

TDICS, IA GENERATIVA E ESTUDOS

# GUIA ÉTICO E PRÁTICO PARA O USO DAS TIDICS

Um guia prático, feito de estudantes para  
estudantes, sobre como usar eticamente as  
ferramentas e recursos digitais no campo  
acadêmico

**Organização e revisão de conteúdo**

Profa. Ma. Poliana Rufino Cardoso de Oliveira

**Elaboração de conteúdo**

Bruno César da S Almeida  
Fabiana de Sousa Santos  
Francimária dos Santos Sousa Silva  
Jamyllle Albernás Miranda  
João Gabriel Alves Botelho  
Maria Eduarda Fiedler Santos da Silva  
Mariana Leonora Gonçalves Dias  
Nathalia Santos Nascimento  
Natyelle Santiago Souza  
Patrícia de Magalhães Pessoa  
Sabrina Pereira Barros  
Tayane Nascimento de Almeida

**Projeto gráfico e diagramação (editoração)**

Aline Amaral Andrade  
Caroline Silva de Moura Alves  
Maria Eduarda Soares de Almeida  
Rebeca Colem Bastos de Quental

*Estudantes do terceiro semestre do curso de  
Letras-Português da UnDF.*

**Imagens e elementos**

Freepik  
Canva



Universidade do Distrito Federal -  
Professor Jorge Amaury Maia Nunes. Nov. 2025

# UM GUIA FEITO POR ESTUDANTES

A construção deste guia é a realização de um trabalho coletivo. Construído pelas mãos da turma de Letras-Português do terceiro semestre de 2025, da Universidade do Distrito Federal.

A nossa intenção é disponibilizar um guia ético de consulta prática a estudantes que, como nós, fazem uso diariamente das ferramentas digitais para o auxílio em seus estudos. Mas que muitas vezes não conhecem os riscos que existem ao acessar essas ferramentas. Pensando nisto, desenvolvemos o presente guia para a facilitação do uso correto dessas ferramentas.

Este guia é a realização de um trabalho acadêmico da unidade curricular de *Habilidades Práticas de Letras: Textos e Tecnologia*, do terceiro semestre do curso de Letras-Português da UnDF.

Universidade do Distrito Federal -  
Professor Jorge Amaury Maia Nunes. Nov. 2025

# APRESENTAÇÃO

Vivemos em uma sociedade cada vez mais conectada, na qual as Tecnologias Digitais da Informação e Comunicação (TDIC) estão presentes em praticamente todos os âmbitos da vida social, educacional e profissional. Nesse contexto, compreender o uso consciente, ético e crítico dessas tecnologias tornou-se essencial para a formação cidadã e para a construção de um ambiente digital mais saudável e colaborativo.

O presente guia tem como objetivo orientar estudantes, educadores e usuários em geral sobre as boas práticas no uso das TDIC's, oferecendo informações e estratégias para promover uma interação responsável e segura com os meios digitais. A intenção é estimular a reflexão sobre o papel dessas tecnologias na sociedade contemporânea, ampliando a capacidade crítica diante dos conteúdos compartilhados nas redes e fortalecendo a cultura de verificação, respeito e cidadania digital.

Ao longo do material, o leitor encontrará explicações, exemplos e recomendações sobre os impactos das tecnologias na saúde mental e a importância do combate às *Fake News*. Que buscam contribuir para um uso mais consciente das ferramentas digitais, favorecendo não apenas o aprendizado, mas também o desenvolvimento ético e humano diante dos desafios da era da informação.

**Desejamos a você uma ótima leitura!**

ÍNDICE

**Prefácio ..... 1**

**Apresentação ..... 2**

**1. Redes Sociais e Saúde Mental ..... 5**

1.1 O impacto das redes sociais na saúde mental ..... 6

1.2 Uso excessivo de telas está associado à saúde mental de diferentes gerações ..... 7

1.3 Soluções para mediar o uso excessivo das telas e redes sociais ..... 9

**2. Fake News .....11**

2.1 O que é Fake News .....12

2.1.2 Características e origens das Fake News ..... 13

2.1. Como identificar e denunciar notícias falsas .....14

2.1.4 Como denunciar Fake News nas redes sociais .....15

2.1.5 Consequências sociais .....16

2.1.6 Diferença entre opinião, boato e informação jornalística .....18

2.1.7 Por que acreditamos em Fake News? .....20

2.1.8 Quais estratégias utilizar para orientar amigos e familiares sobre a Fake News?.....22

2.1.9 Exemplos de ferramentas e iniciativas brasileiras .....23

2.1.10 Limitações e desafios .....24

2.1.11 Principais sites brasileiros de checagem de Fake News .....25

**2.2. Estratégias de Verificação Rápida ..... 28**

2.2.1 Como identificar imagens falsas e fazer pesquisa reversa ..... 29

2.2.4 Ferramentas de pesquisa reversa .....30



**2.3. Golpes Financeiros ..... 31**  
2.3.1 Diferença entre golpe e fraude ..... 31  
2.3.2 Principais golpes digitais e como evitá-los ..... 33  
2.2.4 Quais ações tomar se for vítima de um golpe? ..... 34

**3. TDICs e Ensino ..... 35**  
3.1 Tecnologias inteligentes..... 36  
3.2 Conceitos de inclusão digital ..... 37  
3.3 Como utilizar as TDICs e IA para apoiar os estudos ..... 38  
3.4 O que fazer ..... 39  
3.5 O que não fazer .... 40  
3.6 Uso ético da IA e viés computacional .....41  
3.7 Viés computacional .....39  
3.8 “Brain rot” e impacto no aprendizado .....42  
3.9 Atividades sugeridas .....43

**Resumo Geral do Guia ..... 46**

**Referências Bibliográficas ..... 47**

GUIA ÉTICO PARA O USO DAS TÍDCS

# REDES SOCIAIS E SAÚDE MENTAL

UNDF



## O IMPACTO DAS REDES SOCIAIS NA SAÚDE MENTAL

Redes sociais são espaços virtuais que permitem relações e interações entre pessoas e organizações, além de disponibilizar diversos conteúdos. Estes espaços virtuais podem ser sites ou aplicativos.

As redes sociais se tornaram parte essencial da vida moderna, mas seu uso excessivo pode afetar profundamente a saúde mental. A constante exposição a padrões de beleza, sucesso e felicidade idealizados pode gerar sentimentos de inadequação, ansiedade e depressão.

Comparações constantes com outras pessoas, a busca por curtidas e validação, além da pressão para manter uma imagem perfeita, criam um ciclo emocional desgastante.

Para lidar com isso, é importante estabelecer limites de tempo de uso, seguir perfis que inspirem de forma positiva e lembrar que as redes mostram apenas recortes da realidade. O autocuidado e a busca por equilíbrio são essenciais.



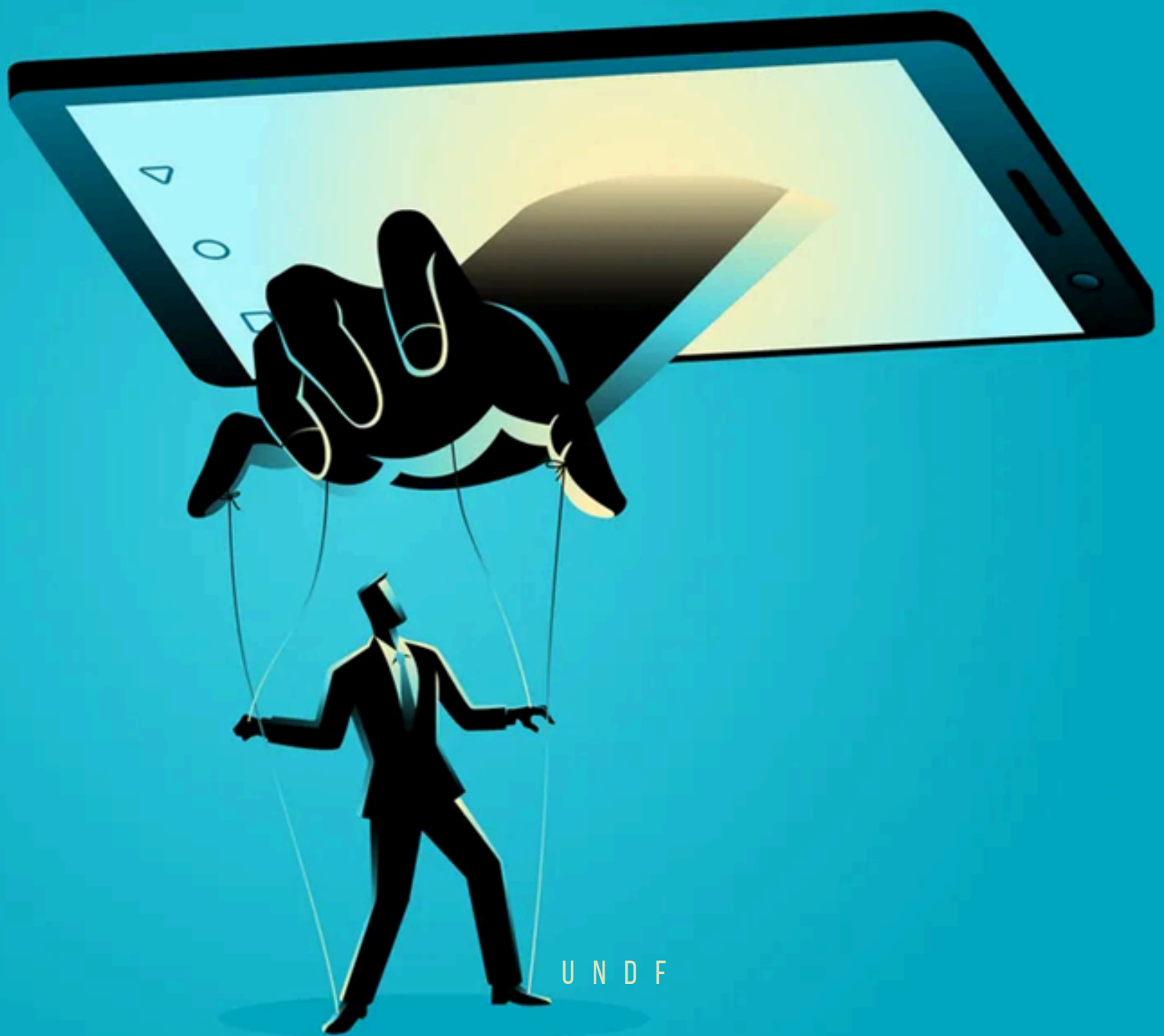
# USO EXCESSIVO DE TELAS ESTÁ ASSOCIADO À SAÚDE MENTAL DE DIFERENTES GERAÇÕES

Nosso corpo é integrado, não há saúde física sem saúde mental e vice-versa. Estamos inevitavelmente imersos na tecnologia e os estímulos da mídia nos bombardeiam a cada instante.

Tudo em nossas vidas requer um equilíbrio, uma medida que nem sempre é tão fácil acertar, as redes sociais também podem fornecer conteúdos enganosos, permitir uma alta exposição da vida privada, fazer com que troquemos o dia pela noite e nos colocar na cilada de manter uma frequência excessiva de acesso e de comparação.

O uso excessivo das redes sociais guarda relação tanto com o aspecto da ansiedade quanto com a depressão. Uma pessoa que já sofre com algum transtorno mental pode vir a fazer um uso excessivo, assim como o uso exagerado pode levar ao desenvolvimento de problemas nesta esfera. Essa retroalimentação destaca maior importância para a urgência entre os efeitos das redes sociais e o comprometimento com a saúde.

