tem como função o envio de seus documentos para o Drive e 'upload de pastas' apresenta a mesma funcionalidade, porém com o envio de pastas com vários documentos à plataforma. Ao selecionar uma pasta ou arquivo com o botão direito do mouse outras funcionalidades são apresentadas.



'Abrir com' refere-se ao tipo de serviço do Google que você deseja abrir aquela pasta ou arquivo, se for por exemplo um arquivo do tipo planilha é possível abrir com o Google Planilhas.

'Compartilhar' pode ser utilizado para permitir o acesso daquela pasta ou arquivo com outras pessoas. 'Gerar link compartilhável' gera um link compartilhável que pode ser compartilhado com outras pessoas. 'Mover para' permite enviar organizar o seu Drive e realocar as localizações dos arquivos e pastas.

Adicionar estrela: tem como utilidade dar destaque para o arquivo/pasta;

Renomear: permite a troca de nome do arquivo/pasta’;

Alterar cor: modifica a cor do ícone da pasta, facilitando a organização;

Pesquisar: serve para localização.

Documentos Google, Planilhas Google e Apresentações referem-se às ferramentas de produtividade em nuvem do Google Drive. Estas três ferramentas podem ser equiparadas ao Word, Excel e Power Point, entretanto não se trata de programas e sim de ferramentas em nuvem com todas as suas vantagens atreladas. Nessa apostila iremos demonstrar algumas funcionalidades do Google Docs, como será exposto no próximo tópico.

3.7 Google Docs e sua integração em nuvem

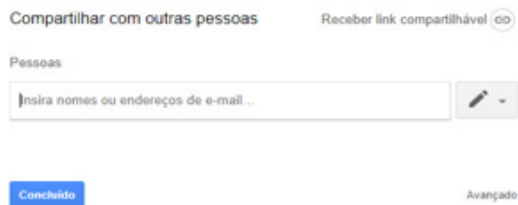
Como já mencionado anteriormente o Google Docs é uma ferramenta integrante da suíte Google Drive, sendo uma ferramenta importante para o desenvolvimento de texto.

O Google Docs permite salvamento automático



e compartilhamento do documento para outras pessoas, de modo que se torna possível trabalhar em rede simultaneamente ao escrever em algum documento.




No canto superior direito há um botão denominado Compartilhar, que permite o acesso desse arquivo por outras pessoas de modo que o documento possa ser construído colaborativamente.






Logo ao lado do botão compartilhar há uma caixa de diálogo que permite conversar com as pessoas que você convidou para editar o documento.














FUNCIONALIDADES DO DOCS

BOTÃO	FUNCIONALIDADE
	Desfazer a última ação
	Refazer

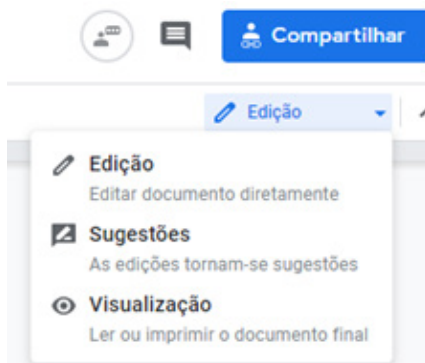
	Imprimir o documento
	Verificar a grafia correta
	Seleciona e copia o “estilo” da formatação de uma parte do documento, podendo ser usada em outra.
100% ▾	Zoom- ajusta o tamanho da visualização do arquivo
Texto norm... ▾	Estilo da formatação
Arial ▾	Fonte selecionada para o corpo do texto.
15 ▲ ▾	Tamanho da fonte selecionada para o texto.
B	Negrito

<i>I</i>	Itálico
<u>U</u>	Sublinhado
A	Cor do texto
	Cor de destaque - função "marca-texto"
	Inserir Link da <i>Internet</i>
	Adicionar comentário ao documento
	Inserir Imagem, tanto do <i>Google</i> Imagens, quanto as salvas no computador pessoal.
	Alinhamento do texto

	Espaçamento entre as linhas do texto
	Lista numerada
	Lista com marcadores
	Funções de recuo- para diminuir ou aumentar o recuo do parágrafo ou do texto.
	Limpar a formatação do texto.
	Acessibilidade -permite a inserção de letras a partir de desenhos no campo do <i>mouse</i> .
	Mais opções de configuração da aparência do <i>docs</i> .

	Cor do plano de fundo.
	Cor da borda
	Largura da borda
	Linha da borda

Além dos botões descritos no quadro acima há a possibilidade de alternância no modo de edição do texto, a opção 'edição' permite a edição propriamente dita do arquivo, o modo 'sugestão' permite que seja realizado comentários no arquivo sem que haja uma alteração no texto e o modo visualização não permite nem edição e nem sugestão. Ao compartilhar o documento você pode optar pelo o tipo de acesso que a pessoa que irá receber o arquivo irá ter.



As vantagens do Google Docs são inúmeras, em especial por ser um serviço que permite a colaboração em nuvem com várias pessoas trabalhando no mesmo documento, além de ser gratuito e com sincronia em vários dispositivos. É possível utilizar as ferramentas do Google Drive em seu celular bem como no computador, sendo essa uma das maiores vantagens da computação em nuvem, a sincronização da informação em vários dispositivos.

CAPÍTULO 4 - SEGURANÇA

O capítulo 4 da apostila - Inclusão Digital para a Maturidade, apresentará noções sobre segurança na internet e alguns conceitos relacionados ao tema.

