

MINAS
PROGRAMA

apresenta:

**GUIA DE SEGURANÇA
NO TWITTER**





OI, MINHA!

Você já deve saber que as redes sociais transformaram a comunicação na nossa sociedade. Se antes apenas um número restrito de pessoas e veículos conseguiam que suas ideias fossem transmitidas e interferissem no debate público, agora cada pessoa com acesso à internet tem a chance de se expressar através de diferentes canais. Podemos dizer que a internet e, mais especificamente, as redes sociais nos abrem um infinito de possibilidades, tanto para que nos conectemos umas às outras em atividades cotidianas, como é o caso de cursos a distância, grupos de estudo ou manter contato com aquela amiga que mora longe, quanto para que nossas opiniões, ativismos e trabalhos sejam divulgados e ganhem relevância para além do nosso círculo familiar e de amigos.

Mas, você se sente segura nas redes sociais? Tem algum medo relacionado à vida online? Ou já rolou algo ruim e que te deixou com a sensação de que o mundo virtual não é para você?

Se a resposta para a primeira pergunta foi **não**, saiba que você não está sozinha. De acordo com uma pesquisa realizada pela Plan International em 2020¹, **58% das meninas do mundo todo já sofreram assédio on-line**. Aqui no Brasil, esse número beira a **77% das meninas**. A pesquisa ainda aponta que **46% das brasileiras** afirmaram que elas e suas amigas enfrentam mais assédio nas redes sociais do que na rua. Os tipos de assédio variam, vão desde ameaças de violência sexual e/ou exposição de imagens íntimas até a comentários racistas, anti LGBTQIA+, perseguição (stalking) e constrangimento.

Uma das consequências dessas violências é a mudança do nosso comportamento online. Pelo menos **19% das meninas abandonaram ou reduziram** o uso de redes sociais depois de serem assediadas ou com medo de possíveis problemas.



Se meninas e mulheres não se sentem seguras em uma determinada plataforma, o ambiente não pode ser considerado democrático.

O debate público perde suas contribuições e elas deixam de usufruir de tudo aquilo que a internet pode oferecer, como por exemplo: o acesso à educação, o intercâmbio cultural entre pessoas que talvez jamais tivessem contato pessoalmente e a autonomia para se expressar livremente.

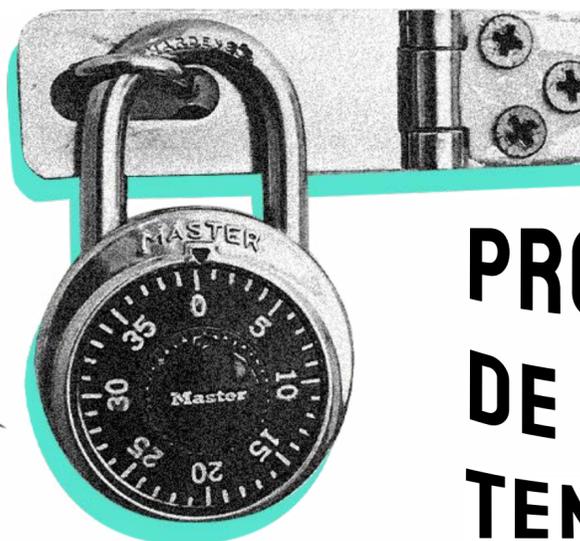
¹ Plan International (2020) Liberdade on-line? -Como meninas e jovens mulheres lidam com o assédio nas redes sociais. Disponível em: <<https://plan.org.br/wp-content/uploads/2020/10/LIBERDADE-ON-LINE-20201002.pdf>>



E O QUE PODEMOS FAZER?