O uso excessivo de telas está ligado a uma piora da saúde mental de seus usuários, independentemente da idade, segundo mostra tese defendida no Programa de Pós-Graduação em Medicina Molecular da Faculdade de Medicina da UFMG. Os resultados mostraram, de forma inesperada, a presença da nomofobia (medo de ficar longe do celular) em idosos. Além disso, dos estudos que avaliaram as crianças, 72% encontraram aumento da depressão associado ao uso excessivo de telas.



A utilização dos dispositivos como forma de distração para as crianças enquanto os pais realizam suas tarefas contribui para o aumento das horas de uso. Nesse sentido, o distanciamento entre pais e filhos pode provocar um aumento da disposição para a depressão nas crianças.

Para enfrentar o uso negativo de redes sociais que já esteja num nível que comprometa a saúde mental, não podemos nos restringir à simples eliminação da tecnologia, mas sim encontrar maneiras de tornar visível um sofrimento potencial omitido no uso desenfreado.

As redes sociais, sem dúvida, têm o seu valor, mas é na presença física, no olhar, no toque e na convivência que construímos as relações mais profundas e significativas. É nesse pertencimento que descobrimos força, acolhimento e caminhos para enfrentar as complexidades da vida cotidiana.

A pesquisa aponta que a participação em redes sociais foi responsável por aumentar o risco de depressão em meninas, uma vez que o conteúdo fornecido nas redes é de corpos perfeitos, gerando comparação e afetando a saúde mental. Da mesma forma, os resultados apontam depressão em idosos que consomem conteúdos violentos na televisão. “A conclusão que a maioria dos estudos teve é de que não basta limitar o tempo de tela, mas também enriquecer o tempo fora dela, tentando manter a mente ativa.

Esperar o acolhimento ou a explicação desse fenômeno num espaço online é uma condição não prevista para oferecer algum cuidado, o que pode agravar as incertezas. O sofrimento é uma experiência comum na vida de todas as pessoas e se deve lidar de outras maneiras, que não somente as virtuais.

O trabalho integrado de profissionais da saúde é importante para a valorização da qualidade de vida, bem-estar emocional e a promoção da saúde mental.

# SOLUÇÕES PARA MEDIAR O USO EXCESSIVO DAS TELAS E REDES SOCIAIS

- Estabelecer limites de tempo: usar ferramentas de controle de tempo no celular (como “Tempo de uso”, que é uma ferramenta do IOS, ou “Bem-estar digital”, que é um app presente em dispositivos Android).
- Definir horários sem telas: por exemplo, evitar o uso do celular durante as refeições e antes de dormir.
- Fazer “detox digital” regularmente: tirar um dia da semana para desconectar das redes sociais.
- Praticar o consumo consciente: seguir apenas perfis que agreguem valor e desconectar de conteúdos tóxicos ou comparativos.
- Buscar atividades offline: ler, praticar esportes, caminhar, meditar, encontrar amigos pessoalmente.

## ESTRATÉGIAS FAMILIARES

- Estabelecer regras coletivas: horários combinados para o uso de telas, inclusive entre adultos.
- Dar o exemplo: pais e responsáveis devem também limitar o uso, mostrando equilíbrio no cotidiano.
- Momentos em família sem dispositivos: refeições, jogos e conversas presenciais fortalecem vínculos reais.
- Diálogo aberto: conversar sobre o que se consome nas redes, os sentimentos gerados e a importância de desconectar.

## ESTRATÉGIAS EDUCACIONAIS

- Ambientes de aprendizagem equilibrados: incentivar o uso das telas
- Educação digital nas escolas: ensinar os alunos a lidar com fake news, comparação social e impacto emocional.
- Projetos de reflexão: debates, campanhas e produções sobre o uso saudável das redes como ferramenta de aprendizado, não de distração.

## AÇÕES COLETIVAS E SOCIAIS

- Campanhas públicas de conscientização: promovendo o equilíbrio digital e a saúde mental.
- Apoio psicológico acessível: criação de programas que orientem jovens e adultos sobre o uso das redes.
- Políticas de regulação ética das plataformas: incentivando transparência e limitação de algoritmos viciantes.

**As redes sociais e a saúde mental andam lado a lado e é importante tomar atenção ao tempo gasto e à forma que se usa as redes sociais.**

**Mesmo que as redes sociais possibilitem benefícios como melhores conexões e relacionamentos e acesso fácil a conteúdos, elas também impactam negativamente a saúde mental dos usuários quando não são usadas corretamente.**

**Por este motivo, é importante ter mais atenção quanto ao tempo gasto nas redes e aos conteúdos acompanhados. Assim, é possível tomar atitudes para fazer um uso saudável das redes sociais e preservar a saúde mental.**

**Usar a tecnologia com propósito, e não por impulso, é o primeiro passo para transformar as telas em aliadas e não em inimigas do nosso bem-estar.**

G U I A   É T I C O   P A R A   O   U S O   D A S   T D I C S

# FAKE NEWS

UNDF



## O QUE É FAKE NEWS ?

***Fake News*** significa “**notícias falsas**” — informações incorretas divulgadas como verdadeiras, especialmente nas redes sociais. O principal objetivo é criar polêmicas, difamar pessoas e influenciar opiniões, explorando o sensacionalismo e a falta de senso crítico do público.



## CARACTERÍSTICAS DAS FAKE NEWS:

- Títulos chamativos e exagerados.
- Presença de palavras como “atenção”, “veja”, “urgente”.
- Erros de português e textos mal revisados.
- Ausência de autor ou opiniões sem base factual.
- Publicação em sites desconhecidos ou falsificados.
- Notícias antigas usadas como se fossem atuais.

## ORIGEM DAS FAKE NEWS:

Embora o termo tenha se popularizado em 2017, com o uso por Donald Trump e a escolha da palavra como “termo do ano” pela Collins, notícias falsas existem há séculos.

Exemplos históricos incluem propagandas políticas nazistas na Segunda Guerra Mundial e boatos populares como “Elvis não morreu”.





# CLASSIFICAÇÃO DAS INFORMAÇÕES FALSAS

## (WARDLE & DERAKHSHAN, 2023)

### TRÊS TIPOS PRINCIPAIS:

- Mis-information – compartilhamento sem intenção de prejudicar.
- Dis-information – criação e divulgação intencional para causar danos.
- Mal-information – uso de fatos reais para prejudicar alguém.

### SETE CATEGORIAS:

- Sátira ou paródia;
- Conteúdo enganador;
- Conteúdo impostor;
- Conteúdo fabricado;
- Ligação falsa;
- Contexto falso;
- Conteúdo manipulado.

### COMO IDENTIFICAR:

- Verifique o conteúdo – analise os dados e a confiabilidade.
- Cheque o veículo de comunicação – veja se o site é legítimo.
- Pesquise o autor – confirme se ele existe e é confiável.
- Verifique as fontes – fontes oficiais e especialistas devem ser citados.
- Analise as imagens – busque se foram manipuladas ou usadas fora de contexto.
- Pense antes de compartilhar – não espalhe conteúdos sem confirmação.
- Questione seus preconceitos – evite acreditar em algo só porque confirma sua opinião.
- Ajude a combater – denuncie e informe outras pessoas.

### COMO DENUNCIAR:

- Analise as imagens – busque se foram manipuladas ou usadas fora de contexto.
- Pense antes de compartilhar – não espalhe conteúdos sem confirmação.
- Questione seus preconceitos – evite acreditar em algo só porque confirma sua opinião.
- Ajude a combater – denuncie e informe outras pessoas.





# COMO DENUNCIAR FAKE NEWS NAS REDES SOCIAIS

## Facebook / Instagram

- três pontinhos
- “Denunciar”
- “Informação falsa”.

## WhatsApp

- três pontinhos
- “Mais”
- “Denunciar contato ou grupo”.

## YouTube

### - Post:

- “Compartilhar”
- “Denunciar”.

### - Vídeo:

- “Configurações”
- “Denunciar”.

## Twitter

- três pontinhos
- “Denunciar post”.

## TikTok

- “Compartilhar”
- “Relatar”
- “Informações incorretas”.

## LinkedIn

- três pontinhos
- “Denunciar”
- “Desinformação”.

# CONSEQUÊNCIAS

## 1. DISSEMINAÇÃO DE ÓDIO:

Aumentam o racismo, sexismo, homofobia e intolerância.

Exemplo: genocídio do povo Rohingya em Mianmar (2012-2017), impulsionado por fake news no Facebook.

## 2. INTERFERÊNCIA POLÍTICA:

Usadas para manipular eleições e difamar candidatos.

Exemplos:

- EUA (2016): boatos contra Hillary Clinton e apoio falso do Papa a Trump.
- Brasil (2015): fake news durante o impeachment de Dilma Rousseff.



## 3. DISTORÇÃO DA LIBERDADE DE EXPRESSÃO:

Pessoas usam o direito de opinar como desculpa para espalhar ódio e mentiras.

## 4. INTERFERÊNCIA NA SAÚDE:

Durante a pandemia de COVID-19, fake news desinformaram sobre vacinas e curas falsas, comprometendo a saúde pública.

## 5. PROMOÇÃO DA VIOLÊNCIA:

Fake news podem levar a agressões e mortes, como o caso de Fabiane Maria de Jesus (2014), linchada por boato no Facebook.



## CONCLUINDO ...

**As Fake News são um problema social, político e ético. Combatê-las exige verificação, responsabilidade e denúncia. Cada cidadão deve atuar de forma crítica, checando informações antes de acreditar e compartilhar.**



Diferenciar opinião, boato e informação jornalística é fundamental para entender como as mídias funcionam e para melhorar a qualidade do debate público. Apesar de os três tipos de enunciados circularem com frequência nos mesmos meios (jornais online, redes sociais, mensagens), eles têm objetivos, procedimentos e responsabilidades diferentes, desde a autoria e verificação até os efeitos sobre o público.

**Notícias jornalísticas** dizem respeito a relatos que têm como finalidade registrar acontecimentos, elucidar cenários e proporcionar provas que possam ser confirmadas. O jornalismo focado em informar adota métodos editoriais (investigação, verificação de fontes, correção de falhas) que têm como objetivo minimizar dúvidas e possibilitar que o público analise a autenticidade das declarações. Essas qualidades; clareza acerca das origens, precisão das informações e distinção nítida entre reportagens e opiniões, formam os fundamentos essenciais das redações.

O **gênero de opinião** é uma forma específica de discurso jornalístico: abrange colunas, editoriais e textos opinativos, cuja finalidade é analisar eventos, sustentar avaliações ou defender uma perspectiva. Comentários podem ser atribuídos a pessoas específicas (colunistas) ou podem refletir a posição de uma instituição (editorial do veículo); necessitam de uma distinção editorial evidente para que os leitores não confundam uma avaliação com um relato objetivo. Em contextos digitais, a separação física da parte impressa se enfraquece e a diferenciação visual entre reportagem e opinião se tornou um problema importante para a confiança.

**Boato** consiste em dados que não possuem confirmação e se espalham sem um fundamento confiável; pode surgir como um engano, conjectura, especulação ou ser elaborado de forma deliberada para mentir (quando se transforma em desinformação). Rumores não seguem os métodos de confirmação jornalística e muitas vezes não apresentam fontes reconhecíveis, por isso, têm uma grande chance de se converterem em "fake news" quando divulgados como se fossem verdades. A interação nas redes sociais potencializa a disseminação de rumores, pois as razões para compartilhar (sentimentos, alinhamento político, iscas de clique) passam a substituir os critérios de checagem.

