

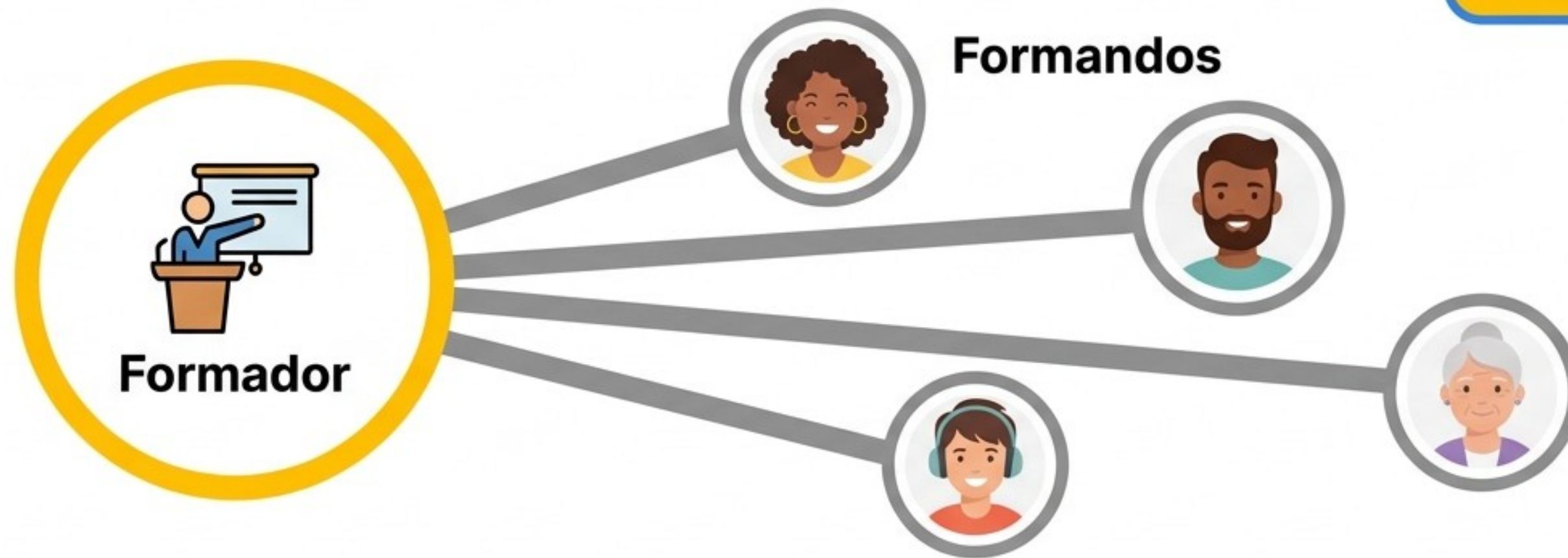


Competências Digitais, Cibersegurança e Inteligência Artificial

Sessão 1: Navegar com Confiança
no Nosso Novo Ecossistema Digital

Conectar as Nossas Redes

Apresentação do Formador & Formandos



Partilhe com a sala:

1. O seu nome

2. A sua ligação à escola
(Pai, Encarregado de Educação, Professor)

3. A sua principal ferramenta digital no dia a dia

“ A tecnologia é apenas uma ferramenta. Para conseguir que as crianças trabalhem juntas e motivá-las, o professor é o mais importante. — Bill Gates ”






ACADEMIA DIGITAL PARA PAIS

✓ O Programa Academia Digital para Pais é uma iniciativa da E-REDES em parceria com a Direção-Geral da Educação (DGE) dirigida a pais/encarregados de educação dos Agrupamentos de Escolas.

✓ **Objetivos:**

- Dotar as famílias de competências digitais básicas que facilitem o acompanhamento escolar dos filhos;
- Capacitar os pais/encarregados de educação com competências digitais básicas, essenciais na sociedade atual.