O capítulo vai apresentar detalhadamente como utilizar a internet com mais segurança, qual a importância da segurança, como identificar uma página falsa, como fazer uma boa senha, como recuperar uma senha, segurança para acessar bancos, SPAM e segurança em redes públicas.

Demonstrando que é possível utilizar a internet com segurança e aproveitar todos os benefícios oferecidos por ela para facilitar e melhorar a vida na terceira idade.

Pesquisas indicam que o uso da internet com segurança proporciona melhora das habilidades mentais e cerebrais, melhora da memória, melhora da saúde mental e colabora com a diminuição de quadros depressivos em pessoas na terceira idade.

Esperamos que vocês aproveitem muito as dicas e as informações sobre segurança na internet e possam utilizar a internet com mais segurança e frequência para as atividades do dia a dia e para o lazer.

4.1 Por que a segurança é importante?

A internet oferece muitos benefícios para a terceira idade, mas é necessário ter alguns cuidados com a segurança no meio digital. É necessário ter atenção com as senhas.

Elas devem ser seguras e não devem conter informações de fácil acesso. Nas redes sociais é importante conhecer as ferramentas de controle de privacidade e ter muito cuidado com as notícias falsas. Ao realizar compras pela internet é importante ficar atento e realizar uma breve pesquisa sobre a loja, procurar depoimentos e avaliações de outros clientes.

Quando utilizar e-mails tenha atenção para não clicar em e-mails suspeitos, anúncios de produtos gratuitos, solicitações de atualização cadastral obrigatória em bancos ou demais empresas. Não acesse sites de bancos em redes Wi-Fi públicas e em computadores compartilhados,

mantenha o antivírus atualizado, não clique em links do banco recebidos por e-mail, habilite o modo de segurança oferecido pelo banco.

4.2 Como saber se um site é seguro?

Verifique se a URL usa "https" e está escrita corretamente, sem caracteres especiais. Não clique em links ou anexos suspeitos enviados por SMS ou e-mail.

Sempre que possível, digite o endereço (URL) no navegador. Procure pelo símbolo de um cadeado no canto esquerdo da barra de endereços do navegador. Este símbolo indica que o site é seguro e certificado.

4.3 Como saber se um site é falso?

Antes de inserir login, senha e dados pessoais verifique se a URL usa "https", se está escrita corretamente, sem caracteres especiais e se o site possui o símbolo do cadeado.



SITE REAL X FALSO

A screenshot of a web browser displaying a product page for an iPhone 7. The browser's address bar shows a URL that is a mix of a legitimate domain and a suspicious one: `https://www.mesdeoffertas.com/www.magazine`. A red dashed box highlights this URL. The page content includes the product name "iPhone 7 Apple 128GB Preto Brilhante 4G Tela 4.7" - Retina Câm. 12MP + Selfie 7MP IOS 10" and a price of "por R\$ 1.828,00 à vista (DESCONTO IMPROVÁVEL)". A large red stamp with the text "SITE FALSO" is overlaid on the right side of the page.

A screenshot of a web browser displaying the same product page for an iPhone 7 on the legitimate website. The browser's address bar shows the correct URL: `https://www.magazineleui.com.br/iphone-7-apple-128gb`. The price is listed as "por R\$ 3.255,91 à vista (12% de desconto) ou R\$ 3.699,00 em 12x de R\$ 308,33 sem juros". A large green stamp with the text "SITE REAL" is overlaid on the right side of the page. A "ReclameAQUI" logo is visible in the bottom left corner.

4.4 Utilizando senhas para sua segurança

Utilize senhas nos seus dispositivos pessoais como: notebook, celular e tablet. As senhas devem ser criadas com atenção, não devem conter combinações óbvias e devem ser de fácil memorização.

Ao criar uma senha, evite palavras comuns e sequências numéricas óbvias como: 12345. Não use: nome de pessoas próximas, nome de animais de estimação, data de aniversário, parte do seu endereço, número do seu telefone etc.

Não use a mesma senha para vários sites ou dispositivos. Não informe sua senha para outras pessoas, principalmente desconhecidos. Não utilize senhas que já se tornaram públicas. Guarde suas senhas em lugar seguro que apenas você tenha conhecimento.

Configure seus dispositivos para que façam o bloqueio automático após certo tempo sem uso. Utilize lembretes para poder recuperar sua senha em caso de esquecimento.

4.5 Dicas para criar uma boa senha

Para criar uma senha forte misture números, letras e símbolos (\$, #, +, =, @, &, *, <, >, +, }, {,], [). Use letras minúsculas e maiúsculas. Troque suas senhas com regularidade.

Exemplos de combinações para criar suas senhas:

%&*#@joao

joao%&*#@

Eu G0st0 De Ch0c0l@teEfuteb0!

5up3rp0d3re5

FedSPpnt15R\$

UpMnSt!34\$,}

casanoBairro1500

JeCaMiJe22191612

jecamije_22191612

4.6 Como recuperar senhas esquecidas

Esquecer suas senhas é muito comum. Isso pode ocorrer com a maioria das pessoas em algum momento. Quando esquecer sua senha, tente lembrar do lembrete cadastrado. Experimente senhas antigas e senhas óbvias.

Verifique se está digitando a senha corretamente. Tente lembrar do momento em que criou a senha. Se nada funcionar utilize a opção “Esqueci a Senha” e siga os passos para redefinir sua senha.

DICAS PARA PROTEGER SUA PRIVACIDADE NAS REDES SOCIAIS

As redes sociais tornaram a comunicação mais próxima e informal, porém não são um lugar seguro. Você deve adotar hábitos para proteger sua privacidade nas redes, como: não divulgar informações confidenciais, utilizar as configurações pessoais para determinar como suas informações estarão visíveis e quem poderá vê-las e escolher seus amigos cuidadosamente.

