



# Medidas de segurança para o mundo digital

HEINRICH  
BÖLL  
STIFTUNG  
BRASIL

Qui  
Pro  
CÔ  
FILMES

SOS CORPO  
Instituto Feminista para a Democracia

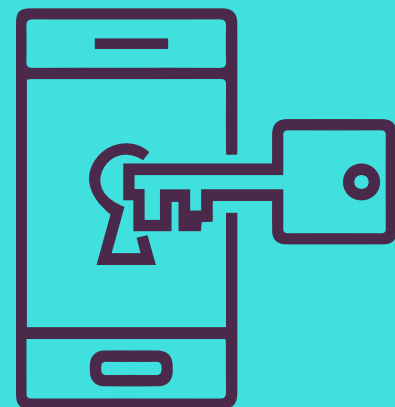
maria  
[lab]

BLOGUEIRAS  
NEGRAS

Universidade  
Livre Feminista

CFEMEA

# CELULAR

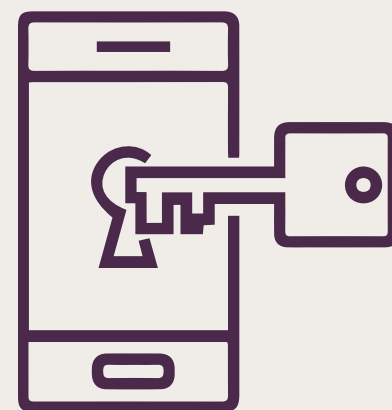


## Recomendações gerais

- **Coloque uma senha de bloqueio**
- **Substitua seus contatos salvos como 'pai', 'irmão', 'mãe'**
- **Faça backup de seus arquivos**
- **Criptografe\* seu celular** Os arquivos dentro da memória do telefone podem ser acessados mesmo sem a senha de acesso. Mesmo dando um “Restaurar configurações de fábrica”, sombras dos arquivos apagados ainda ficam na memória do celular, sendo possível recuperar fotos, vídeos e outros dados.
- **Coloque um adesivo na câmera frontal** Ela pode ser acionada por vírus que roubam informações.
- **Revise as configurações de privacidade dos aplicativos que você usa.**

\***CRIPTOGRAFIA** é um princípio e técnica pela qual a informação pode ser transformada da sua forma original para outra ilegível, de forma que possa ser conhecida apenas por seu destinatário (detentor da “chave secreta”), o que a torna difícil de ser lida por alguém não autorizado.

# CELULAR



## Como se proteger...

- **Em caso de celular roubado** Bloqueie o chip.
- **Se for abordado na rua** Por lei, ninguém pode te obrigar a revelar a senha do seu celular.
- **Em situações de risco** Sempre que for a manifestações, avise a alguém onde está indo. É importante apagar informações como conversas, contatos de sua rede de ativismo, nudes, documentos privados.
- **Telefone grampeado** Caso suspeite que esteja sendo grampeado, nunca tenha conversas sensíveis pelo telefone.
- **Em grupos de conversa** Às vezes, não conseguimos saber todas as pessoas que estão em grupos que participamos nos apps de conversa. Alternativa: identidades diferentes para manter a privacidade – registrar uma conta com um email não oficial, mudar seu nick (apelido) e não usar fotos reconhecíveis nos seus perfis.

## Dicas de aplicativos

- **Para customizar e ocultar suas informações:**  
Android: **Secrecy** • **Keepsafe** • **Apex Launcher** | Iphone: **Securepad**
- **Para registrar a manifestação: Obscuracam**
- **Para conversas mais seguras** Aplicativos que usam criptografia fim a fim em todas suas comunicações e que tem código aberto:  
**Signal** • **Wire**

# APPS DE CONVERSA



O SMS não é a forma mais segura de enviar mensagens. Opte pelos apps:

**Whatsapp** **PRÓS** um dos mais usados | criptografia fim a fim | criptografa mensagens, imagens e voz.

**CONTRAS** não tem o código aberto, portanto, é como se fosse um bolo em que não se sabe todos os ingredientes | é da mesma empresa do Facebook que centraliza informações sobre você. Ela usa seus dados e em troca deixa você usar seus serviços.

**Telegram** **PRÓS** grupos e stickers legais | afirma que não comercializa os dados, pois é uma empresa fundada através de uma herança.

**CONTRAS** não é criptografia fim a fim as mensagens de chat comuns, apenas aquelas no chat privado | não é totalmente de código aberto - como se soubéssemos a receita do bolo, mas não da cobertura.