Olhar para esses números e para os casos de abuso ou assédio pode parecer assustador. Mas estar online mesmo nesse cenário é um ato de resistência, mais do que isso, um direito nosso. **Enquanto não conseguimos eliminar todo tipo de violência virtual, podemos usar as ferramentas de segurança das plataformas de redes sociais a nosso favor para nos protegermos individualmente nesses ambientes.**

No twitter, podemos ter bastante controle tanto de quem vê nosso perfil e interage com nossas postagens, quanto do que desejamos visualizar ou não em nossa timeline. No caso da privacidade da sua própria conta antes de qualquer tipo de assédio ou situação violenta acontecer, você pode:



**PROTEGER SUA CONTA
DE QUALQUER
TENTATIVA DE INVASÃO:**



Primeira medida de segurança essencial para se proteger, no Twitter ou em qualquer rede social, é proteger sua conta com uma **senha forte**. Ou seja, ter uma senha:

- **de mais de 20 caracteres** (letras, números e indicativos de pontuação)
- **aleatória** (sem formar palavras ou frases associadas a você)
- **única** (não vale usar a mesma senha em todas as suas redes sociais e e-mails)
- **jamais compartilhada** com outras pessoas
- **trocada com frequência** (de preferência a cada 3 meses)

HABILITAR A AUTENTICAÇÃO EM DOIS FATORES:

Além da senha, você pode configurar a sua conta no Twitter para checar se é você mesmo que está tentando acessá-la. A partir dessa configuração a plataforma enviará um **e-mail** ou **SMS** com um código e você estará protegida duas vezes! Para adicionar essa camada extra de segurança, navegue até:



Configurações e privacidade → Segurança e acesso à conta → Segurança.

Na mesma página em que for habilitar a autenticação em dois fatores, **habilite a proteção de redefinição de senha**: Selecione esta opção para que seja exigido o endereço de e-mail e número de telefone associados à conta. Isso permitirá um e-mail ou SMS de redefinição de senha.

DEFINIR O PÚBLICO QUE VÊ E INTERAGE COM SEUS TWEETS:

• Quando você abre uma conta no Twitter, seus Tweets são públicos e visíveis para todos, mas **você pode optar por deixar seus Tweets visíveis apenas para seus seguidores**. Você receberá uma solicitação sempre que alguém quiser seguir você. Navegue até:

Configurações e privacidade → Privacidade e segurança → Público e marcação e assinale “Proteger meus tweets”



- A cada tweet que você fizer, **você também pode optar por que público pode responder a postagem** (“qualquer pessoa”, “pessoas que você segue” ou “pessoas que você mencionar”. Essa é uma configuração que pode ser acionada antes ou depois de twittar.



DEFINIR QUEM PODE OU NÃO TE MANDAR MENSAGENS PRIVADAS, NO TWITTER CHAMADAS DE MENSAGENS DIRETAS OU DMS (DA SIGLA EM INGLÊS):

- Ao configurar sua conta, você pode permitir que **apenas pessoas que te seguem possam te mandar mensagens privadas**.
- Você pode também habilitar filtros que **não deixam que mensagens de baixa qualidade** (como spam) ou **mensagens explícitas** (como pornografia e nudez) cheguem em sua caixa de entrada.





DEFINIR QUEM PODE OU NÃO TE MARCAR EM FOTOS E TWEETS:

- Para minimizar o compartilhamento do seu nome ou sua imagem, **você pode desabilitar** o recurso que permite que qualquer um marque você em fotos ou restringir a marcação somente para pessoas que você segue. Para isso, navegue até:

Configurações e privacidade → Privacidade e segurança → Público e marcação.



CONFIGURAR O TIPO DE CONTEÚDO QUE APARECE EM SUA TIMELINE

Nem sempre situações de assédio e abuso acontecem com a gente dire-

tamente, mas em uma rede tão pública como o Twitter conteúdos que despertam gatilhos ou desconfortos podem aparecer em nossa timeline sem querer. Para evitar isso, você pode desmarcar em:

Privacidade e Segurança → Conteúdo que você vê a caixa “Exibir mídia que possa conter conteúdo sensível”.

• Você também **pode silenciar determinadas palavras, hashtags e emojis**. Para isso navegue até:

“Privacidade e segurança”, em seguida, clique em “Silenciar e bloquear” e depois em “Palavras silenciadas” para adicionar termos e símbolos que não gostaria de ver em suas timeline e em suas notificações.

• Já para evitar que mídias impróprias apareçam nos seus resultados de busca, você também pode habilitar o modo “**Busca Segura**” entrando nas configurações de busca e ocultando conteúdo sensível.