A notícia jornalística implica em um conjunto de práticas: verificação antes da publicação, comparação de relatos, registro de referências e correções quando necessário. Essas práticas são formalizadas por meio de publicações e guias internos, servindo como um instrumento de prestação de contas. Diferentemente, a opinião permite uma escolha interpretativa (seleção de eventos e destaques) mas exige transparência quanto ao seu aspecto de opinião; por outro lado, o boato não segue processos que possam ser confirmados e, por essa razão, é enfrentado por métodos de checagem de fatos e controle em plataformas.

Para professores e investigadores, a diferenciação entre os três tipos de discurso demanda: (1) a criação de critérios definidos para a análise de conteúdo (reconhecer gênero: reportagem/opinião/especulação); (2) a incorporação de habilidades de checagem no ensino de jornalismo e alfabetização midiática; (3) consideração aos modos de disseminação (algoritmos, mensagens privadas), que afetam a eficácia das abordagens tradicionais de responsabilização. A investigação prática precisa combinar a análise de textos, as redes de disseminação e testes sobre a percepção do público para identificar as áreas onde há erros de identificação.

Estudos e relatos na área do jornalismo indicam que os leitores, em algumas ocasiões, misturam notícias com opinião, especialmente em plataformas digitais onde as indicações visuais se tornam confusas. O aumento de plataformas (blogs, redes sociais) e a maneira como os algoritmos mostram informações ajudam a criar essa dificuldade. Ademais, rumores que sustentam convicções já estabelecidas costumam ser facilmente recebidos, o que justifica a eficácia das táticas de desinformação. Nesse contexto, as ações de verificação de fatos funcionam como reguladores do ambiente informativo, esclarecendo processos e apresentando provas que contrariam rumores.

Opinião, rumores e notícias jornalísticas existem juntos em um ambiente comunicacional intrincado. Distinguem-se por metas, métodos e atribuições: a informação visa relatar e registrar; a análise interpreta e julga; o rumor se espalha sem confirmação e pode ser utilizado de maneira manipulativa. A manutenção da confiança do público está vinculada tanto à transparência nas instituições (indicações nítidas sobre categorias) quanto à habilidade dos cidadãos em verificar informações e à necessidade de respostas claras por parte da mídia. Destinar recursos à educação sobre mídia e a sistemas autônomos de checagem é, assim, essencial para mitigar as consequências nocivas das fake news e preservar a função informativa da imprensa.



## POR QUE ACREDITAMOS NAS FAKE NEWS?

Há diversos motivos que explicam o porquê de as pessoas acreditarem em notícias falsas. Primeiramente, nós fazemos parte de “bolhas sociais”, ou seja, estamos em comunidades que compartilham das mesmas crenças e convicções, conseqüentemente não há muitas divergências de opiniões. Essa semelhança nas bolhas sociais também é refletida nas redes sociais, originando as bolhas sociais, pois seguimos e curtimos conteúdos de pessoas que possuam os mesmos interesses, ocasionando uma limitação em relação ao que é contrário à nossa visão e a promoção da tendência de que todas as informações e notícias compartilhadas nesta bolha é real. Ademais, situações como a decadência na confiança da mídia e no governo, a criação de conteúdo com o intuito de viralizar e sem a preocupação de verificar a informação, a falta de atenção, a apelação para as emoções e a proliferação de bots auxiliam que mais pessoas não tenham a consciência de que estão sendo enganadas e compartilhando Fake News.

# QUAIS ESTRATÉGIAS UTILIZAR PARA ORIENTAR AMIGOS E FAMILIARES SOBRE A FAKE NEWS?

● **Promova o diálogo aberto e respeitoso** - Às vezes, o compartilhamento de Fake News por nossos familiares e amigos não possui a intenção de ocasionar danos, sendo necessário buscar a intenção deles ao compartilhar a informação. Portanto, após entender a motivação do compartilhamento deste assunto, aborde o assunto de forma empática e construtiva, apresentando seus pontos de defesa, mas de forma respeitosa e que preserve as relações interpessoais.

---

● **Explique sobre a importância da verificação de informações** - Enfatize a importância de checar as informações antes do compartilhamento, destacando alguns elementos norteadores que auxiliam neste processo, como as credenciais do autor, pois ela ajudam a nivelar a competência do autor em relação ao assunto abordado, a observar a origem e a data de publicação do texto, visto que elas informam se a notícia não está desatualizada, e avaliar o texto e as imagens, porque elas revelam se existe na informação a presença de sensacionalismo, parcialidade e a buscar por reações emotivas.

---

● **Apresente as agências de checagem** - Existem diversos mecanismos de checagem na Internet, apresente eles a sua família e/ou amigos, explicando a sua funcionalidade e importância no combate às Fake News. Ademais, promova a educação midiática e aborde o assunto de maneira empática e respeitosa.

# FERRAMENTAS DE CHECAGEM DE FAKE NEWS:

## FUNCIONAMENTO, EXEMPLOS E DESAFIOS

A checagem de fake news (verificação de fatos) refere-se a processos e ferramentas cujo objetivo é identificar, analisar e corrigir informações falsas ou enganosas, publicadas em redes sociais, sites ou aplicativos de mensagens. Essas ferramentas combinam métodos jornalísticos, técnicos e de inteligência artificial, além de contar com participação pública ou colaborativa.

## COMO FUNCIONAM AS FERRAMENTAS DE CHECAGEM

### 1. **Detecção / Monitoramento**

**Identificação de conteúdos suspeitos:** isso pode vir de denúncias de usuários, algoritmos que detectam padrões duvidosos, monitoramento de redes sociais, uso de keywords ou rastreamento de viralização.

### 2. **Verificação / Apuração**

**Verificar fatos (dados, citações, imagens, vídeos) consultando fontes confiáveis** — como documentos oficiais, especialistas, bases de dados, estatísticas, outras checagens. Se houver uso de imagem ou vídeo, pode-se aplicar técnicas forenses ou de análise digital (por exemplo, verificar metadados, autenticidade, se há manipulação, etc.).

### 3. **Classificação**

**Depois de apurar, os conteúdos são tipicamente classificados como:** verdadeiro, falso, impreciso, fora de contexto, inverificável, etc. Essa classificação ajuda o público a entender o grau de credibilidade ou risco da informação.

### 4. **Transparência:**

Boas ferramentas divulgam quais fontes foram usadas, qual foi o procedimento, eventuais limitações da apuração, correções quando necessário. Isso ajuda na credibilidade e confiança do público.

### 5. **Comunicação / Correção:**

Após checar, as ferramentas publicam os resultados, muitas vezes com explicações, links para documentos, vídeos, gráficos, que explicam o porquê de uma afirmação ser falsa ou verdadeira. Em alguns casos, elas também pedem remoção ou correção do conteúdo originalmente enganoso.

### 6. **Uso de tecnologia**

**Tecnologias envolvem a IA,** aprendizado de máquina, processamento de linguagem natural (PLN), detecção de similaridade semântica, algoritmos que identificam distorção, bots, deep fakes, etc. Também a utilização de sistemas de transcrição automática para vídeos, catalogação de fontes e dados históricos.



# EXEMPLOS DE FERRAMENTAS / INICIATIVAS NO BRASIL

● **Projeto Comprova:** iniciativa coordenada pela Abraji (Associação Brasileira de Jornalismo Investigativo), que reúne vários veículos de comunicação para verificar boatos, rumores e informações falsas que circulam na internet.

● **Busca Fatos / ferramenta do Aos Fatos:** ferramenta gratuita desenvolvida para auxiliar na checagem de vídeos relacionados às eleições. Inclui transcrição automática de vídeo (ferramenta Escriba), uso de modelos de linguagem grande (LLMs) para identificar afirmações checáveis, sugestão de fontes confiáveis baseadas em catálogo de checagens existentes.

● **Ferramenta da USP / UFSCar:** detector de fake news baseado em características linguísticas do texto (uso de palavras, estruturas, expressividade), disponível via web ou WhatsApp, em fase de testes.

● **Verdade Raiz:** portal focado especialmente no agronegócio, com metodologia que inclui checagem de dados históricos, estatísticas, contexto, e classificação clara dos conteúdos checados (verdadeiro, impreciso, falso, inverificável), além de transparência no processo.

● **TSE – Fato ou Boato:** serviço da Justiça Eleitoral que permite ao eleitor checar notícias suspeitas, boatos ou conteúdo viral, utilizando filtros, buscando categorização por agência de checagem, por tema ou por período.

● **Painel de Checagem de Fake News do CNJ:** iniciativa multissetorial para conscientização, além de checagens realizadas por parceiros institucionais, com campanhas e publicações que alertam para os riscos da desinformação.

# LIMITAÇÕES E DESAFIOS

● **Falsos negativos / positivos:** algoritmos podem errar — classificar algo como falso quando não é, ou deixar passar desinformações sutis.

● **Viés de seleção:** escolher qual notícia será checada ou qual conteúdo investigar pode refletir vieses editoriais, políticos ou culturais.

● **Limitação de recursos:** organizações de checagem nem sempre têm pessoal suficiente, orçamento ou acesso a fontes confiáveis.

● **Velocidade vs profundidade:** há pressão para responder rápido, mas verificações profundas exigem tempo, contexto, e acesso a dados, o que pode atrasar ou limitar a qualidade.

● **Resistência do público:** mesmo com checagens, parte das pessoas desconfia das instituições, ou interpreta conforme crenças prévias.

● **Manipulações sofisticadas:** deepfakes de áudio, vídeo, geração de conteúdo sintético por IA, bots, etc., tornam mais difícil detectar falsificações.

● **Dependência tecnológica:** ferramentas automáticas dependem de modelos treinados com dados de qualidade; se os dados forem enviesados ou pouco representativos, o desempenho degrada.

# PRINCIPAIS SITES BRASILEIROS DE CHECAGEM DE FAKE NEWS

● **Aos Fatos** - Um dos mais reconhecidos do Brasil. Faz checagem de declarações de políticos, campanhas, boatos nas redes e vídeos virais. Também criou ferramentas como o Busca Fatos e o robô Fátima, que ajudam usuários a verificar informações diretamente pelo WhatsApp e Telegram.

● **Lupa (Agência Lupa)** - Primeira agência de fact-checking do Brasil, criada em 2015. Analisa discursos de autoridades, notícias virais e conteúdos enganosos sobre saúde, política e ciência. É membro da International Fact-Checking Network (IFCN).

● **Boatos.org** - Site especializado em desmentir mensagens virais e rumores que circulam em redes sociais e aplicativos de mensagem. Explica de forma acessível por que determinado conteúdo é falso ou enganoso.

● **E-Farsas** - Um dos mais antigos do Brasil (desde 2002). Desmonta fake news e lendas urbanas com uma abordagem didática, mostrando as fontes originais e as evidências de manipulação.

● **Projeto Comprova** - Iniciativa colaborativa da Abraji com dezenas de veículos de imprensa (G1, UOL, Estadão, etc.). Foca em verificar conteúdos virais durante períodos críticos, como eleições e crises sanitárias. As checagens são coletivas e transparentes.

● **Fato ou Boato - TSE** - Plataforma oficial do Tribunal Superior Eleitoral (TSE) para combater desinformações sobre o processo eleitoral. Permite que o público envie notícias suspeitas e acesse as checagens validadas por agências parceiras.