Curso Competências Digitais e IA

-  Noções básicas de Inteligência Artificial
-  Inteligência Artificial Generativa
-  Criação de *prompts*
-  Criação de documentos com Inteligência Artificial
-  Riscos e potencialidades do uso da Inteligência Artificial
Cibersegurança

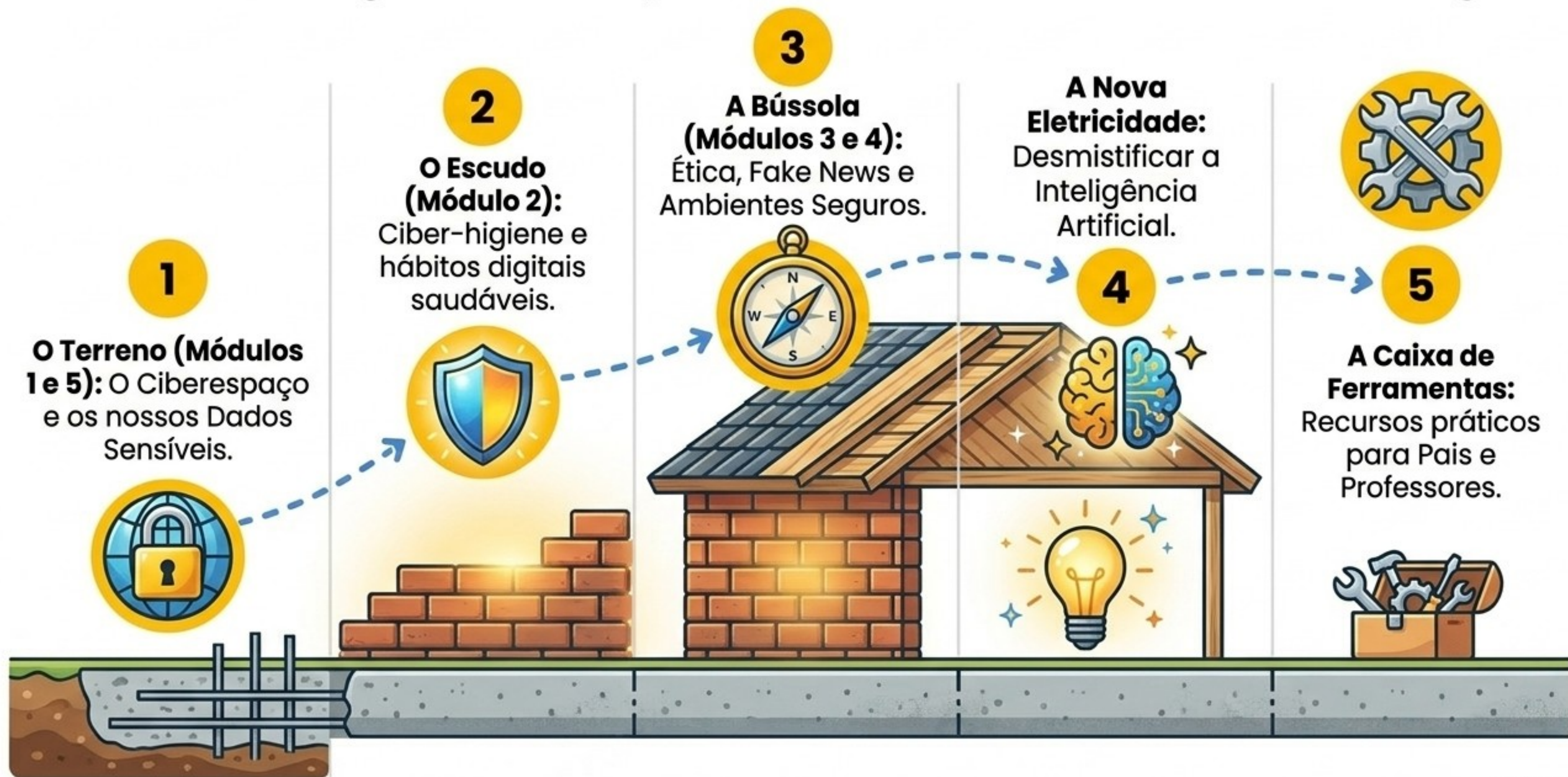
<https://ensina.rtp.pt/artigo/a-inteligencia-tambem-e-artificial/>
<https://ensina.rtp.pt/artigo/o-que-e-a-inteligencia-artificial/>
[Cibersegurança - RTP Ensina](#)

Vídeo

Guia de Cibersegurança



A Nossa Viagem de Hoje: Construir a Nossa Casa Digital



A Nossa Pegada no Ciberespaço

O Ciberespaço

Não é apenas a internet. É um ambiente interligado de pessoas, dados, infraestruturas físicas e decisões constantes.



Dados Pessoalmente Identificáveis (PII) e Dados Sensíveis: Onde mora, as suas passwords, dados de saúde, crenças e contactos. Protegê-los é o primeiro pilar da segurança da informação.