• **Você pode também silenciar contas**, sem necessariamente bloquear ou deixar de segui-las. Quando você silencia alguém, essa pessoa ainda pode te mandar mensagens ou te mencionar em seus tweets, mas você não verá suas postagens em sua timeline.





MAS E SE JÁ TEM UMA PESSOA ME ASSEDIANDO DE FORMA DIRETA?

Caso você tenha sido assediada on-line, lembre-se primeiro que **não é culpa sua**, recorra a sua rede de apoio (uma mulher que você confia, uma professora ou uma amiga íntima, por exemplo) e denuncie o post ou a conta que está te prejudicando. Além disso, **tire prints da situação** e guarde o endereço url das páginas em que as agressões aconteceram, essas são provas importantes para uma denúncia formal em uma Delegacia de Crimes Cibernéticos.

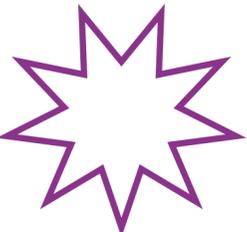
No twitter, você pode denunciar tweets individuais, uma mensagem ou uma conta inteira. Depois de enviar uma denúncia, você verá uma mensagem de confirmação dentro de 24 horas. E caso os moderadores de conteúdo da plataforma entenderem que o conteúdo denunciado viola as suas regras e políticas, tomarão alguma atitude, desde enviar uma advertência ao denunciado, até suspender permanentemente a conta. Caso seja muito difícil para você tomar essas atitudes, as pessoas da sua rede de apoio podem denunciar um tweet diretamente ou por meio do formulário de denúncia.

É recomendado, também, que você bloqueie contas que estejam te assediando ou remova essas pessoas dos seus seguidores, elas não

serão notificadas e só perceberão a mudança caso tentem continuar te mandando mensagens ou entrarem em seu perfil.

E O QUE AINDA FALTA PARA NOS PROTEGERMOS ON-LINE?

As ferramentas que apresentamos aqui e as várias precauções que podemos tomar individualmente para evitar o assédio e o abuso online resolvem parte dos nossos problemas e, talvez, possam ser suficientes para nos dar pelo menos uma sensação de segurança.



Entender como usar os recursos digitais a nosso favor, compreendendo os riscos que corremos quando estamos on-line, nos torna mais autônomas e livres nas redes sociais. Podendo assim usufruir de seus benefícios para a nossa socialização e educação.

Porém, uma internet realmente segura para todas as pessoas exige que nossa sociedade (incluindo governos, plataformas e usuários) tenha os compromissos de:

(i) reconhecer a violência online contra meninas e mulheres como um impeditivo definitivo da equidade de gênero dentro e fora das





redes, uma vez que prejudica os nossos direitos à liberdade de expressão e acesso à informação. E esses são direitos instrumentais para usufruto dos demais direitos humanos.

(ii) combater esse tipo de violência de forma conjunta. Entendendo que essa não é uma pauta apenas das meninas que já sofreram qualquer tipo de abuso online ou de entidades que trabalham diretamente com esse tema, mas sim de todos que utilizam as redes sociais. Todos e todas precisam ser aliados no combate a violência online.

(iii) lembrar que problemas complexos não possuem solução fácil. Encarando os problemas relacionados ao mundo digital como profundos, intrínsecos a maneira como fomos socializados e não solucionáveis apenas com inovações tecnológicas, proibições de ações ou punições severas isoladas. A violência nas redes é um problema social e parte da busca por sua resolução é o incentivo à formação de cidadãos cada vez mais conscientes das escolhas que fazem online e de suas consequências.

No mais, precisamos estar atentas, sendo rede apoio umas das outras e repassando o que aprendemos sobre segurança digital. Contamos com você para espalhar as dicas dessa zine em sua rede!

Ficha Técnica

Organização: Minas Programam

Apoio: Twitter | **Autoria:** Ester Borges | **Revisão:** Bárbara Paes e Franciele Falcão
Design e diagramação: Vitória Oliveira