## CONCLUINDO ...

**As ferramentas de checagem de fake news são essenciais no combate à desinformação. Combinando métodos jornalísticos, tecnologia e participação cidadã, elas ajudam a filtrar o ruído informativo, proteger a democracia e a saúde pública. No entanto, precisam enfrentar desafios técnicos, éticos e sociais: garantir imparcialidade, minimizar erros, aumentar transparência e envolver a população. Seu potencial é grande, mas é uma tarefa contínua de aprimoramento e cooperação.**

# ESTRATÉGIAS DE VERIFICAÇÃO RÁPIDA

A propagação de notícias falsas (fake news) e imagens manipuladas é um dos maiores desafios que enfrentamos na sociedade digital de hoje. A rapidez com que essas informações enganosas se espalham exige que todos nós desenvolvamos uma postura mais crítica ao consumir e compartilhar conteúdos.

Nesta seção, vamos falar sobre estratégias para verificar informações de forma rápida e também sobre o uso da pesquisa reversa de imagens como ferramentas importantes para identificar e combater a desinformação na internet



# ESTRATÉGIAS DE VERIFICAÇÃO RÁPIDA DE NOTÍCIAS

## AVALIE O TÍTULO E O CONTEÚDO

Títulos sensacionalistas, que acabam apelando para a emoção ou prometem revelações surpreendentes, costumam ser um sinal de que a informação pode não ser confiável. Por isso, é importante sempre ler o texto na íntegra e conferir se o conteúdo realmente corresponde ao que o título promete.

## DIFERENCIE FATO DE OPINIÃO

Um texto jornalístico deve ser imparcial, sempre apresentando informações verificáveis. Quando um conteúdo tem um viés opinativo forte, mas não deixa isso claro, é importante ficar atento, pois a credibilidade pode ficar comprometida.

## VERIFIQUE A FONTE

A credibilidade da fonte é fundamental na informação jornalística. É importante perguntar se o site é reconhecido e se tem um histórico de publicações confiáveis. Geralmente, notícias importantes aparecem em vários veículos de imprensa renomados.

## VERIFIQUE A DATA DE PUBLICAÇÃO

Este é um passo importante para evitar espalhar informações desatualizadas ou fora de contexto. Reutilizar notícias antigas, fora do seu momento original, é uma tática comum na disseminação de desinformação. Por isso, conferir a data ajuda a garantir que estamos compartilhando informações corretas e atuais.

## VERIFIQUE A QUALIDADE DO TEXTO

Erros gramaticais, ortográficos ou de digitação podem passar a impressão de falta de cuidado e revisão, algo bastante comum em sites de notícias falsas

## | FACT CHECKING |



# COMO IDENTIFICAR IMAGENS FALSAS E FAZER PESQUISA REVERSA

As imagens têm um grande poder de impactar e podem ajudar a espalhar desinformação. Elas podem ser manipuladas digitalmente, tiradas de contexto ou até criadas por inteligência artificial. Por isso, é importante ficar atento para não se deixar enganar.

## SINAIS DE MANIPULAÇÃO DE IMAGENS

Observe inconsistências visuais (sombras, reflexos, distorções no fundo); contornos pouco nítidos ou serrilhados (indicando recortes/colagens); baixa resolução ou "ruído"; e anomalias geradas por IA (como anatomia incorreta das mãos ou simetria de acessórios).



## PESQUISA REVERSA DE IMAGENS

Essa ferramenta ajuda a descobrir a origem e o primeiro uso de uma imagem na internet, facilitando a identificação de usos enganosos. Utilize buscadores como Google Images, Bing Image Search, Yandex Images ou ferramentas especializadas como TinEye.



## FERRAMENTAS PARA VERIFICAÇÃO E PESQUISA

### AGÊNCIAS DE CHECAGEM DE FATOS NO BRASIL

- Estadão Verifica
- Fato ou Fake (Grupo Globo)
- Projeto Comprova
- Agência Lupa
- Aos Fatos
- Boatos.org
- e-Farsas

**Buscadores Gerais:** Google Imagens, Bing Image Search, Yandex Images.

**Ferramenta Especializada:** TinEye.

**Ferramentas de Análise Forense:** FotoForensics, Forensically (para análises mais técnicas de manipulação)

## FERRAMENTAS DE PESQUISA REVERSA DE IMAGENS

### CONCLUINDO ...

Combater a desinformação é uma tarefa que deve envolver todos nós. Usar estratégias de verificação rápida e aproveitar ferramentas como a pesquisa reversa de imagens ajuda o cidadão a se tornar um ator importante na construção de um ambiente de informação mais confiável e saudável. Ter uma postura de ceticismo saudável e sempre checar as fontes são as melhores maneiras de nos proteger contra a propagação de conteúdos falsos.



## COMO EVITAR, DENUNCIAR E COMBATER GOLPES FINANCEIROS

O compartilhamento de dados pessoais se tornou algo habitual em nossa sociedade. Isso é perceptível a partir da constatação de que diversas empresas possuem em seu banco de dados informações<sup>2</sup> acerca das preferências e hábitos de seus clientes. O intuito dessa ação é fornecer produtos que sejam compatíveis com essas características. Outro exemplo, instituições financeiras têm a possibilidade de analisar o histórico de crédito de seus clientes e oferecer pré-aprovações de limite baseados nestes dados.

Ademais, no nosso cotidiano, frequentemente compartilhamos dados pessoais<sup>3</sup> para usufruir de alguns serviços e benefícios, como, por exemplo, partilhar a localização no GPS para obter rotas otimizadas ou quando registramos o e-mail ou outras informações para ter acesso a algum benefício gratuito. Contudo, ao realizarmos tais ações, tornamo-nos suscetíveis a golpes e a exploração de dados por fraudadores. Portanto, nosso intuito é orientá-lo acerca dos golpes presentes no meio digital, informando-os sobre as formas de combate, os meios de defesa e de denúncia.

## QUAL A DIFERENÇA ENTRE GOLPE E FRAUDE?

**Golpe** é uma estratégia ou esquema fraudulento que foi orquestrado para enganar e ludibriar indivíduos e/ou instituições. Normalmente, este ato criminoso é planejado de uma forma que aparente ser verdadeiro e atrativo para suas vítimas, com o objetivo de obter vantagens como dinheiro, dados pessoais e/ou acesso a recursos. Geralmente, eles envolvem técnicas de convencimento, manipulação emocional e exploração das vulnerabilidades das vítimas. Além de terem várias possibilidades de aplicação, como e-mail, telefonemas, sites falsos, anúncios enganosos, aplicativos de mensagens e outros.

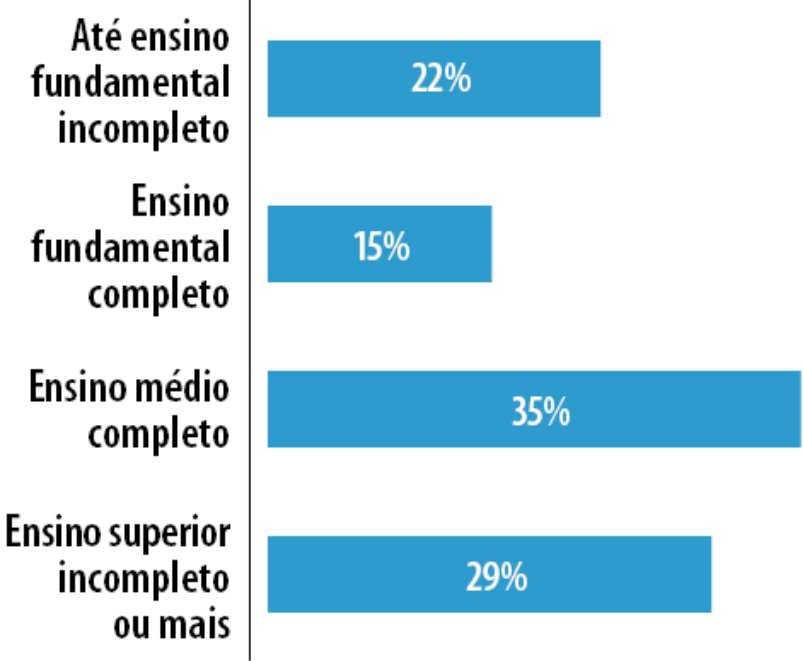
**Fraude** é uma ação intencional de enganar algum indivíduo com o propósito de obter vantagens pessoais, financeiras e/ou outros benefícios ilegais para si ou para outra pessoa. Este ato pode envolver manipulação, falsificação, ocultação de informações ou qualquer outro meio de comportamento desonesto.

---

<sup>2</sup> “Conjunto de dados, processados ou não, que podem ser utilizados para produção e transmissão de ideias e conhecimento contidos em qualquer meio, suporte ou formato, podendo estar na forma escrita, verbal ou imaginada, em meio digital ou físico”. (CRESOL, 2024)

<sup>3</sup> São dados ou informações que permitem a identificação, direta ou indireta, da pessoa à qual se refere, por exemplo: nome, CPF, RG, CNH, entre outros (CRESOL, 2024)

População que perdeu dinheiro por algum crime digital como clonagem de cartão, fraude na internet ou invasão de contas bancárias por escolaridade



Fonte: Instituto de Pesquisa DataSenado

agência **senado**

## VOCÊ SABIA?

Apesar de que o imaginário popular somente as pessoas vulneráveis são suscetíveis a serem vítimas de golpes virtuais, principalmente os idosos, pesquisas revelam que essa afirmação é equivocada. Em 2024, o DataSenado entrevistou cerca de 22 mil pessoas e revelou que jovem entre 16 e 29 anos são mais suscetíveis a serem vítimas de golpes.

Confira em: <https://www12.senado.leg.br/noticias/infomaterias/2025/04/golpes-virtuais-aumentam-e-nao-fazem-distincao-de-idade>

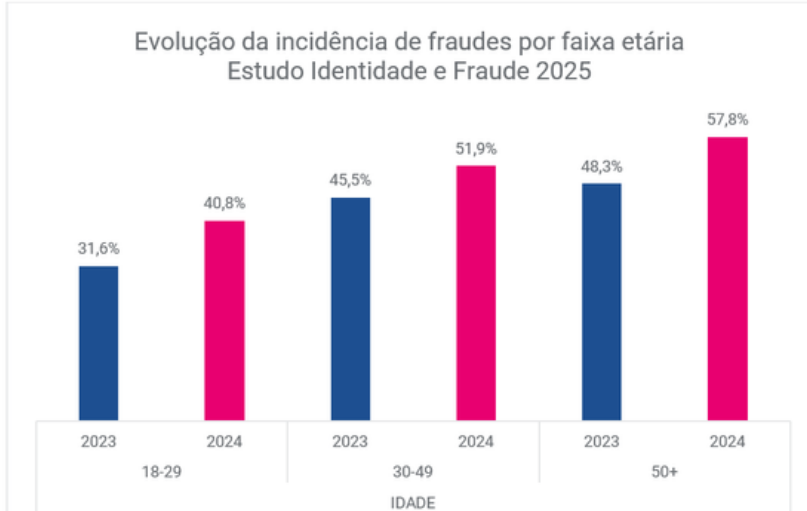
## VOCÊ SABIA?