4.7 Acessando sites de bancos com segurança

A maioria dos sites de bancos oferece uma proteção própria aos clientes; mesmo assim é preciso tomar alguns cuidados.

- **Não acesse o site do banco em computadores compartilhados, nem em redes Wi-Fi públicas**
- **Mantenha o antivírus atualizado**
- **Digite o endereço do site no navegador**
- **Use o módulo de segurança, em forma de programa, para o computador.**
- **Observe o cadeado de segurança**

4.8 Fazendo compras online com segurança

Uma das facilidades oferecidas pela internet é a possibilidade de fazer compras online. Fazer compras pela internet está cada vez mais seguro e fácil, mas você não deve deixar de observar alguns cuidados.

Escolha sites confiáveis. Verifique se o site é seguro. Observe o cadeado de segurança. Confira se o site disponibiliza

canais de atendimento. Procure por comentários e opiniões de outros compradores. Desconfie de preços muito baratos.



Pixabay

4.9 O que é spam?

É um termo derivado do inglês. São e-mails não solicitados, enviados para muitas pessoas. Geralmente, tem conteúdo publicitário ou comercial com objetivo de divulgar um produto ou serviço. Devemos evitar repassar esse tipo de e-mail e clicar nos links recebidos.



Pixabay

4.10 Segurança em redes públicas?

As redes WI-FI públicas tornaram o dia a dia mais fácil e prático, mas a conexão pública pode deixar seus dados e informações vulneráveis. Você deve tomar algumas medidas para garantir a privacidade e segurança das suas informações e dados:

- Evite realizar transações bancárias em redes públicas.
- Acesse endereços seguros.
- Mantenha seu sistema operacional, navegador e antivírus atualizados.
- Não compartilhe arquivos.
- Desconecte todas as suas contas após usar uma rede pública.
- Com essas dicas, você poderá aproveitar ao máximo a facilidade das redes públicas.



Pixabay

CAPÍTULO 5 - REDES SOCIAIS

O quinto capítulo da apostila - Inclusão Digital para a Maturidade, apresentará o fenômeno comunicacional das redes sociais digitais, da qual o expoente máximo desta revolução é o Facebook.

Assim, o capítulo vai apresentar detalhes de como utilizar estas novas ferramentas a partir da utilização de uma linguagem didática e de fácil compreensão, de modo a demonstrar que o uso das redes sociais pode se tornar uma atividade rotineira e de excelente utilidade para a terceira idade.

Alguns pesquisadores como Wasserman et al. (2012) sustentam que as redes sociais digitais se colocam como um meio para ampliar a inclusão social da terceira idade na sociedade.

Já Páscoa e Gil (2012) apontam que o contato da população idosa com as redes sociais digitais é extremamente positivo, em especial por possibilitar a interação com outras gerações e o contato com pessoas queridas.

No decorrer das próximas páginas, esperamos que vocês aproveitem as dicas e demais informações a respeito das redes sociais digitais, em especial sobre o Facebook. Seja bem-vindo ao Capítulo 5 - Redes Sociais! Bons estudos!

5.1 O que é uma rede social?

Uma rede social digital nada mais é que um agrupamento de pessoas em meio digital, a partir de um serviço de internet específico (por exemplo o Facebook ou o WhatsApp), onde pessoas em comum como amigos, colegas e familiares compartilham interesses, tais como “[...]filiar-se a grupos, exibir fotos, criar documentos com a participação de todos na construção de um texto coletivo, criar eventos com agendamento das atividades dentro e fora da plataforma, criar enquetes como recurso para pesquisas, bate-papo, etc.[...]” (FERREIRA, 2013, p. 7).

Resumidamente trata-se do espaço de encontro das pessoas na internet, onde o papo é colocado em dia, onde travam-se discussões sobre os mais variados assuntos e principalmente para promover a interação entre amigos e familiares.

5.2 Facebook

A primeira rede social que será apresentada nesta apostila é o Facebook, sendo ele a rede social mais utilizada do mundo, possuindo mais de 2 bilhão de usuários ativos (DASILVA, 2018).

Conforme já mencionado no capítulo de Introdução, o Facebook apresenta todas as ferramentas de uma rede social e, por ser a mais popular, é provável que boa parte de seus amigos e familiares já a estejam usando.

Antes de tudo, é preciso fazer o cadastro no Facebook. O processo é relativamente rápido e vai demandar um e-mail (processo este que foi ensinado em apostilas anteriores), um número de telefone celular e outros dados básicos. O primeiro passo é abrir o navegador de internet, que pode ser encontrado tanto em celulares quanto em computadores. O navegador mais popular é chamado de Chrome.



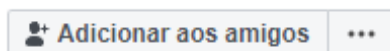
Após acessar o Google Chrome é preciso digitar facebook.com ou fb.com na barra de navegação - atenção, é importante digitar corretamente um destes endereços para evitar cair num golpe eletrônico (conforme já apresentado na apostila de segurança).

Repare em uma parte do site em que aparece a frase "Abra uma conta". Preencha os dados solicitados e em poucos minutos você terá a sua conta aberta no Facebook.

Posteriormente a criação da conta, uma etapa muito importante é procurar amigos e familiares para que eles estejam conectados com você e assim iniciar a sua rede de amigos. Para fazer isto é necessário utilizar a barra de ferramentas do próprio Facebook procurando amigos e parentes.