Hábitos Saudáveis: Da Higiene Física à Ciber-higiene

“Tal como os hábitos de higiene pessoal influenciam a saúde humana, a ciber-higiene garante que as nossas informações permanecem seguras.”

Mundo Físico



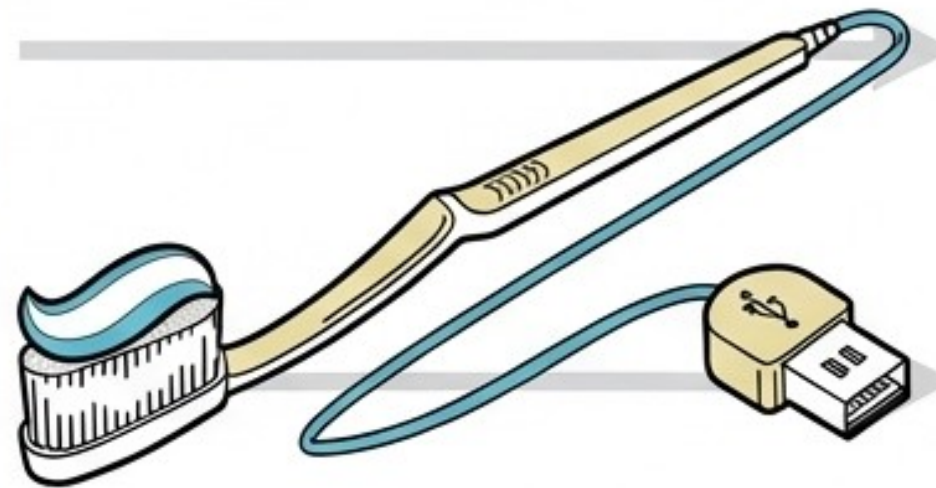
Lavar as mãos /
Tomar banho



Trancar a porta
de casa



Não falar com
estranhos suspeitos



Mundo Digital



Atualizar o software e
Antivírus (Prevenir
infecções).



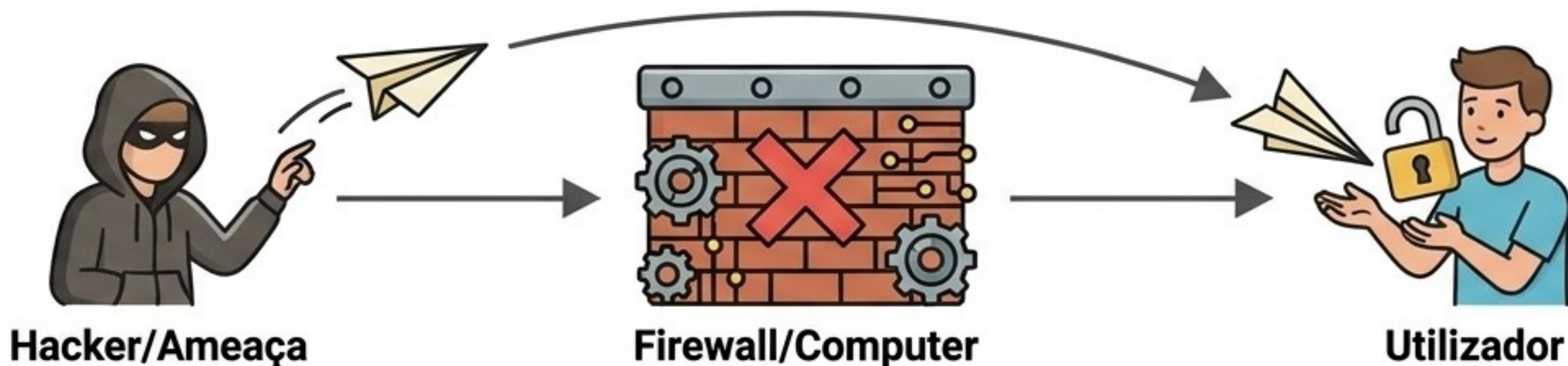
Senhas fortes e
Autenticação em 2 Passos
(Bloquear intrusos).



Desconfiar de links e
remetentes desconhecidos
(Evitar fraudes).

Engenharia Social: Quando o Alvo é a Mente Humana

A maioria dos ataques não força o computador; hackeia o utilizador através de **manipulação emocional** (medo, urgência, curiosidade, ganância).



Phishing (Email)

O isco eletrónico. Falsas faturas, prémios urgentes ou avisos de conta bloqueada para roubar dados.