Segundo o Relatório de Identidade e Fraude de 2025, realizado pelo Serasa Experian, 51% dos brasileiros foram vítimas de fraude em 2024, além de que mais da metade desses indivíduos (54,2%) tiveram perdas financeiras. Ademais, esse percentual de vítimas também perderam dinheiro, sendo que aproximadamente 20% sofreram perdas financeiras entre R\$ 1.000,00 e R\$ 5.000,00

Confira em: <https://www.serasaexperian.com.br/sala-de-imprensa/prevencao-a-fraude/mais-da-metade-dos-brasileiros-ja-foi-vitima-de-fraude-e-20-deles-perderam-ate-rdollar-5-mil-revela-estudo-inedito-da-serasa-experian/>



Fonte: Serasa Experian



Fonte: Serasa Experian

# PRINCIPAIS GOLPES E COMO EVITÁ-LOS

## PRINCIPAIS GOLPES

- **Golpe da Falsa Central Telefônica:** Golpistas ligam fingindo ser do banco, alertam sobre movimentações suspeitas e pedem dados cadastrais, senhas ou transferências.

- **Golpe do WhatsApp:** Envolve contas duplicadas (pedindo dinheiro urgente a contatos) ou clonadas (solicitando códigos de confirmação de seis dígitos via SMS)

- **Phishing (Link Falso):** Mensagens induzem a clicar em links para páginas falsas (promessas de promoções, propostas de emprego, pendências bancárias). O preenchimento dessas páginas rouba dados bancários e informações pessoais.

- **Golpe do Falso Motoboy:** O criminoso liga fingindo ser o banco, informa sobre compras não reconhecidas e, mantendo a linha fixa presa, instrui o cliente a cortar o cartão e entregá-lo a um motoboy.

## COMO EVITAR

- **Mantenha seus Dados Seguros:** Evite compartilhar informações pessoais e bancárias por e-mail, telefone ou mensagens.

- **Verifique a Autenticidade:** Não clique em links de origens desconhecidas (SMS, e-mails ou mensagens)

- **Segurança de Acesso:** Crie senhas fortes e distintas para cada conta e utilize a autenticação de dois fatores sempre que possível. Utilize biometria e reconhecimento facial em aplicativos bancários.

- **Acesso Direto e Seguro:** Acesse o site do banco diretamente digitando o endereço correto no navegador. Verifique se o endereço começa com "https://" e possui o ícone de cadeado.

- **Desconfie de Ligações Falsas:** Se alguém se apresentar como representante do banco e solicitar transferências ou dados, desligue e entre em contato com o banco diretamente pelos canais oficiais.

- **Instale Dispositivos de Segurança:** Utilize softwares antivírus e antimalware em seu dispositivo eletrônico para filtrar ataques virtuais.

- **Evite Salvar Senhas:** Nunca salve senhas no navegador, pois essa facilidade pode ser explorada por malware.

- **Ative Alertas:** Configure alertas de transação (SMS ou notificações por app) para identificar movimentos suspeitos rapidamente.

# QUAIS AÇÕES TOMAR SE FOR VÍTIMA DE UM GOLPE?

- **Contate o banco imediatamente:** Entrar em contato com o Banco, contestar a operação, comunicar o ocorrido e informar que foi vítima de um golpe.
- **Bloqueie a conta ou o cartão de crédito,** se necessário.
- **Documente tudo:** Anotar todos os detalhes do atendimento do Banco e golpe sofrido, incluindo informações como data, hora, valor envolvido, a maneira com que foi enganado e aquilo que for relevante.
- **Registre um boletim de ocorrência:** Descreva todos os detalhes do acontecido à polícia.



Assista ao vídeo do Bacen com dicas para evitar golpes financeiros:

<https://m.youtube.com/watch?v=rq3fOu9bDjA>

GUIA ÉTICO PARA O USO DAS TDICS

# TDICS E ENSINO

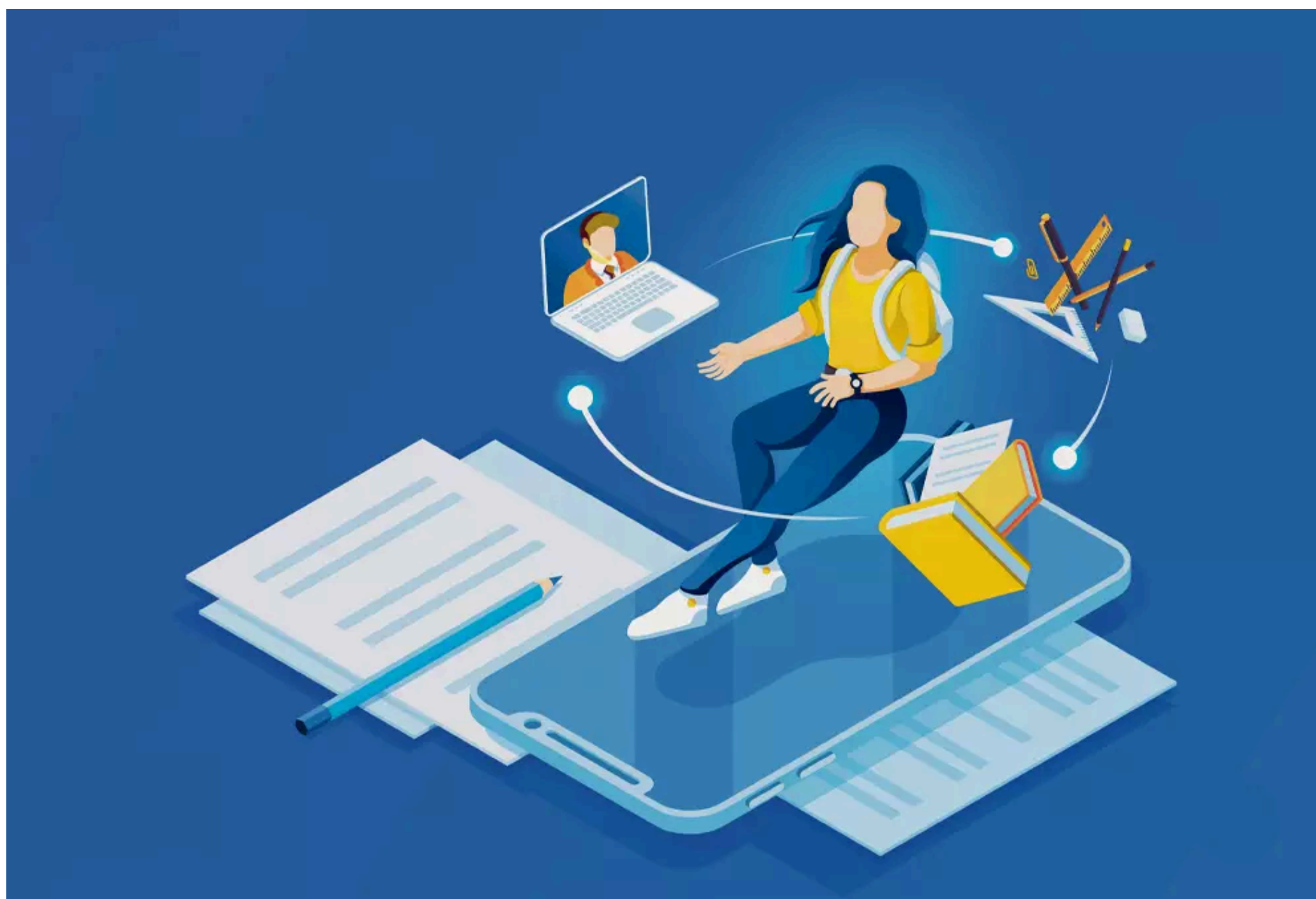
UNDF



# TECNOLOGIAS INTELIGENTES

## O NOVO CENÁRIO DA APRENDIZAGEM DIGITAL

**Nesta seção você vai ver alguns conceitos relacionados às TDIC 's e IA, seus conceitos, objetivos, utilização de cada ferramenta, o que fazer com cada uma delas e suas consequências. Iremos tratar de alguns exemplos de como utilizar cada ferramenta em sala de aula.**



# CONCEITO DE INCLUSÃO DIGITAL



A **inclusão digital** é garantir que todas as pessoas tenham e saibam utilizar as tecnologias da informação e comunicação ( computadores, internet, IA, celulares), para aprender, trabalhar e se expressar.

O **objetivo** é diminuir desigualdades e permitir participação plena na sociedade digital.

# COMO UTILIZAR AS TIDC'S E IA PARA APOIAR OS ESTUDOS

## ORGANIZAÇÃO E PLANEJAMENTO DE ESTUDOS:

Utilizar aplicativos e prompts para organizar os estudos é um bom uso dessas tecnologias. Um prompt fácil, por exemplo, é criar um cronograma semanal no Notion e pedir para a IA sugerir horários e pausas com base na sua rotina. Aplicativos voltados para organização: Google Calendar, Notion, Trello, Evernote.

---

## LEITURA E COMPREENSÃO DE TEXTOS:

A IA pode simplificar um texto que você não entendeu e até te explicar como se você fosse uma criança, inclusive é um prompt bastante utilizado. Aplicativos voltados para Leituras de textos: Google docs, microsoft word.

---

## PRODUÇÃO DE TRABALHOS ACADÊMICOS:

Alguns aplicativos: Grammarly, Copilot, canva, google Slides e word.

---

## APRENDIZAGEM DE IDIOMA:

Hoje muitas pessoas podem se tornar fluentes em um idioma através de algumas tidic's e a IA. Duolingo, Memrise, BBC Learning english são algumas plataformas para aprendizagem de idiomas. O chat também conversa em inglês se você pedir.

A UNESCO tem um guia sobre o uso da IA, com tópicos diferentes presente neste guia. Clique no link para acessar o site : [Guia para a IA generativa na educação e na pesquisa | UNESCO](#)

---



# O QUE FAZER

## USAR IA COMO FERRAMENTA DE APOIO:

E não de substituição: pedir explicações, revisar textos, praticar exercícios.

## USAR PARA INCLUSÃO:

Alunos com deficiência podem usar leitores de tela, legendas automáticas, tradutores de Libras, entre outros.

## APOIAR PESQUISAS ESCOLARES:

IA pode resumir, comparar fontes, explicar conceitos.

## EXPLORAR A CRIATIVIDADE:

criar histórias, jogos educativos, apresentações e infográficos.

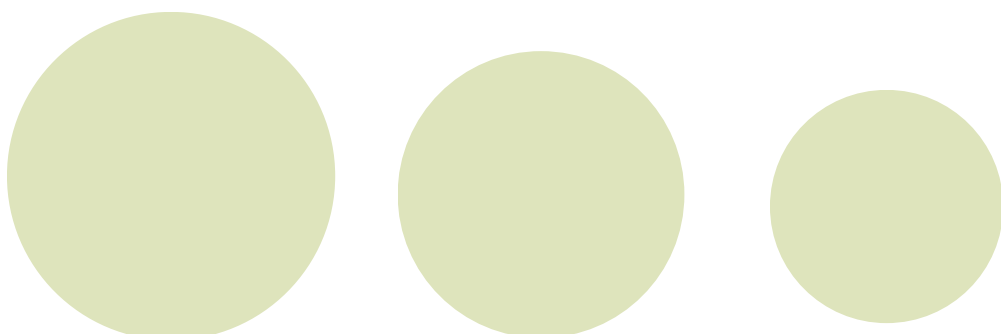
## ORGANIZAR O TEMPO E ESTUDOS:

Usar aplicativos de produtividade e lembretes com IA.  
Como por exemplo: Notion, Trello, notebookLM, microsoft 365 copilot.

