Nome: _____ Data: _____ Pontuação: _____

Proteger os dados pessoais e Os teus direitos

Dados pessoais, direitos de privacidade (RGPD (GDPR), CCPA), corretores de dados, cookies, phishing, VPN e contas mais seguras

VISÃO GERAL DA APRENDIZAGEM SOBRE PRIVACIDADE DOS DADOS PESSOAIS

INFORMADO
CONHECE OS TEUS DADOS
O que é recolhido e porquê

CAPACITADO
DIREITOS DE PRIVACIDADE
Direitos ao abrigo do RGPD (GDPR) e do CCPA/CPRA

VIGILANT
HÁBITOS INTELIGENTES
MFA, atualizações e deteção de burlas

Bem-vindo! Este conjunto de atividades ajuda-te a assumir o controlo dos teus dados pessoais. Vais explorar os direitos de privacidade ao abrigo do RGPD (GDPR) e do CCPA, os corretores de dados, o consentimento para cookies, as permissões de aplicações, o phishing, o Wi-Fi público, as VPN e a MFA.

PONTOS DE CONTROLO DA FICHA DE TRABALHO

- [ ] **Partes 1-4: Aprende os teus direitos de privacidade e hábitos seguros.**
- [ ] **Partes 5-7: Resolve puzzles de palavras cruzadas e sopas de letras.**
- [ ] **Partes 8-9: Resolve estudos de caso e o desafio de cifra.**
- [ ] **Parte 10: Revê as páginas de perguntas frequentes básicas e avançadas.**
- [ ] **Parte 11: Explora 10 factos interessantes do mundo real.**
- [ ] **Bónus: desafio Pensa rápido.**

Abrir o Guia de Privacidade de Dados da VPN.com

URL: https://www.vpn.com/pt/ciberseguranca/privacidade-dados/

O teu roteiro de aprendizagem sobre privacidade de dados pessoais

- Compreender os teus direitos de privacidade ao abrigo do RGPD e da CCPA da Califórnia.
- Reconhece como os corretores de dados, os cookies e as aplicações recolhem dados pessoais.
- Aplica a minimização de dados partilhando apenas o que um serviço realmente precisa.
- Faz escolhas informadas nos avisos de cookies e nos pedidos de permissões das aplicações.
- Reduz o risco de phishing, violações de dados e Wi-Fi público com MFA e atualizações.

INSTRUÇÕES DO GUIA DE PRIVACIDADE DE DADOS

Responde às perguntas de escolha múltipla e de verdadeiro/falso, completa as frases de preencher espaços com o banco de palavras, associa as definições e resolve as palavras cruzadas e a sopa de letras. Aplica os teus conhecimentos à proteção dos teus próprios dados pessoais. Termina com a atividade bónus Pensa rápido.

PRIVACIDADE DOS DADOS PESSOAIS E OS TEUS DIREITOS (INTRODUÇÃO)

A privacidade dos dados é a tua capacidade de controlar a forma como as tuas informações pessoais são recolhidas, utilizadas, armazenadas e partilhadas. Leis como o RGPD (GDPR) e o CCPA dão-te direitos, enquanto hábitos como palavras-passe fortes, MFA e partilha cuidadosa podem ajudar a reduzir o risco.

LÊ CADA PONTO DE CONTROLO COM ATENÇÃO E ESCOLHE OU ESCREVE A RESPOSTA CORRETA.

Ponto de controlo 1: Desafio de escolha múltipla

1. Que escolha reflete melhor o princípio da minimização de dados?

- A. Partilhar apenas os dados de que um serviço precisa para a sua finalidade
- B. Dar a cada aplicação acesso total para facilitar a configuração
- C. Preencher todos os campos opcionais dos formulários de registo
- D. Reutilizar uma só palavra-passe para que as contas sejam mais fáceis de gerir

2. Que passo é recomendado se um site que utilizas comunicar uma violação de dados?

- A. Alterar essa palavra-passe e ativar a MFA onde esta for oferecida
- B. Reutilizar a mesma palavra-passe numa conta nova
- C. Responder ao e-mail de violação com o teu PIN
- D. Ignorá-la, uma vez que as violações raramente importam

3. Ao abrigo das regras da UE, o que é um consentimento válido para cookies de rastreamento?

- A. Marcar ativamente uma caixa não pré-marcada depois de receber informação clara
- B. Caixas pré-assinaladas num banner de cookies ou de inscrição
- C. Limitar-se a continuar a deslizar ou a navegar no site
- D. Um aviso escondido nos termos e condições do site

4. Que direito têm os consumidores da Califórnia ao abrigo do CCPA?

- A. Optar por não permitir a venda ou partilha dos seus dados
- B. Receber um valor fixo por cada pedido de dados
- C. Exigir a remoção de qualquer aplicação das lojas de aplicações
- D. Para bloquear toda a recolha de dados por todas as empresas