**Messenger** **PRÓS** alguns contatos usam somente messenger.

**CONTRAS** não é criptografado fim a fim.

**Signal** **PRÓS** usa criptografia fim a fim em todas suas comunicações não é comercial | código aberto.

**CONTRAS** menos comum

**Wire** **PRÓS** usa criptografia fim a fim em todas suas comunicações não é comercial | código aberto | não requer cadastro de telefone para adicionar os contatos. Os contatos podem ser identificados e acionados somente com o “apelido”.

**CONTRAS** menos comum

# REDES SOCIAIS & CONTAS



## Recomendações gerais

- **Crie senhas de dupla autenticação no Facebook, Twitter e Gmail** Utilize autenticação em dois fatores TFA – modelo que você usa dois dispositivos (como celular, tablet ou token eletrônico) para acessar um site ou aplicativo.
- **Cheque a privacidade das suas redes, quais informações suas são visíveis ao público em geral** Verifique se sua lista de contatos está visível. Bloqueie acessos a postagens e mensagens de desconhecidos.
- **Evite adicionar em suas redes pessoas que não conhece pessoalmente**
- **Verifique informações suas disponíveis nos sites de busca** Esses sites centralizam um monte de informações que nem sabemos que estão lá. É importante tentar tirar do ar informações como endereço, telefone, documentos.
- **Criptografe seus arquivos no computador e emails**



# REDES SOCIAIS & CONTAS



## Dicas de aplicativos, programas e sites

- **Soluções offline para manter suas senhas em sigilo:**  
Windows, Linux, MacOS: **KeepassX** | Android, iPhone: **Minikeepass**
- **Para manter seus arquivos seguros no computador: VeraCrypt**
- **Para criptografar seu computador:**  
Windows **BitLocker** | Mac: **FileVault** | Linux: **Arch Linux**
- **Para navegar na internet e manter em sigilo seu endereço IP: Tor**
- **Para te ajudar a criptografar seu email:**  
<https://emailselfdefense.fsf.org>
- **Para te ajudar a controlar seus rastros na internet:**  
<https://myshadow.org>
- **Para te ajudar a deletar contas antigas que estão fora de uso:**  
<https://justdeleteme.xyz>

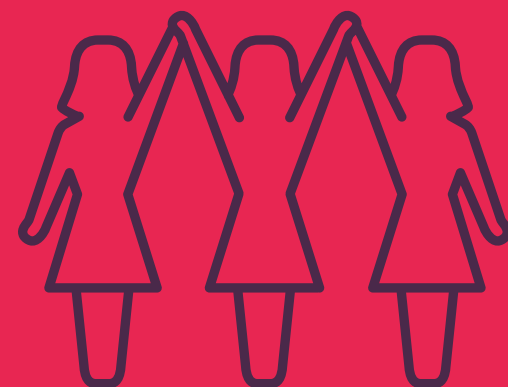
### ATENÇÃO MULHERES



### COMO SE PROTEGER DA VINGANÇA PORNÔ

- Existem formas de exercer sua sexualidade e liberdade sem se colocar em risco. Conheça o Guia de Nudes Seguros  
<https://codingrights.org/pt/manda-nudes>

# REDES DE APOIO



**Mulheres, vocês não estão sozinhas!**  
Busquem redes de apoio, duas sugestões:

**#maisamorentenós**

**#tamojuntas**

## DENUNCIE SEMPRE



Lembre-se que você pode pedir ajuda para as amigas fazerem a denúncia, caso a situação esteja muito estressante para você.

**Conheça os canais de apoio para te ajudar a denunciar**

- **Humanizaredes**

<http://www.humanizaredes.gov.br>

- **Safernet** Atua com o MPF e a Polícia Federal no encaminhamento de denúncias.

<https://new.safernet.org.br/helpline>

- **Manda Prints** Projeto da Think Olga- hub de conteúdo que aborda temas importantes para o público feminino de forma acessível.

<https://thinkolga.com/2015/12/01/campanha-manda-prints/>

FONTE: **GUIA DE ESTRATÉGIAS E TÁTICAS  
PARA A SEGURANÇA DIGITAL FEMINISTA**

PARA DOWNLOAD DO GUIA COMPLETO  
**[CLIQUE AQUI](#)**

HEINRICH  
BÖLL  
STIFTUNG  
BRASIL

Qui  
PrO  
CÔ  
FILMES

SOS CORPO  
Instituto Feminista para a Democracia

maria  
[lab]

BLOGUEIRAS  
NEGRAS

Universidade  
Livre Feminista

CFEMEA