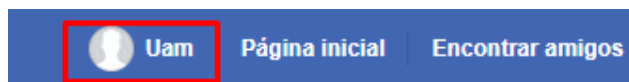


Lembre-se que é importante apenas adicionar pessoas que você efetivamente conheça, para evitar que pessoas com más intenções entrem em seu círculo de amizade no Facebook. Após localizar o contato, é necessário clicar no botão 'Adicionar aos amigos'.



É muito legal fazer novas amizades virtuais, entretanto, é sempre preciso conferir se aquela pessoa é real e não está se passando por outra. Procedimentos simples, como analisar as fotos da pessoa, número de amigos e também as postagens que ela faz, são importantes para definir a autenticidade de alguém na rede social.

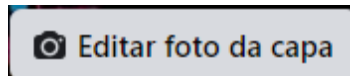
Outra etapa muito importante, para dar veracidade para a sua conta e também para que seus amigos e parentes consigam localizar o seu perfil, é adicionar uma foto de perfil e adicionar outros dados como o lugar que você trabalha ou já trabalhou, onde você estudou, entre outras coisas. Para fazer isso localize o seu nome ao lado da barra de busca e do botão 'página principal'.



Agora, procure o botão adicionar foto e adicione uma foto sua que seja nítida e que esteja em ângulo que fique fácil para seus amigos e familiares o reconhecerem.



É possível também adicionar uma foto que fique de plano de fundo da sua foto de perfil, sendo ela denominada de capa do perfil. A capa tem como utilidade principal enfeitar o seu perfil e deixar o mesmo mais harmonioso.



Outra etapa muito importante é preencher alguns dados pessoais para aumentar a veracidade do seu perfil e facilitar para que amigos e parentes o localizem dentro do Facebook. Para fazer isso é necessário localizar o botão 'Sobre' que está abaixo da capa de perfil.



Nesse botão é possível adicionar os dados pessoais clicando em cada categoria e adicionando os dados solicitados.



Após essa etapa inicial de preenchimento de dados, você pode localizar páginas de famosos e empresas, entre outras coisas, para seguir e acompanhar na sua linha do tempo.

O processo é similar para adicionar amigos. É preciso ir até a barra de busca do Facebook e colocar o nome da empresa, personalidade etc.



Após localizar a página, é necessário clicar no botão 'Curtir', deste modo as postagens da página irão aparecer no seu feed de notícias.



Também utilizando a ferramenta de busca,   possível localizar grupos, que são comunidades sobre algum tema, onde as publica es são restritas somente aos participantes.



O feed de notícias do Facebook é basicamente a página inicial do site, contendo as últimas atualizações de fotos, notícias e outras coisas de amigos e páginas que você curtiu.

The image shows a screenshot of a Facebook news feed. At the top, there is a search bar with the text "Pesquisar" and a magnifying glass icon. To the right of the search bar, there are icons for a user profile labeled "Uam" and a link to "Página inicial". Below the search bar, there is a section for "Uam Lilo" with a profile picture and a "Criar publicação" (Create post) button. The main content area shows a post from "UFPR (Universidade Federal do Paraná)" dated "17 de abril às 16:38". The post text reads: "Tem dificuldades na temida hora de formatar trabalhos e quer aprender mais sobre a escrita acadêmica? Então esse evento é pra você!! 😊 O curso é GRATUITO e aberto à toda comunidade! 🙌 Inscrições aqui: <https://bit.ly/2vcrgkl>". Below the text is a large graphic for the course "CURSO: Escrita Acadêmica e Normalização de Trabalhos Acadêmicos" at "CIEFLÔMA (CAMPUS BOTÂNICO)". The graphic includes logos for CAPA, SiBi, and ProEduC, and specifies the date and time: "25 ABRIL 2019 | 5ª FEIRA | 14H AS 18H". Below the graphic, the post text repeats: "QUI, 25 DE ABR AS 14:00" and "Curso: Escrita Acadêmica e Normalização de Trabalhos". There is a button that says "★ Tenho interesse" and a count of "826 pessoas interessadas". At the bottom of the post, there are icons for reactions (like, love, wow, sad, angry) with a count of "410", and "72 comentários" and "1 compartilhamento". Below the post, there are three buttons: "Curtir" (Like), "Comentar" (Comment), and "Compartilhar" (Share).

No próprio feed, você pode adicionar alguma imagem, mensagem, link ou outra coisa que você julgue como interessante.



De um modo geral, as principais ferramentas do Facebook foram expostas neste tópico, sendo importante sempre usar o discernimento e ter cautela para que o uso seja o melhor possível.

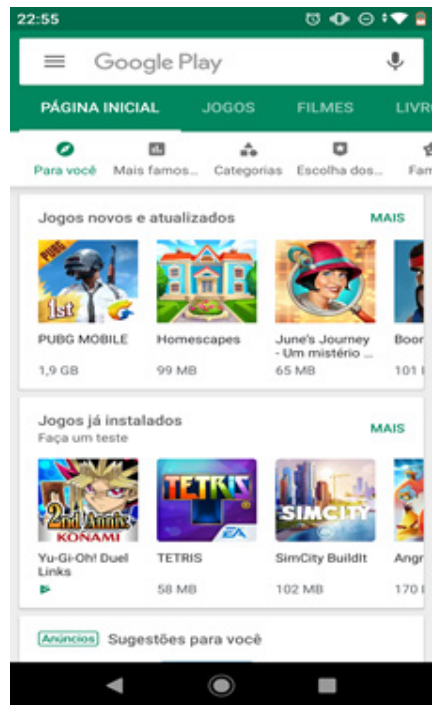
5.2 Whatsapp

Outra rede social extremamente popular em nosso país é WhatsApp, sendo ele definido como um aplicativo que permite a troca de mensagens de texto, áudio, sons e vídeos, sendo assim amplamente utilizado no contexto social do século XXI (ARAÚJO, 2015).