5. O que faz principalmente uma VPN quando te ligas a uma rede Wi-Fi pública?

- A. Encripta o tráfego entre o teu dispositivo e o servidor VPN
- B. Impede que os websites definam quaisquer cookies
- C. Substitui a necessidade de MFA
- D. Remove o malware que já se encontra num dispositivo

Ponto de controlo 2: Desafio de verdadeiro ou falso

6 Pergunta (verdadeiro/falso) 6

6. A privacidade dos dados e a segurança dos dados significam o mesmo.

Verdadeiro Falso

7 Pergunta (verdadeiro/falso) 7

7. O RGPD pode aplicar-se a empresas de fora da UE que ofereçam serviços a pessoas na UE.

Verdadeiro Falso

8 Pergunta (verdadeiro/falso) 8

8. Usar uma VPN impede que os sites te rastreiem com cookies.

Verdadeiro Falso

9 Pergunta (verdadeiro/falso) 9

9. Partilhar menos dados pessoais online pode reduzir o dano de uma violação de dados.

Verdadeiro Falso

10 Pergunta (verdadeiro/falso) 10

10. A CCPA permite que os consumidores optem por não permitir a venda ou a partilha dos seus dados.

Verdadeiro Falso

Ponto de controlo 3: Inserção de termos-chave

Lê cada frase abaixo e preenche o espaço em branco com o termo correto do banco de palavras.

1. Nos termos do RGPD (GDPR), o _____ tem de ser dado de forma livre, específica, informada e inequívoca, pelo que as caixas pré-selecionadas não contam.

2. Um _____ reúne dados de registos públicos, aplicações e compras para criar e vender perfis de pessoas.

3. Uma mensagem a dizer que a tua encomenda está retida e a pedir que 'confirmes' os dados do cartão é uma tentativa típica de _____ .

4. O HTTPS usa _____ para ajudar a proteger os dados em trânsito entre o navegador e um site.

5. Partilhar apenas os dados de que um formulário de registo realmente precisa aplica o princípio da _____ de dados.

6. O direito ao _____ permite pedir a uma organização que elimine os teus dados pessoais, embora se apliquem exceções.

BANCO DE PALAVRAS DE VOCABULÁRIO

APAGAMENTO CONSENTIMENTO COOKIE CORRETOR DE DADOS ENCRIPTAÇÃO MINIMIZAÇÃO OPTOUT PHISHING

Escreve aqui as tuas respostas:

1. **2.**

3. **4.**

5. **6.**

Ponto de controlo 4: Associação de conceitos de privacidade

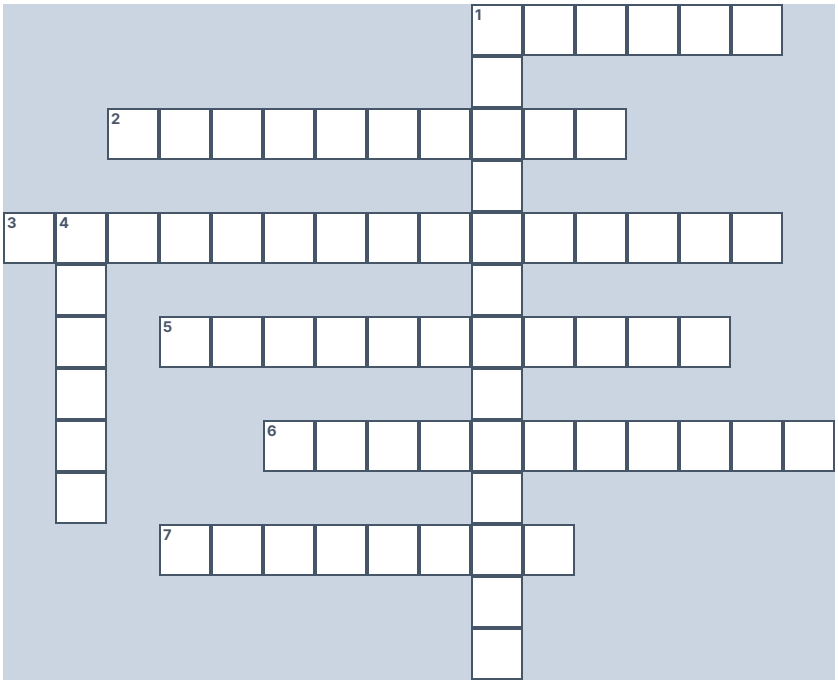
ASSOCIAÇÃO DE DEFINIÇÕES

Associa cada termo de vocabulário da esquerda à sua definição correta da direita, escrevendo a letra correspondente (A-H) na caixa de preenchimento.