Vishing (Voz/Telefone)

O ataque por chamada. Falsos técnicos bancários ou de suporte informático a pedir códigos.



Pharming (Web)

O redirecionamento subtil. Digita o endereço correto, mas é levado para uma cópia falsa do site original.

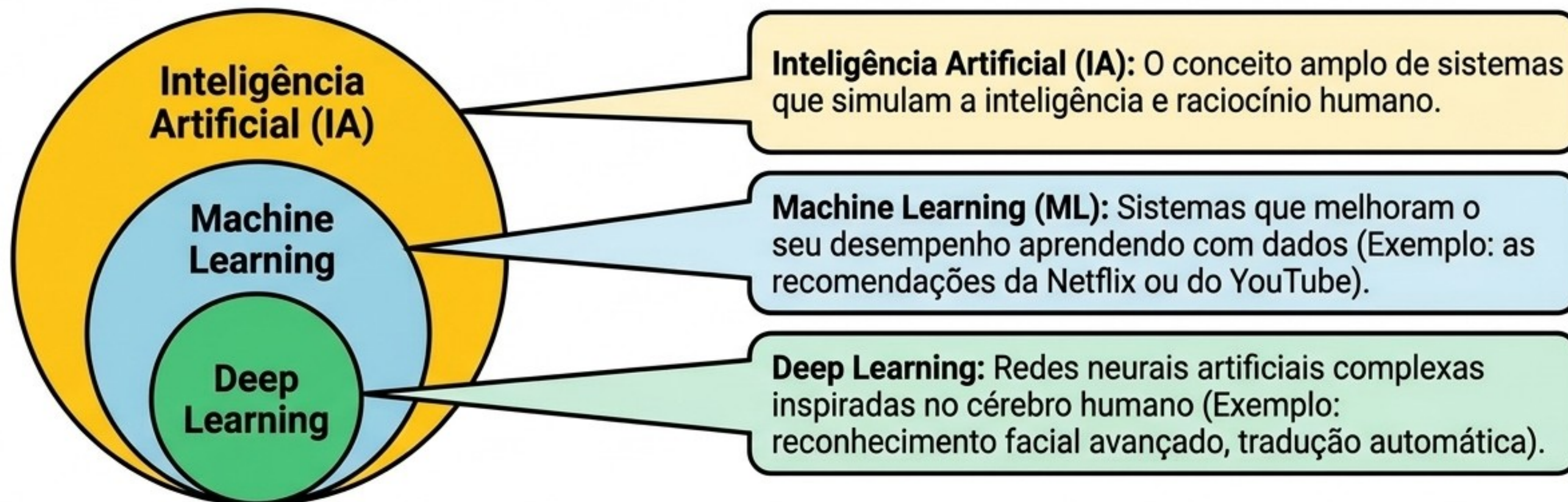
A Regra de Ouro: Pare. Pense. Verifique a fonte antes de clicar ou partilhar dados.

A Nova Era: O Que é a Inteligência Artificial?

Passado: Computadores a seguir instruções manuais.

Presente: Computadores a identificar padrões e aprender.

Em vez de usar linguagem de código para introduzir cada passo manual, a máquina aprende através da análise de volumes massivos de dados.



IA Generativa: A Criação Automatizada

A IA Generativa não se limita a pesquisar ou analisar dados existentes; ela cria conteúdo totalmente novo a partir das instruções que lhe damos.



Um Prompt é a instrução ou resposta da IA depende diretamente da clareza, do contexto e da especificidade da sua pergunta.

A Arte do Prompt

Texto e Ideias: ChatGPT, Copilot

Imagens: Midjourney, DALL-E

Os Dilemas Éticos: Fakenews, Deepfakes e Alucinações



Alucinações da IA

Quando a IA não sabe a resposta, pode inventar factos e apresentá-los com extrema confiança.

Ação: Valide sempre a informação.



Deepfakes

Vídeos ou áudios gerados por IA que falsificam, de forma hiper-realista, ações ou falas de pessoas reais.



Fake News

A desinformação viral. O pensamento crítico é o seu maior antivírus.

Toda a tecnologia pode ser usada para o bem ou para o mal. – Yuval Noah Harari

Cidadania Digital: Significa recuperar, avaliar e trocar informação de forma responsável.

O Nosso Ecossistema: A Casa Digital Segura

O Telhado (A Bússola):

Ética e Cidadania Digital.

Protege-nos da chuva de desinformação e Fakenews.

A Nova Eletricidade:

Inteligência Artificial.