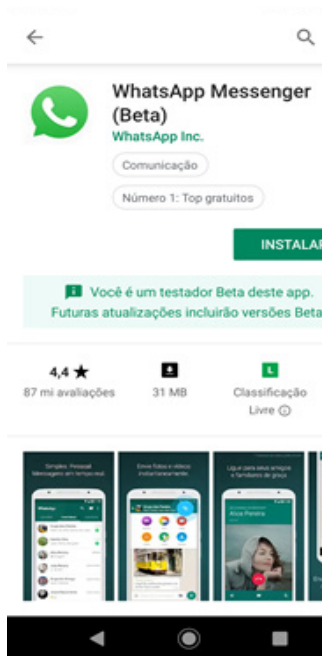
O WhatsApp é também conhecido por ter alterado drasticamente a forma de comunicação entre as pessoas, sendo o substituto das ligações telefônicas.

Atualmente é utilizado por mais de 1 bilhão de pessoas no mundo, segundo Furlanetto (2017).

Caso você não tenha o WhatsApp, o procure na loja de aplicativos do seu celular. No Android, a loja de aplicativos é denominada de Google Play Store.



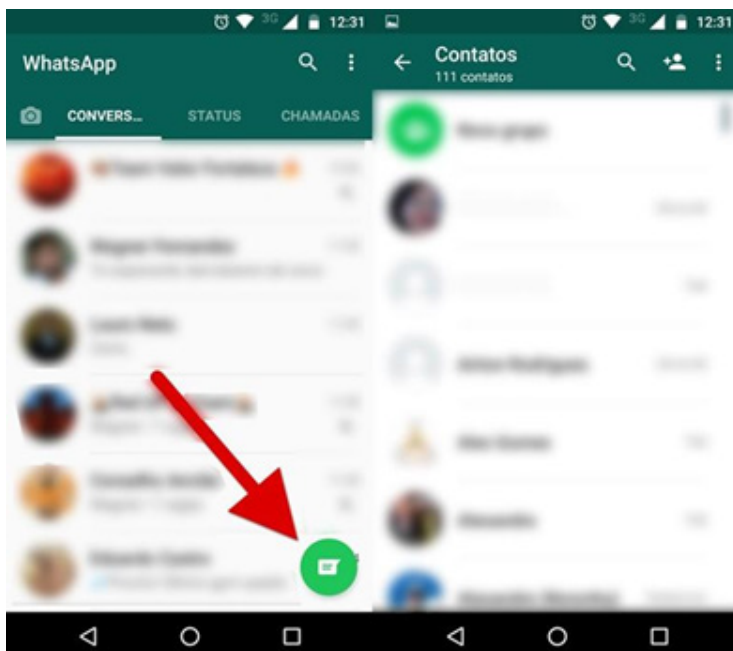
Após abrir a loja, procure por WhatsApp na barra de busca e baixe o aplicativo clicando em instalar. É importante se certificar que a empresa dona do aplicativo seja a WhatsApp Inc.



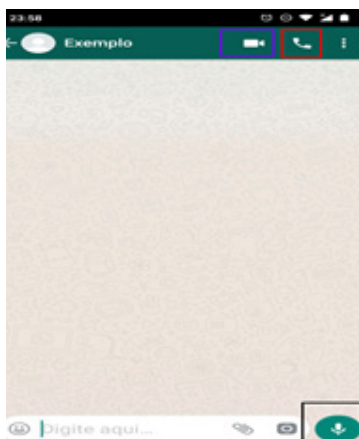
Logo após é só abrir o aplicativo, colocar o seu número e posteriormente confirmar o número a partir de um SMS que o WhatsApp enviará a seu celular.



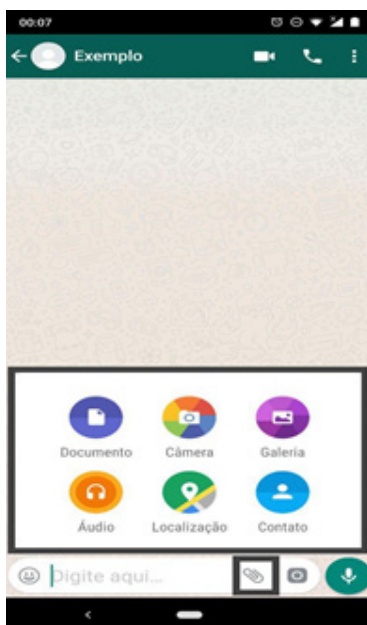
Após a configuração inicial, você poderá enviar mensagens para seus amigos que estão nos contatos do seu celular, podendo explorar uma gama de recursos interativos como fotos, vídeos e áudios.