## APRENDER A FORMULAR BOAS PERGUNTAS (PROMPTING):

Quanto mais clara a pergunta, melhor a resposta. Um exemplo de um prompt para estudos: “Sou estudante de Letras e quero revisar morfossintaxe para uma prova. Explique de forma clara e resumida como identificar o sujeito e o predicado em frases complexas, com exemplos e exercícios de fixação.” Esse prompt define bem o que está buscando, indica o formato desejado e o objetivo claramente.

Um mal elaborado: “Me explique a gramática.” É um prompt muito amplo, sem muita explicação do objetivo do estudo e pesquisa, não deixa claro o nível do aluno.



# O QUE NÃO FAZER

**Copiar respostas prontas da IA sem compreender o conteúdo**

---

**Compartilhar dados pessoais, imagens íntimas ou informações sensíveis.**

---

**Acreditar em tudo o que a IA diz (ela pode errar ou reproduzir viés computacional).**

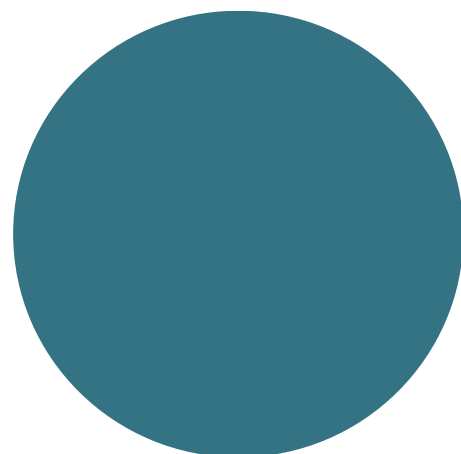
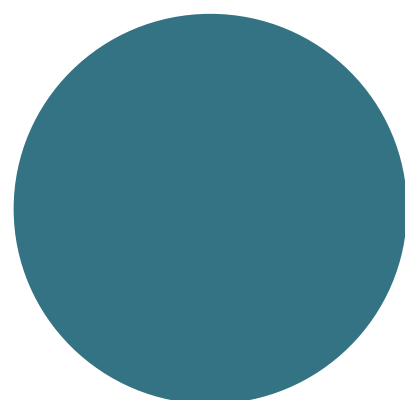
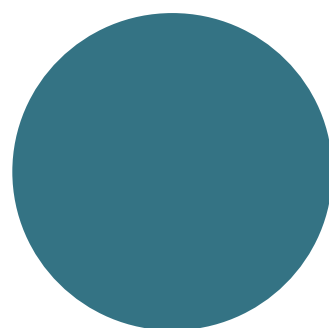
---

**Usar a IA para enganar (plágio, colar em provas, falsificar trabalhos).**

---

**Deixar a IA substituir a leitura, o pensamento crítico e o diálogo humano.**

---

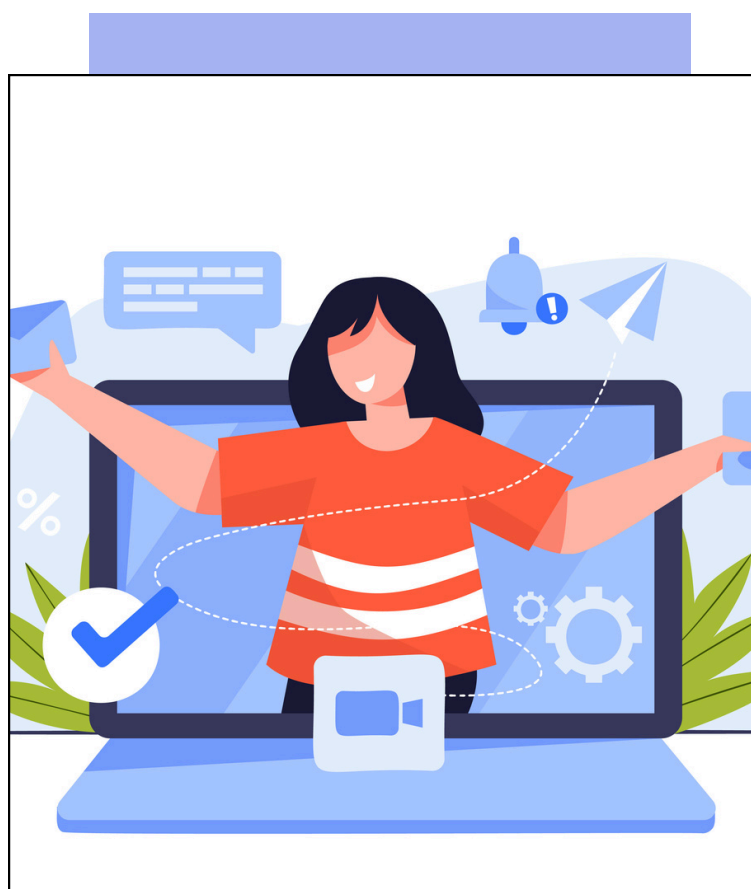


# USO ÉTICO DA IA

Ética digital é o conjunto de princípios para usar a tecnologia de forma responsável, justa e segura.

## PRINCÍPIOS BÁSICOS:

- **Transparência:** saber quando um texto, imagem ou vídeo foi gerado por IA.
- **Respeito à privacidade:** proteger dados pessoais.
- **Responsabilidade:** pensar nas consequências do que se produz ou compartilha.
- **Equidade:** evitar reforçar preconceitos ou discriminações.



## VIÉS COMPUTACIONAL

A IA aprende com dados criados por humanos — e esses dados podem conter preconceitos.

### EXEMPLO

Um sistema de IA pode associar profissões como “engenheiro” a homens e “enfermeira” a mulheres, refletindo desigualdades sociais.

É importante analisar criticamente os resultados e lembrar que a IA reflete a sociedade, não a verdade absoluta.

# BRAIN ROT

“APODRECIMENTO CEREBRAL DIGITAL”

- É o termo popular para o excesso de consumo digital passivo, como ficar horas rolando vídeos curtos ou depender demais da IA para pensar.
- A Universidade de Oxford recentemente fez uma pesquisa que criou este termo. Clique no link abaixo para acessar a pesquisa:

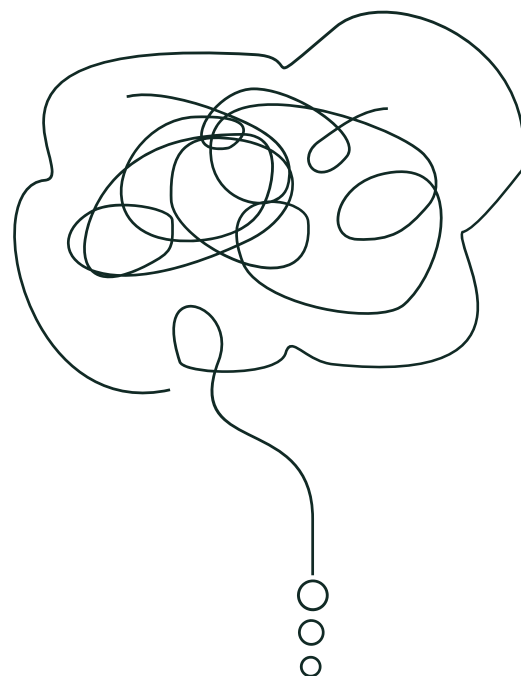
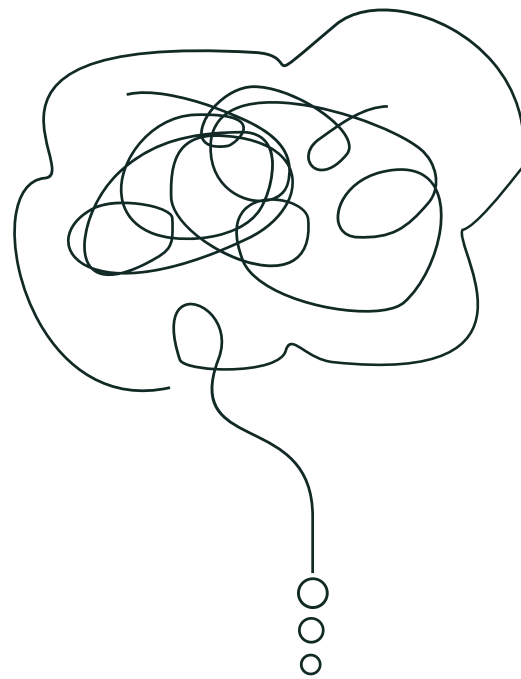
C'Brain rot' named Oxford Word of the Year 2024 - Oxford University Press '[Brain rot](#)' [named Oxford Word of the Year 2024](#)

## CONSEQUÊNCIAS:

- Diminuição da atenção e da memória.
- Dificuldade de leitura longa e de concentração.
- Perda da criatividade e do pensamento crítico.

## COMO EVITAR:

- Estabelecer tempo limitado de uso digital.
- Fazer pausas ativas e atividades offline.
- Usar a IA para aprender, não só para entretenimento.



# ATIVIDADES SUGERIDAS (PARA ALUNOS):

1. Debate: “A IA ajuda ou atrapalha o aprendizado?”
2. Pesquisa guiada: localizar exemplos de vieses em sistemas de IA.
3. Oficina prática: criar prompts éticos para usar IA em trabalhos escolares.
4. Cartaz coletivo: “Uso responsável da tecnologia”.
5. Produção textual: escrever uma reflexão sobre o equilíbrio entre IA e pensamento humano.

## HORA DA PRÁTICA!



# ATIVIDADES SUGERIDAS (PARA ALUNOS):

## 6. Exemplo prático – Jogo: “História em Dobro: Eu e a IA”

**Objetivo:** Estimular a criatividade e o pensamento crítico por meio da escrita humana e da Inteligência Artificial Generativa (IAG).

**Descrição:** Os alunos, em duplas, criam uma história curta sobre um tema proposto (ex.: amizade, natureza). Em seguida, utilizam uma ferramenta de IAG (como ChatGPT ou Copilot) para gerar uma história com o mesmo tema. Depois, comparam as duas versões, discutindo diferenças de estilo, criatividade e coerência.

**TDIC e IAG utilizadas:** Celular, computador ou tablet com acesso à internet e ferramenta de IA generativa.

**Produto final:** Um mural digital (Canva, Padlet) com as duas histórias e uma breve reflexão sobre o papel da IA na criação textual.

**Resultados esperados:** Desenvolver autoria, criticidade e compreensão ética sobre o uso das TDICs e da IAG no processo educativo.

# GUIA ÉTICO PARA O USO DAS TDICS



## EM RESUMO

A sociedade contemporânea está profundamente imersa na tecnologia, tornando o uso consciente, ético e crítico das Tecnologias Digitais da Informação e Comunicação (TDICs) fundamental para a formação cidadã e a construção de um ambiente digital mais saudável e colaborativo. Neste contexto, a interação responsável com os meios digitais exige que o indivíduo equilibre o uso das telas com a saúde mental, combata ativamente a desinformação e adote medidas robustas de proteção contra fraudes financeiras.

O uso excessivo das redes sociais pode afetar profundamente a saúde mental, gerando sentimentos de inadequação, ansiedade e depressão, muitas vezes alimentados pela constante comparação com padrões idealizados de beleza e sucesso, além da busca por validação e curtidas. O uso exagerado de telas está ligado à piora da saúde mental em usuários de todas as idades, com estudos apontando, inclusive, a presença de nomofobia (medo de ficar sem celular) em idosos e o aumento da depressão em crianças e meninas associado a esse uso. Para combater esse impacto negativo, a solução não se restringe à simples eliminação da tecnologia, mas sim em usá-la com propósito, e não por impulso, transformando as telas em aliadas do bem-estar. Para isso, é crucial estabelecer limites de tempo, definir horários sem telas, praticar o consumo consciente, seguindo apenas perfis que agreguem valor, e, principalmente, buscar atividades offline, pois é na presença física e na convivência que se constroem as relações mais profundas e significativas.