Uma ferramenta poderosa que ilumina a casa, mas requer instalação cuidadosa e regras de segurança.

As Fundações (O Terreno):

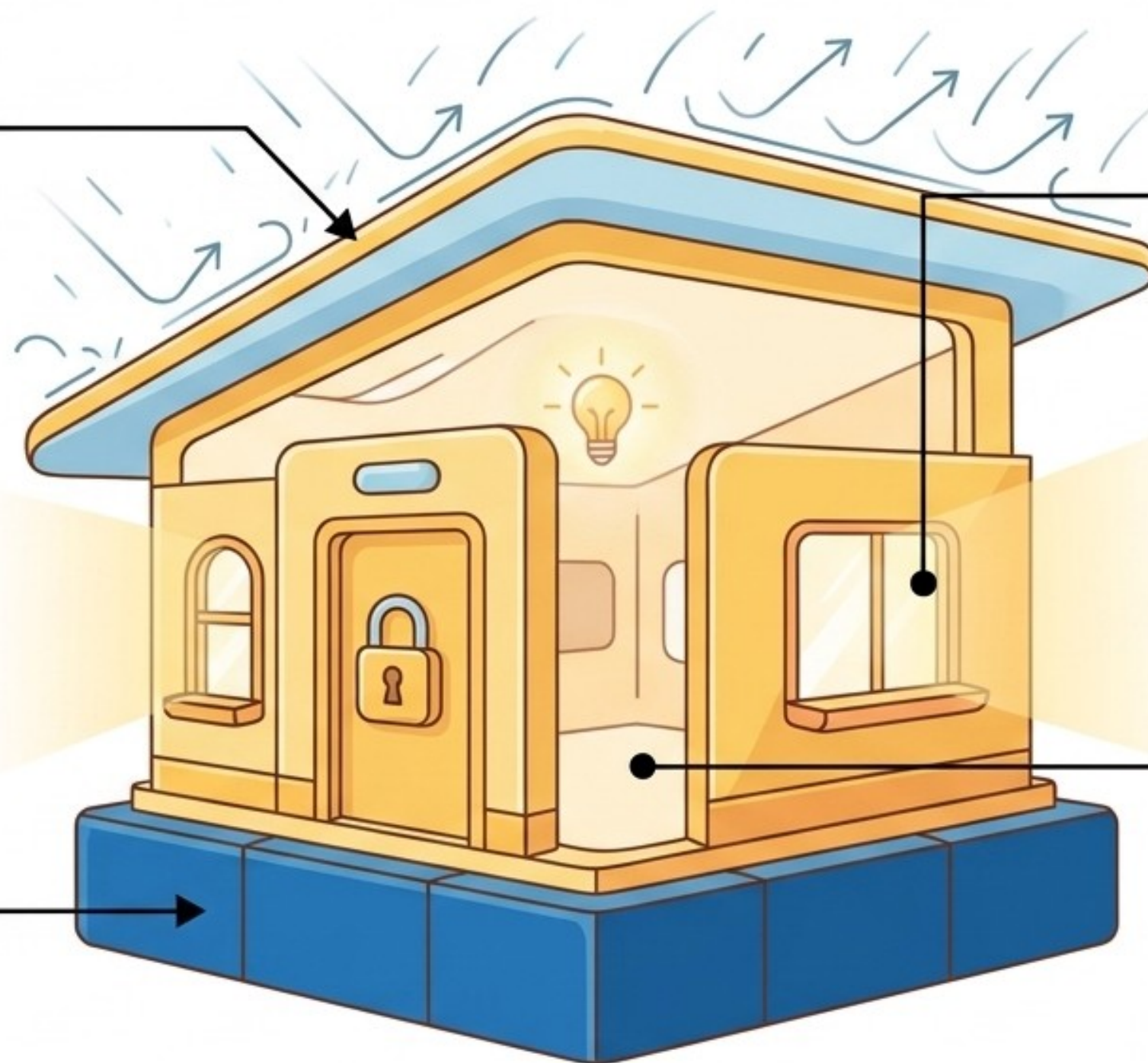
O Ciberespaço e os Dados Pessoais.

A base onde tudo assenta.

As Paredes e Portas (O Escudo):




Ciber-higiene.

Fechaduras fortes (passwords) e manutenção (atualizações).