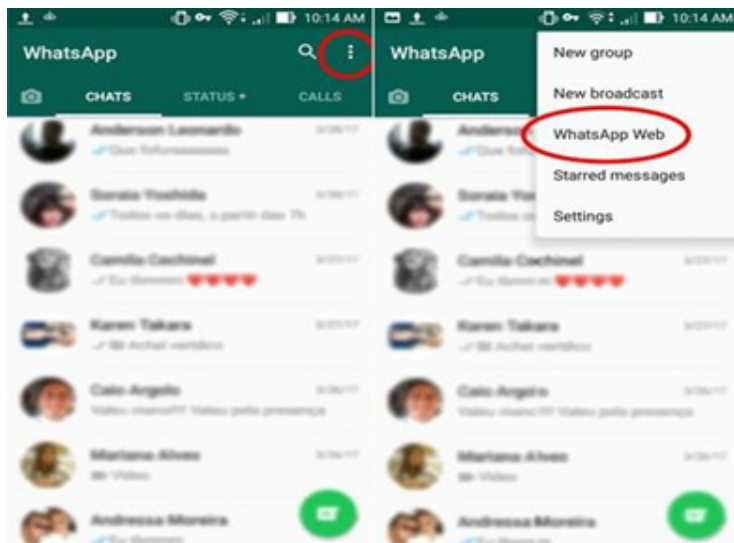
Escolhendo um contato, você poderá enviar uma série de funções multimídia, onde o quadrado lilás é o botão para fazer uma ligação de vídeo, o quadrado em vermelho para realizar uma chamada de áudio e em preto o botão para mandar um áudio curto.



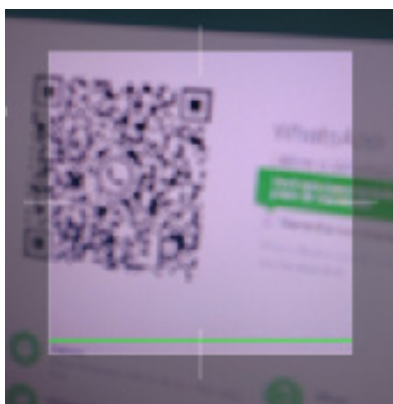
Clicando no clipe marcado, é aberto uma gama de mais funções multimídia como envio de documentos, entre outros. Ao lado dos cliques é possível enviar rapidamente uma foto.



É possível utilizar o WhatsApp no computador, também. Para realizar tal procedimento é necessário ir às configurações do aplicativo e clicar em WhatsApp Web.



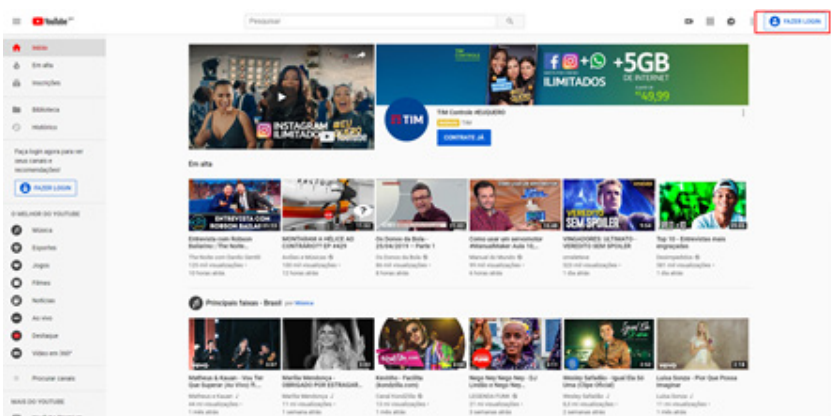
Depois disso é necessário entrar no site web.whatsapp.com/ no navegador de seu computador e escanear o QR Code solicitado.



De um modo geral, essa são as principais ferramentas do WhatsApp, sendo, portanto, um aplicativo funcional para a troca de mensagens rápidas e praticamente indispensável nas comunicações modernas e no contexto das redes sociais.

5.3 Youtube

Outra rede social de muita importância na internet é a rede de vídeos Youtube. Lançado oficialmente em junho de 2005 com o intuito de permitir o compartilhamento de vídeos, que até aquele momento eram ainda pouco ocasionais no mundo da internet (BURGESS, 2009).



De 2005 até os dias de hoje, o Youtube conseguiu cravar como a principal rede social de compartilhamento de vídeos, em especial por apresentar uma interface simples e uma boa velocidade para a reprodução dos vídeos. A primeira etapa é acessar o endereço youtube.com.

É possível entrar com a sua conta de e-mail (que está no capítulo 3 - internet e produtividade, desse livro) para realizar comentários, curtir vídeos e seguir canais.



Talvez, a etapa primordial do Youtube está na busca dos vídeos, que pode ser feita a partir da barra de busca localizada no canto superior.












Ao pesquisar algum termo será demonstrado uma lista de vídeos sobre o tema e simplesmente clicando com o botão esquerdo o vídeo será aberto.



Após clicar no vídeo, ele é exibido automaticamente e alguns botões na parte de baixo servem para determinadas funções .



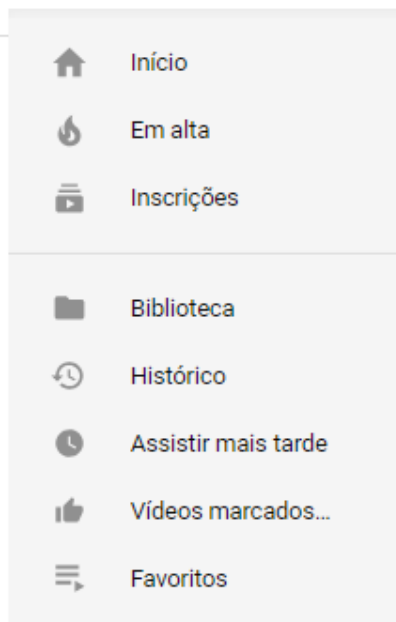
FUNÇÕES DO VÍDEO NO YOUTUBE

Função	Utilidade
	Pausar o vídeo
	Avançar para o próximo vídeo aleatório
	Botão de controle de volume
	Botão para ativar a legenda automática
	Botão para ver o vídeo em tela completa e minimizar tela completa
	Botão para demonstrar que gostou do vídeo
	Botão para demonstrar que não gostou do vídeo
 COMPARTILHAR	Botão para abrir as opções de compartilhamento do vídeo entre amigos
 SALVAR	Botão para salvar o vídeo entre os seus favoritos
INSCREVER-SE	Botão para inscrever-se ao canal

Abaixo do vídeo há a seção de comentários em que é possível escrever alguma mensagem referente ao vídeo. É importante lembrar que sempre é necessário ter respeito e bom senso ao escrever alguma mensagem.