☐	1. Direito ao apagamento	A	Direito da Califórnia de impedir que uma empresa venda ou partilhe os teus dados.
☐	2. Direito de exclusão	B	Direito de ver os teus dados pessoais apagados, sujeito a exceções.
☐	3. Minimização de dados	C	Pequeno ficheiro do navegador usado para seguir a tua atividade em vários sites.
☐	4. Encriptação	D	Consentimento livre, específico, informado e inequívoco.
☐	5. Corretor de dados	E	Recolher apenas os dados pessoais necessários para uma finalidade declarada.
☐	6. Consentimento	F	Mensagens falsas que enganam as pessoas para que revelem dados ou credenciais de início de sessão.
☐	7. Phishing	G	Baralhar dados de modo a que só quem tem a chave certa os possa ler.
☐	8. Cookie de rastreio	H	Empresa que compila e vende perfis pessoais a partir de muitas fontes.

Ponto de controlo 5: Palavras cruzadas

Resolve as palavras cruzadas escrevendo letras nas caixas brancas ativas. Os números correspondem às pistas abaixo.



HORIZONTAIS

1. Pequeno ficheiro do navegador que pode acompanhar a tua atividade em vários sites (6)

2. Direito que permite pedir a uma organização que elimine os teus dados pessoais (10)

3. Empresa que compila e vende perfis sobre pessoas (15)

5. Embaralhar os dados para que só quem tem a chave certa os consiga ler (11)

6. Princípio da minimização de dados: recolher apenas o necessário para uma finalidade declarada (11)

7. Mensagens falsas que te levam a revelar credenciais ou dados de cartões (8)

VERTICAIS

1. Acordo livre, específico, informado e inequívoco quanto à utilização dos dados (13)

4. Direito do CCPA de impedir a venda ou a partilha dos teus dados (duas palavras unidas) (6)

Ponto de controlo 5, alternativa: Pistas acessíveis das palavras cruzadas

Os utilizadores de leitores de ecrã e de teclado podem escrever as respostas das palavras cruzadas diretamente nos campos de texto abaixo.

HORIZONTAIS

1 horizontal: Pequeno ficheiro do navegador que pode acompanhar a tua atividade em vários sites (6 letras):

2 horizontal: Direito que permite pedir a uma organização que elimine os teus dados pessoais (10 letras):

3 horizontal: Empresa que compila e vende perfis sobre pessoas (15 letras):

5 horizontal: Embaralhar os dados para que só quem tem a chave certa os consiga ler (11 letras):

6 horizontal: Princípio da minimização de dados: recolher apenas o necessário para uma finalidade declarada (11 letras):

7 horizontal: Mensagens falsas que te levam a revelar credenciais ou dados de cartões (8 letras):

VERTICAIS

1 vertical: Acordo livre, específico, informado e inequívoco quanto à utilização dos dados (13 letras):

4 vertical: Direito do CCPA de impedir a venda ou a partilha dos teus dados (duas palavras unidas) (6 letras):

Ponto de controlo 6: Sopa de letras

Encontra os 8 termos-chave de vocabulário escondidos na grelha abaixo. As palavras podem estar na horizontal, na vertical ou na diagonal.

A F G O K N D C N C D H I B A
P R N L P W T O I Y C F Y S G
O X I W H E F R R T O N U K R
A D H T A I S R L P N L M S H
C K S P P K H E Y P S L O W U
A N I Y A O Q T Q B E A A L O
Z P H M G O B O L I N F C I P
I N P Y A C B R Z Z T Y A B T
M N V X M M C D F P I W T Q O
I Q X H E E Y E C W M L P F U
N G H Z N W C D O R E J I X T
I X R K T Z A A N R N Z R R M
M G S W O G L D W J T B C Y C
C Y O U Z O Z O U T O B N H V
P X C N M H P S X Y Z X E H O

LISTA DE PALAVRAS DE VOCABULÁRIO

APAGAMENTO OPTOUT MINIMIZACAO ENCRIPTACAO CORRETORDEDADOS
CONSENTIMENTO PHISHING COOKIE

Ponto de controlo 6, alternativa: Associação acessível de vocabulário

Associa cada um dos 8 termos de vocabulário da sopa de letras à sua definição correta, escrevendo a letra (A-H) no espaço em branco.