Construimos o Nosso Escudo Hoje



Resumo da Sessão	
	1. Compreendemos o Espaço: Os nossos dados (PII) são valiosos; a ciber-higiene é inegociável.
	2. Identificamos a Ameaça: A engenharia social ataca as nossas emoções, não apenas as nossas máquinas.
	3. Desmistificamos a Tecnologia: A IA é uma ferramenta de padrões e geração que exige validação ética e pensamento crítico.



Na próxima sessão: Explorar na prática navegadores seguros e realizar atividades de IA Generativa em família!

Obrigado pela participação ativa. A cidadania digital começa com a educação.

A Nossa Casa Digital: Competências Digitais e Cibersegurança

Este infográfico serve de guião visual para a Sessão 1 da "Academia Digital para Pais", explorando a introdução à inteligência Artificial (IA) e as ferramentas de navegação segura para uma presença digital protegida e ética.

Sessão 1 - O Despertar para a Inteligência Artificial

Oiá!



Como possa ajudar?

Entendi.

O que é a Inteligência Artificial (IA)?
Capacidade de comunicar via linguagem natural com agentes que processam informação e geram respostas.



Machine Learning e Deep Learning
Processos em que aprende com dados para identificar padrões e tomar decisões automáticas.



Crie uma imagem de um gato astronauta

IA Generativa e Prompts
Ferramentas que criam texto, imagens ou vídeos através de pedidos específicos chamados "prompts".

Pilares de Cibersegurança na Casa Digital



Foke News

Ciber-higiene e Navegação Segura
Utilizar browsers seguros e manter hábitos digitais saudáveis para prevenir Fhishing e Fake News.



Proteção de Dados Sensíveis
Identificar e proteger dados pessoais que podem comprometer a privacidade e a segurança online.



Ética e Transparência na IA
Utilizar a IA de forma crítica, citando fontes e garantindo a integridade académica.

Resumo das ameaças vs. comportamentos recomendados

Ameaça Digital



Phishing/
Ransomware



Engenharia
Social



Dependência
Digital

Comportamento Seguro



Não clicar em links suspeitos e verificar a segurança (https)



Manter cautela no contacto com estranhos e proteger a privacidade



Equilibrar o uso de tecnologias com atividades offline

Guia Prático: Proteja a sua Família no Mundo Digital

Conhecer o Terreno (Ciberespaço)



Conhecer o Terreno

O Ciberespaço não é físico, mas é real.

Embora não o possamos tocar, tudo o que fazemos online tem impacto direto na nossa vida real.



Identifique os perigos comuns. Estaja atento a vírus, invasões de contas e "hackers".



Ferramentas do dia a dia: Facebook, WhatsApp, TikTok e jogos como Roblox exigem vigilância constante.

Ciber-Higiene (Lavar as Mãos Digital)



Ciber-Higiene

Trate a segurança digital como a sua higiene pessoal.

Tal como lavamos as mãos para evitar doenças, usamos boas práticas digitais para evitar "infecções" nos nossos aparelhos.



Use Palavras-Passe Fortes. Uma boa senha mistura letras, números e símbolos (ex: Gato#2024!) e nunca deve ser partilhada.



Cuidado com as "Burlas" (Mensagens Falsas). Nunca clique em links estranhos ou mensagens que pedem palavras-passe, mesmo que pareçam vir de amigos ou do banco.

Colaboração e Escola



Colaboração e Escola

A segurança entra na sala de aula.

Os alunos usam tablets e computadores para estudar; monitorize as ferramentas usadas para trabalhos de grupo.



Dispositivos Protegidos
Garanta que o computador escolar tem o antivírus atualizado e que o e-mail escolar é usado apenas para fins educativos.

Ética e Respeito Online



Ética é saber o que é certo ou errado na rede.

O anonimato da internet não justifica comportamentos maus: o que escrevemos online pode magoar seriamente os outros.



O "Contrato Digital" em família. Estabeleça regras claras: tempo de uso, sites autorizados e o compromisso de pedir ajuda.



Respeito pela Privacidade Alheia. Ensine os jovens a não partilharem fotos ou informações de amigos sem autorização prévia.

Proteger o que é Nosso (Dados Pessoais)



Proteger o que é Nosso

Dados Sensíveis: O seu maior tesouro.

Nome completo, morada, escola, dados de saúde e números de cartões são informações valiosas que criminosos procuram roubar.



A Regra de Ouro da Partilha. Pense antes de publicar: uma vez na internet, a informação pode ficar lá para sempre.



Conheça os seus Direitos (RGPD). Por lei, tem o direito de saber que dados as aplicações têm sobre si e pode pedir para os apagar ou corrigir.