Os vídeos do *Youtube* são sempre associados a um canal que é basicamente o criador do conteúdo do vídeo. Quando se segue um canal no Youtube, recebe-se todos os vídeos recentes do canal na sua lista de inscrições.

No menu lateral do *Facebook*, ao clicar nas barras ao lado do logo do Youtube, irá aparecer uma série de opções.



De um modo geral, o **Youtube** é uma excelente rede social para entretenimento e para aprender coisas novas, visto que há uma grande quantidade de conteúdo no site, desde vídeos de animais de estimação até aulas sobre física nuclear.

5.4 Cuidados ao usar as redes sociais: boatos/notícias falsas (*fake news*)

Após termos perpassado pelas principais redes sociais da internet, conseguimos ter uma base de como este novo tipo de relação tecnológica é poderosa e como ela pode mover o nosso cotidiano.

Por causa disso, notícias falsas e boatos ganham uma repercussão muito maior com a velocidade de propagação de informação nas redes sociais. Segundo Branco (2017), a grande quantidade de informações, a qual estamos sujeitos, nos impede de analisar com maior clareza os dados que recebemos e por isso aumenta a possibilidade de acreditarmos em notícias falsas e absurdas.

Outro dado alarmante é que “[...] mais da metade das pessoas que compartilham notícias na internet o fazem sem sequer ler seu conteúdo [...]” (BRANCO, 2017, p. 8).

Portanto, é fundamental ter discernimento e senso crítico ao usar as redes sociais. É fundamental se questionar internamente se aquela informação é verídica e não uma notícia falsa e é sempre bom pensar, antes de compartilhar algo que pode ser falso.

Existem alguns sites como o e-farsas.com e boatos.org que verificam os principais boatos da internet e informam se são verdadeiros ou falsos. Sempre confira nesses sites se tal informação é falsa ou verdadeira.

É importante sempre frisar que a internet e as redes sociais são uma revolução imensa em nossas vidas, porém as notícias falsas e boatos são um dos grandes males da atualidade, causando inúmeros problemas ao nosso país e a toda sociedade.

Conforme Wardle (2017) as notícias falsas (fake News) podem ser divididas em 7 categorias:

Satíricas: em que não tem o objetivo de causar problemas, porém podem confundir o leitor;

Conexão falsa: em que a manchete é diferente do corpo da notícia;

Conteúdo enganoso: uso equivocado de uma informação para difamar uma pessoa ou instituição;

Contexto falso: conteúdo verdadeiro, porém com um contexto falso gerando confusão;

Conteúdo impostor: utilização de nomes de pessoas e empresas reais, mas com informações falsas;

Conteúdo manipulado: conteúdo verdadeiro, mas forjado para enganar o público em determinado contexto;

Conteúdo fabricado: Informação integralmente inverídica, com o intuito final de espalhar um boato.

Assim, é importante tomar algumas medidas para se prevenir das notícias falsas, como sempre checar a autenticidade da fonte da notícia (dê preferência a jornais já estabelecidos e confiáveis), verificar a data da notícia e quem assinou a mesma, desconfiar de notícias sensacionalistas e ter o máximo de cautela com os links que são compartilhados nas redes sociais, sendo sempre útil pesquisar a notícia em um buscador como o Google para ver se a informação está sendo comentada em mais de um jornal.

Lembre-se sempre que você é responsável pelas notícias e informações que compartilha nas redes sociais, portanto sempre tenha muita cautela ao compartilhar algo que possa ser inverídico, pois o bem-estar da sociedade pode estar em jogo.

REFERÊNCIAS

ABREU, Karen Cristina Kraemer. História e usos da Internet. Biblioteca on-line de Ciências da Comunicação. Universidade da Beira Interior. Covilhã, 2009.

ADMINISTRADORES. 5 dicas para proteger sua privacidade nas redes sociais. 2014. Disponível em: <<https://administradores.com.br/noticias/5-dicas-para-protger-sua-privacidade-nas-redes-sociais>>. Acesso em: 29 abr. 2019.

ALECRIM, Emerson. 10 dicas para manter a privacidade na internet. Disponível em: <<https://www.infowester.com/dicasprivacidade.php>>. Acesso em: 29 abr. 2019.

ALMEIDA, José Maria Fernandes. Breve história da Internet. 2005.

ARAÚJO, P. C; JUNIOR, João Batista Bottentuit. O aplicativo de comunicação Whatsapp como estratégia no ensino de Filosofia. Temática, v. 11, n. 2, 2015.

BRANCO, S. Fake News e os caminhos para fora da bolha. 2017.

BRAVO, Victor Braga e. A arte do paint. 2010. Disponível em: <<http://aartedopaint.blogspot.com/2010/05/farei-agora-apresentacao-do-programa-em.html>>. Acesso em: 17 maio 2019.