Um dos maiores desafios da sociedade digital é a propagação de notícias falsas (fake news) e imagens manipuladas, que são informações incorretas divulgadas como verdadeiras, explorando o sensacionalismo e a falta de senso crítico. As Fake News são um problema social, político e ético cujo combate exige verificação, responsabilidade e denúncia. Para identificar e combater a desinformação, o cidadão deve utilizar estratégias de verificação rápida (fact-checking). Essas estratégias incluem: avaliar se o título sensacionalista, que apela à emoção ou promete revelações surpreendentes, corresponde ao texto na íntegra; verificar a credibilidade da fonte, perguntando se o site é reconhecido e se a notícia aparece em vários veículos renomados; prestar atenção à qualidade do texto, pois erros gramaticais ou de digitação são comuns em sites falsos; e verificar a data de publicação para evitar espalhar informações desatualizadas ou fora de contexto, uma tática comum na desinformação. Além disso, é vital diferenciar fato de opinião, pois textos jornalísticos devem ser imparciais e apresentar informações verificáveis, evitando conteúdos com um viés opinativo forte que não seja claramente demarcado.



As imagens possuem um grande poder de impacto na disseminação da desinformação, podendo ser manipuladas digitalmente, tiradas de contexto ou criadas por inteligência artificial (IA). Para identificar manipulação, deve-se observar inconsistências visuais (sombras, reflexos, distorções no fundo), contornos pouco nítidos ou serrilhados (indicando recortes), baixa resolução ou "ruído", e anomalias geradas por IA, como anatomia incorreta das mãos ou simetria de acessórios. A pesquisa reversa de imagens é uma ferramenta que ajuda a descobrir a origem e o primeiro uso de uma imagem na internet, facilitando a identificação de usos enganosos, podendo ser realizada com buscadores gerais (Google Imagens, Bing Image Search, Yandex Images) ou ferramentas especializadas (TinEye). O esforço de combate à desinformação, que inclui o uso de ferramentas de checagem de fatos (como Agência Lupa, Aos Fatos e Projeto Comprova) e a pesquisa reversa, ajuda o cidadão a se tornar um ator importante na construção de um ambiente de informação mais confiável e saudável, sendo a postura de ceticismo saudável e a checagem das fontes as melhores maneiras de proteção.

As imagens possuem um grande poder de impacto na disseminação da desinformação, podendo ser manipuladas digitalmente, tiradas de contexto ou criadas por inteligência artificial (IA). Para identificar manipulação, deve-se observar inconsistências visuais (sombras, reflexos, distorções no fundo), contornos pouco nítidos ou serrilhados (indicando recortes), baixa resolução ou "ruído", e anomalias geradas por IA, como anatomia incorreta das mãos ou simetria de acessórios. A pesquisa reversa de imagens é uma ferramenta que ajuda a descobrir a origem e o primeiro uso de uma imagem na internet, facilitando a identificação de usos enganosos, podendo ser realizada com buscadores gerais (Google Imagens, Bing Image Search, Yandex Images) ou ferramentas especializadas (TinEye). O esforço de combate à desinformação, que inclui o uso de ferramentas de checagem de fatos (como Agência Lupa, Aos Fatos e Projeto Comprova) e a pesquisa reversa, ajuda o cidadão a se tornar um ator importante na construção de um ambiente de informação mais confiável e saudável, sendo a postura de ceticismo saudável e a checagem das fontes as melhores maneiras de proteção.

Ademais, o compartilhamento habitual de dados pessoais, embora facilite o acesso a serviços e benefícios, torna as pessoas suscetíveis a golpes e à exploração por fraudadores. Um golpe é uma estratégia fraudulenta que aparenta ser verdadeira e atrativa, utilizando técnicas de convencimento e manipulação emocional para obter vantagens como dinheiro, dados pessoais ou acesso a contas. Entre os golpes financeiros mais comuns estão: o Golpe da Falsa Central Telefônica, onde golpistas fingem ser funcionários do banco, alertam sobre movimentações suspeitas e pedem dados cadastrais, senhas ou a realização de transações; o Golpe do WhatsApp, que pode envolver a clonagem da conta por meio da solicitação do código de confirmação de seis dígitos via SMS, ou a duplicação do perfil da vítima para pedir dinheiro urgente aos contatos; o Phishing (Link Falso), em que o cidadão é influenciado a clicar em links que o encaminham para páginas falsas, roubando dados bancários e informações pessoais; e o Golpe do Falso Motoboy, onde o criminoso, simulando ser do banco, solicita que o cliente corte o cartão e o entregue a um motoboy ou motorista.

É importante ressaltar que todos podem ser alvos de um golpe. Para evitar ser vítima, é essencial: manter os dados seguros, evitando o compartilhamento de informações pessoais e bancárias por e-mail, telefone e mensagens; verificar a autenticidade e evitar clicar em links de origem desconhecida; usar senhas fortes e distintas para cada conta, ativando a autenticação de dois fatores, biometria ou reconhecimento facial para acessar aplicativos de bancos; acessar o site do banco diretamente digitando o endereço correto no navegador e observando se a URL começa com “https://” e possui o ícone de cadeado; desconfiar de ligações falsas de supostos representantes do banco que solicitam transferências ou dados – em caso de dúvida, deve-se desligar e entrar em contato com o banco diretamente pelos canais oficiais; instalar dispositivos de segurança como softwares antivírus e antimalware; e evitar salvar senhas no navegador, pois essa facilidade pode ser explorada por malware. Além disso, configurar alertas de transação (SMS ou notificações por aplicativo) é vital para identificar rapidamente qualquer movimento suspeito.

Caso o indivíduo seja vítima de um golpe, deve agir rapidamente: contatar o banco imediatamente para contestar a operação e comunicar o ocorrido; bloquear a conta ou o cartão de crédito, se necessário; documentar tudo, anotando os detalhes do atendimento do banco e do golpe sofrido (data, hora, valor, maneira como foi enganado); e, por fim, fazer um boletim de ocorrência descrevendo todos os detalhes do acontecido à polícia.

As TDICs e a Inteligência Artificial representam ferramentas poderosas para ampliar o aprendizado, promover a inclusão digital e enriquecer práticas pedagógicas. No entanto, seu uso exige responsabilidade, senso crítico e consciência ética, já que podem tanto apoiar o desenvolvimento intelectual quanto gerar riscos, como dependência excessiva, reprodução de vieses e perda de autonomia. Assim, o caminho mais produtivo é integrar essas tecnologias de forma equilibrada, usando-as como aliadas para organizar estudos, criar, pesquisar e facilitar a compreensão de conteúdos, sem abdicar da reflexão humana, da criatividade e do pensamento crítico. Para que isso aconteça, é fundamental que alunos e educadores aprendam a explorar os recursos disponíveis com clareza de objetivos, boas práticas de segurança e autonomia intelectual. Dessa forma, a IA e as TDICs deixam de ser ameaças ou soluções prontas e tornam-se meios para uma aprendizagem mais significativa, inclusiva e consciente.

# REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

PEPINO, Vitor. **Uso excessivo de telas está associado à saúde mental de diferentes gerações.** Faculdade de Medicina da UFMG, 25 out. 2023. Disponível em: <<https://www.medicina.ufmg.br/uso-excessivo-de-telas-esta-associado-a-saude-mental-de-diferentes-geracoes/>>.

ROCHA, Sonia Regina Gomes da; MAZZARO, Andréa; MACHADO, Ana Clara Carvalho. **Refletindo sobre a saúde mental e o uso excessivo de redes sociais.** Instituto Benjamin Constant (IBC), 13 jan. 2025. Disponível em: <<https://www.gov.br/ibc/pt-br/assuntos/noticias/refletindo-sobre-a-saude-mental-e-o-uso-excessivo-de-redes-sociais>>.

ADM CNX. **Redes sociais e saúde mental: influência e impacto dessa relação.** Conexa Saúde, atualizado em 12 nov. 2024. Disponível em: <<https://www.conexasaude.com.br/blog/redes-sociais-saude-mental/>>.

(Autor não informado). **Qual é o impacto negativo das redes sociais na nossa saúde mental?** Unimed Campinas, (s. d.). Disponível em: <<https://www.unimedcampinas.com.br/blog/saude-emocional/qual-e-o-impacto-negativo-das-redes-sociais-na-nossa-saude-mental>>.

CRESOL. **Segurança Financeira: Proteja-se de Golpes e Fraudes.** 2024. Disponível em: <https://cresol.com.br/wp-content/uploads/2024/06/Seguranc%CC%A7a-Financeira-Proteja-se-de-Golpes-e-Fraudes-1.pdf>.

BRASIL. MINISTÉRIO PÚBLICO DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO. Et. al. **FRAUDES BANCÁRIAS:** Cartilha Orientativa. Espírito Santo, Ministério Público do Estado do Espírito Santo, 2025. Disponível em: [https://mpes.mp.br/wp-content/uploads/2025/03/Cartilha\\_Fraudes\\_Bancarias.pdf](https://mpes.mp.br/wp-content/uploads/2025/03/Cartilha_Fraudes_Bancarias.pdf).

BRASIL. MINISTÉRIO PÚBLICO DO ESTADO DO MATO GROSSO. **Anatomia da Fraude Digital no Brasil:** Um Guia Abrangente de Proteção: Entenda os Golpes, o Modus Operandi e as Estratégias Essenciais de Defesa. Mato Grosso, Ministério Público do Estado do Mato Grosso, 2025. Disponível em: <https://mpmt.mp.br/gestao-transparencia/public/storage/upload/conteudo/Cartilha%20%20Anatomia%20da%20Fraude%20%20Digital%20no%20Brasil%203.pdf>.

BRASIL. SENADO FEDERAL. **Golpes virtuais aumentam e não fazem distinção de idade.** Brasília. Sítio Eletrônico, 2025. Disponível em: <https://www12.senado.leg.br/noticias/infomaterias/2025/04/golpes-virtuais-aumentam-e-nao-fazem-distincao-de-idade>.

ITAÚ. **Saiba como se proteger dos golpes financeiros mais comuns na internet.** Blog Itaú. São Paulo, 16 mai. 2024. Disponível em: <https://blog.itaui.com.br/artigos/como-se-proteger-dos-golpes-financeiros-mais-comuns-na-internet>.

SANTANDER. **Como não cair em golpes financeiros na internet?** Blog Santander. [S.l.], 17 mai. 2025. Disponível em: <https://www.santander.com.br/blog/como-nao-cair-em-golpes-financeiros>.

SERASA EXPERIEN. **Prevenção à Fraude:** Mais da metade dos brasileiros já foi vítima de fraude e 20% deles perderam até R\$ 5 mil, revela estudo inédito da Serasa Experian. 2025. Disponível em: <https://www.serasaexperian.com.br/sala-de-imprensa/prevencao-a-fraude/mais-da-metadedos-brasileiros-ja-foi-vitima-de-fraude-e-20-deles-perderam-ate-rdollar-5-mil-revela-estudo-inedito-da-serasaexperian/>.