BURGESS, J; GREEN, J. YouTube e a revolução digital. São Paulo: Aleph, p. 24, 2009.

CAROCINHO, N. (2007). Aprende a Pintar, Escrever e Usar a Internet com o teu Computador. Lisboa: FCA

CARVALHO, Tais. Sites de bancos: perguntas e respostas sobre segurança. Disponível em: <<https://www.techtudo.com.br/noticias/2018/10/sites-de-bancos-perguntas-e-respostas-sobre-seguranca.ghtml>>. Acesso em: 28 abr. 2019.

CUSTÓDIO, Mônica. Spam: o que é e como manter sua estratégia de marketing longe dele. Disponível em: <<https://resultadosdigitais.com.br/blog/spam/>>. Acesso em: 29 abr. 2019.

DA SILVA, D. M; RIBEIRO, A. C. D; SILVA FILHO, E. A. As Redes Sociais Como Ferramenta Para Acesso À Informação Na Administração Pública. *Perspectivas em Políticas Públicas*, v. 11, n. 21, p. 267-294, 2018.

FERREIRA, J. de L; CORRÊA, Barbara Raquel do Prado Gimenez;

TORRES, Patrícia Lupion. O uso pedagógico da rede social Facebook. *Colabor@-A Revista Digital da Cva-Ricesu*, v. 7, n. 28, 2013.

FURLANETTO, G. S; ANGELUCI, A. C. B. O WhatsApp nas redações jornalísticas: um estudo exploratório. *Revista Brasileira de Iniciação Científica*, v. 4, n. 4, 2017.

GCF GLOBAL. Informática básica. Disponível em: <<https://edu.gcfglobal.org/pt/informatica-basica/>>. Acesso em: 03 maio 2019.

INCLUSÃO DIGITAL: Um novo conceito de ensino. Disponível em: <<https://inclusodigital.weebly.com/barra-de-tarefas-botatildeo-iniciar-opccedilotildees-do-desligar.html>>. Acesso em: 02 maio 2019.

LIMA, Alexandre. Treinamento básico para usufruir do Paint 3D. 2017. Disponível em: <<https://www.windowsteam.com.br/videos-treinamento-basico-para-usufruir-do-paint-3d/>>. Acesso em: 10 maio 2019.

MARTINS, Beatriz. Mais sites falsos: Extra e Magazine Luiza viram alvos na Black Friday. Disponível em: <https://noticias.reclameaqui.com.br/noticias/mais-sites-falsos-extra-e-magazine-luiza-viram-alvos-na-blac_3048/>. Acesso em: 28 abr. 2019.

MUNIZ, Vitor. Tutorial completo do (PAINT). 2012. Disponível em: <<http://vhm-design.blogspot.com/2012/03/tutorial-completo-do-paint.html>>. Acesso em: 14 maio 2019.

O GLOBO ECONOMIA. Dez dicas para comprar pela internet com segurança. Disponível em: <<https://oglobo.globo.com/economia/defesa-do-consumidor/dez-dicas-para-comprar-pela-internet-com-seguranca-16750472>>. Acesso em: 29 abr. 2019.

Páscoa, G. & Gil, H. O desafio do Facebook na promoção do envelhecimento ativo e da solidariedade intergeracional. In: Proceedings do III Congresso Internacional de Gerontologia e Geriatria. Lisboa, 36-54, 2012.

PEDROSA, Paulo HC; NOGUEIRA, Tiago. Computação em nuvem. Acesso em, v. 6, 2011.

PELOGGIA, Natália. Compras pela internet: Procon dá dicas de segurança. Disponível em: <<https://procon.campinas.sp.gov.br/compras-pela-internet-procon-d-dicas-seguran>>. Acesso em: 29 abr. 2019.

SOUSA, Flávio RC; MOREIRA, Leonardo O.; MACHADO, Javam C. Computação em nuvem: Conceitos, tecnologias, aplicações e desafios. II Escola Regional de Computação Ceará, Maranhão e Piauí (ERCEMAPI), p. 150-175, 2009.

SOUZA, Állison. 5 dicas de segurança digital para idosos. Disponível em: <<https://ostec.blog/geral/dicas-seguranca-idosos>>. Acesso em: 28 abr. 2019.

TOLEDO, Marcelo. Como escolher senhas fortes e nunca esquecer-las. Disponível em: <<http://marcelotoledo.com/como-escolher-senhas-fortes-e-nunca-esquece-las/>>. Acesso em: 29 abr. 2019.

Tutorial: Como limpar as listas de atalho e o menu Iniciar. Disponível em: <<https://windowsfail.blogspot.com/2012/08/tutorial-como-limpar-as-listas-de-atalho-e-o-menu-iniciar.html#.XMsiSLjp1IV>> . Acesso em: 02 maio 2019.

Um pouco de Informática. Disponível em: <<http://estudeinformatica.blogspot.com/>>. Acesso em: 02 maio 2019.

WARDLE, C. Fake news. It's complicated. 2019. Disponível em: <<https://firstdraftnews.org/fake-news-complicated/>>. Acesso em: 26 abr. 2019.

WASSERMAN, C et al. Redes sociais: um novo mundo para os idosos. RNOTE, v. 10, n. 1, 2012.

YAMANISHI, Eduardo. Utilizando Wi-Fi público com segurança. Disponível em: <<https://infosemministerio.wordpress.com/2015/07/12/utilizando-wi-fi-publico-com-seguranca/>>. Acesso em: 28 abr. 2019.