BRASIL. TRIBUNAL DE JUSTIÇA DO ESTADO DO AMAZONAS. **FAKE NEWS (BOATOS)**-TJAM. 1 ed. Amazonas: [S.n.], [S.d.]. Disponível em: [https://www.tjam.jus.br/phocadownloadpap/folder\\_campanha\\_fakenew.pdf](https://www.tjam.jus.br/phocadownloadpap/folder_campanha_fakenew.pdf).

BRASIL. Secretaria de Comunicação Social. **Como denunciar fake news em redes sociais.** Brasília: Secretaria de Comunicação Social, 5 abr. 2023. Disponível em: <https://www.gov.br/secom/pt-br/fatos/brasil-contra-fake/como-denunciar-fake-news-1>.

BRASIL. Tribunal Regional Eleitoral do Paraná. **Desinformação:** como identificar fake news, conteúdos falsos e maliciosos: A disseminação de notícias e conteúdos falsos ganhou impulso graças à internet e às redes sociais. Paraná: Tribunal Regional Eleitoral do Paraná, 6 mar. 2025. Disponível em: <https://www.tre-pr.jus.br/comunicacao/noticias/2025/Marco/desinformacaocomoidentificar-conteudos-falsos-e-maliciosos>.

BENTZEN, Naja. Como identificar «notícias falsas». **Think Tank Parlamento Europeu**, 2019. Disponível em: [https://www.europarl.europa.eu/thinktank/pt/document/EPRS\\_ATA\(2017\)599386](https://www.europarl.europa.eu/thinktank/pt/document/EPRS_ATA(2017)599386).

'FAKE News' é eleita palavra do ano e ganhará menção em dicionário britânico. **BBC News Brasil**, 2017. Disponível em: <https://www.bbc.com/portuguese/internacional-41843695>.

MARTINHO, Ana Pinto. **Desinformación y Seguridad Nacional:** factores de vulnerabilidad de las sociedades à la desinformación, 2021. Disponível em: [https://www.gov.br/esg/ptbr/avisos/arquivos/anamartinhoeminrioacdia\\_pt.pdf](https://www.gov.br/esg/ptbr/avisos/arquivos/anamartinhoeminrioacdia_pt.pdf).

OLIVEIRA, THAYNARA TANGANELLI DE. **A falácia da higienização racial:** uma análise dos cartazes antissemitas Nazistas sob a perspectiva arendtiana (1939-1944). Orientador: Prof. Dr. Ricardo Gião Bortolotti. 2023. 180 f. Dissertação (Mestrado em História) - Faculdade de Ciências e Letras, Universidade Estadual Paulista (UNESP), Assis, 2023. Disponível em: <https://repositorio.unesp.br/server/api/core/bitstreams/89d1b3047512-4d6f-9d3d-8735d28c8684/content>.

FORSTER, Renê Et. al. Fake News: O Que É, Como Se Faz E Por Que Funciona?. **SciELO Preprints**, 2021. DOI: 10.1590/SciELOPreprints.3294. Disponível em: <https://preprints.scielo.org/index.php/scielo/preprint/view/3294>.

SCHLUSS mit dem jüdischen Schachergeist!. **United States Holocaust Memorial Museum.**, 2025. Disponível em: <https://collections.ushmm.org/search/catalog/irn8220>.

ALEVI, Ana Beatriz Venancio; SOUZA, Gabriella Marques de; MORAES, Melina Ferracini de. Fake news:: Entre a censura e a liberdade de expressão. **Sortuz: Oñati Journal of Emergent Socio-legal Studies** : Uma discussão sobre o fenômeno e suas consequências, Espanha, ano 2025, v. 15, n. 1, ed. 1, p. 5-21, 30 out. 2025. DOI <https://doi.org/10.35295/sz.iisl/2267>. Disponível em: <https://opo.iisj.net/index.php/sortuz/article/view/2267>.

BIAVA, C. A. O impacto das Fake News nos direitos humanos e na liberdade de expressão: desafios e perspectivas na era digital. **CONTRIBUCIONES A LAS CIENCIAS SOCIALES**, [S. l.], v. 18, n. 3, p. e16495, 2025. DOI: 10.55905/revconv.18n.3-255. Disponível em: <https://ojs.revistacontribuciones.com/ojs/index.php/clcs/article/view/16495>.

BRASIL. Secretaria de Comunicação Social. **Fake News**: Trágica história no Guarujá é retratada em novo episódio da campanha Brasil contra Fake: Iniciativa do Governo Federal tem como foco combater a desinformação disseminada nas redes sociais e debater o impacto do problema no dia a dia da população. [Brasília]: Secretaria de Comunicação Social, 29 mar. 2023. Disponível em: <https://www.gov.br/secom/pt-br/assuntos/noticias/2023/03/tragica-historia-no-guaruja-e-retratada-em-novo-episodio-da-campanha-brasil-contra-fake>.

GUEDES, Aline. **Para brasileiros, notícias falsas impactam eleições, revela DataSenado**. Brasília: Senado Notícias, 23 ago. 2024. Disponível em: <https://www12.senado.leg.br/noticias/materias/2024/08/23/para-brasileiros-noticias-falsas-impactam-eleicoes-revela-datasenado>.

MACIEL DE OLIVEIRA, Alex; MARTINI, Sandra Regina; FLECK DA ROSA, Stéphanie. Discursos de ódio e Fake news: Caminhos para a superação a partir da fraternidade. **Revista Direito em Debate**, [S. l.], v. 32, n. 59, p. e13723, 2023. DOI: 10.21527/2176-6622.2023.59.13723. Disponível em: <https://www.revistas.unijui.edu.br/index.php/revistadireitoemdebate/article/view/13723>.

MOREIRA SERRA, Alynne. **Fake news**: Uma discussão sobre o fenômeno e suas consequências. Orientador: Profº. Drº. Ivo José Cunha Serra. 2018. 44 p. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Ciência da Computação) - Universidade Federal do Maranhão, São Luís, 2018. Disponível em: <https://monografias.ufma.br/jspui/handle/123456789/3466>.



NEUMAN, Camila. **Butantan desmente 10 fake news sobre a vacina trivalente da gripe**: Vacina não tem cepa de Covid, não causa gripe e outras doenças, é segura para gestantes, crianças e idosos e precisa ser tomada todos os anos. Portal do Butantan, São Paulo, 29 abr. 2025. Disponível em: <https://butantan.gov.br/noticias/butantan-desmente-10-fake-news-sobre-a-vacina-trivalente-da-gripe>.

RODRIGUES DE OLIVEIRA, Giulia Cristina; SOARES DE OLIVEIRA, Natália. Saúde e Fake News: o impacto das notícias falsas no comportamento da população em meio à pandemia da COVID-19. **Conecte-se! Revista Interdisciplinar de Extensão**, Belo Horizonte, v. 4, n. 8, p. 100–113, 2020. Disponível em: <https://periodicos.pucminas.br/conecte-se/article/view/24603>.

SCHORR, Janaína Soares; PEREIRA, Gabriel Ferreira. Desinformação e banalização dos Direitos Humanos: o caso de Fabiane Maria de Jesus no Facebook. **Revista JurisFIB**, Bauru - São Paulo, ano 15, v. 15, ed. 15, p. 359-387, 19 dez. 2024. DOI <https://doi.org/10.59237/jurisfib.v15i15.771>. Disponível em: <https://revistas.fibbauru.br/jurisfib/article/view/771>.

DELMAZO, Caroline; VALENTE, Jonas C.L.. Fake news nas redes sociais online: propagação e reações à desinformação em busca de cliques. **Media & Jornalismo**, Lisboa, v. 18, n. 32, p. 155-169, abr. 2018. Disponível em: [http://scielo.pt/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2183-54622018000100012&lng=pt&nrm=iso](http://scielo.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2183-54622018000100012&lng=pt&nrm=iso).

NALON, Tai. MENEZES, Luiz Fernando. **Como é o trabalho do Aos Fatos**; como checar boatos em 9 passos. Aos Fatos: 2 de abril de 2019. Disponível em: <https://www.aosfatos.org/noticias/como-e-o-trabalho-do-aos-fatos/>

NUNES, Messias. **Fake news no grupo da família**: como lidar?. Politize! [S.l.], 2024. Disponível em: <https://www.politize.com.br/fake-news-no-grupo-da-familia/#estrategias-para-lidar-com-fake-news-no-grupo-da-familia>.

PONCHIROLLI, Rafaela. **Por que caímos em fake news?**. Politize! [S.l.], 2020. Disponível em: <https://www.politize.com.br/por-que-caimos-em-fake-news-2/>.

THOMPSON RIVERS UNIVERSITY. **Por Que as pessoas acreditam em notícias falsas?** THOMPSON RIVERS UNIVERSITY. [S.l.], 2025. Disponível em: <https://libguides.tru.ca/fakenews>.

ABRAJI – Associação Brasileira de Jornalismo Investigativo. **Projeto Comprova**. Disponível em: [https://pt.wikipedia.org/wiki/Projeto\\_Comprova](https://pt.wikipedia.org/wiki/Projeto_Comprova).

**“Ferramenta para detectar fake news é desenvolvida pela USP e pela UFSCar”**. Agência USP de Inovação, 22 out. 2018. Disponível em: <https://www.inovacao.usp.br/ferramenta-para-detectar-fake-news-e-desenvolvida-pela-sp-e-pela-ufscar>.

Verdade Raiz. Metodologia. Disponível em:  
<https://verdaderaiz.com.br/metodologia/>.

“Busca Fatos / Aos Fatos estreia cobertura eleitoral com checagens em tempo real, vídeos e novas ferramentas”. Aos Fatos, publicação. Disponível em:  
<https://www.aosfatos.org/noticias/aos-fatos-estreia-cobertura-eleitoral-com-checagens-em-tempo-real-videos-e-novas-ferramentas/>.

Tribunal Superior Eleitoral (TSE). **Ferramentas “Fato ou Boato”**. Disponível em:  
<https://www.tse.jus.br/...> (página específica Fato ou Boato).

Conselho Nacional de Justiça (CNJ). **Painel de Checagem de Fake News**. Disponível em: <https://www.cnj.jus.br/painel-de-checagem-de-fake-news/>. Acesso em: 13 out. 2025. Conselho Nacional de Justiça

AOS FATOS. **Como checamos**. Disponível em: <https://www.aosfatos.org/como-chegamos/>.

BOATO.ORG. **Sobre o Boatos.org**. Disponível em:  
<https://www.boatos.org/sobre-o-boatos-org>.

GOOGLE. **Pesquisar com uma imagem na Pesquisa Google**. Google Ajuda. Disponível em: <https://support.google.com/websearch/answer/1325808>.

PROJETO COMPROVA. **Como funciona**. Disponível em:  
<https://projetocomprova.com.br/como-funciona/>.

TINEYE. **About TinEye**. Disponível em: <https://tineye.com/about>.

UNESCO. **Guia para a IA generativa na educação e na pesquisa**. Paris: UNESCO, 2024.

VALENTE, José Armando. **Tecnologia e educação: o futuro da escola na sociedade da informação**. Campinas: Unicamp, 1999.

BRASIL. Ministério da Educação. **Base Nacional Comum Curricular (BNCC)**. Brasília: MEC, 2018. Disponível em:  
<https://www.basenacionalcomum.mec.gov.br/>.



TDICS, IA GENERATIVA E ESTUDOS

UM GUIA PRÁTICO E ÉTICO  
FEITO POR ESTUDANTES E  
PARA ESTUDANTES PARA A  
FACILITAÇÃO DO USO NO  
CAMPO ACADÊMICO