TERMOS DE VOCABULÁRIO

- **A. APAGAMENTO**
- **B. OPTOUT**
- **C. MINIMIZACAO**
- **D. ENCRIPTACAO**
- **E. CORRETORDEDADOS**
- **F. CONSENTIMENTO**
- **G. PHISHING**
- **H. COOKIE**

DEFINIÇÕES E CAMPOS DE ASSOCIAÇÃO

1. Direito do CCPA de impedir a venda ou a partilha dos teus dados (duas palavras unidas).
2. Acordo livre, específico, informado e inequívoco quanto à utilização dos dados.
3. Empresa que compila e vende perfis sobre pessoas.
4. Direito que permite pedir a uma organização que elimine os teus dados pessoais.
5. Princípio da minimização de dados: recolher apenas o necessário para uma finalidade declarada.
6. Mensagens falsas que te levam a revelar credenciais ou dados de cartões.
7. Pequeno ficheiro do navegador que pode acompanhar a tua atividade em vários sites.
8. Embaralhar os dados para que só quem tem a chave certa os consiga ler.

Ponto de controlo 7: Desafio de palavras baralhadas

Desembaralha as letras abaixo para revelar conceitos e termos essenciais de cibersegurança. Escreve as tuas respostas nas caixas de resposta fornecidas.

1. TEMAPANOGA
2. MOIMAINCAZI
3. CREOOTDDAR RSODE
4. SNGIHPHI
5. OTTOUP
6. IOPAACENTC R
7. ENINCOMEOT NTS
8. OECIKO

Atividade bónus: Pensa rápido

3 RESPOSTAS POR CATEGORIA. GANHA QUEM COMPLETAR PRIMEIRO A LISTA.

1	Passos a dar depois de uma violação de dados			
2	Aplicações que pedem a tua localização			
3	Definições de privacidade a rever num telemóvel novo			
4	Sinais de que um computador está infetado			
5	Sinais de que uma mensagem pode ser phishing			
6	Razões para atualizar o software			
7	Dados pessoais a manter fora das redes sociais			
8	Formas de proteger as tuas contas			
9	Informações que nunca deves partilhar			
10	Contas que deviam ter a MFA ativada			
11	Coisas de que fazes cópia de segurança			
12	Locais onde podes usar Wi-Fi público			
13	Coisas a fazer depois de uma fuga de dados			
14	Empresas que podem recolher os teus dados de navegação			
15	Sinais de alerta num email			

Ponto de controlo 8: Estudos de caso de privacidade de dados

Aplica os conceitos que aprendeste aos cenários reais abaixo.

ESTUDO DE CASO 1: PEDIR A UM SITE QUE ELIMINE DADOS



Cenário: A Maya, que vive em França, fechou a sua conta numa aplicação de compras há dois anos, mas continua a receber os respetivos emails de marketing. Quer que a aplicação elimine os seus dados pessoais ao abrigo do direito ao apagamento do RGPD.

Questão para debate: Que passos poderia a Maya dar e que dados poderá a aplicação conservar legalmente?

ESTUDO DE CASO 2: UMA APLICAÇÃO DE QUIZ E AS PERMISSÕES



Cenário: Uma aplicação gratuita de testes de personalidade pede ao Leo a sua localização, contactos, microfone e data de nascimento antes de ele poder começar.

Questão para debate: Que permissões parecem desnecessárias e que opções tem o Leo para reduzir o que partilha?

Ponto de controlo 9: Decifrar o código

As pessoas atentas à privacidade pensam antes de partilhar dados pessoais online. Usa a chave de letras para números abaixo para decifrar a mensagem, escrevendo as letras correspondentes nos espaços em branco.

CHAVE DE ENCRIPTAÇÃO DE LETRAS PARA NÚMEROS

A=1 B=2 C=3 D=4 E=5 F=6 G=7 H=8 I=9 J=10

K=11 L=12 M=13 N=14 O=15 P=16 Q=17 R=18 S=19 T=20

U=21 V=22 W=23 X=24 Y=25 Z=26

16	5	14	19	1		1	14	20	5	19		4	5

16	1	18	20	9	12	8	1	18		15	14	12	9	14	5

Mensagem decifrada:

DICA: CADA NÚMERO REPRESENTA A POSIÇÃO DESSA LETRA NO ALFABETO (P. EX., 1 = A, 2 = B, 26 = Z).

Ponto de controlo 10: Perguntas frequentes básicas sobre privacidade de dados (Parte A)

Revê perguntas e respostas comuns sobre a proteção dos teus dados pessoais.

Q1: Qual é a diferença entre privacidade de dados e segurança de dados?

A privacidade é o teu controlo sobre a forma como os dados pessoais são recolhidos, usados e partilhados; a segurança é a proteção que os impede de ser acedidos sem autorização.

Q2: O que é o RGPD (GDPR)?

O Regulamento Geral sobre a Proteção de Dados (RGPD) da UE, aplicável desde 25 de maio de 2018, estabelece regras para o tratamento de dados pessoais e confere direitos às pessoas sobre os mesmos [1].

Q3: O que é o CCPA?

A Lei de Privacidade do Consumidor da Califórnia (CCPA), conforme alterada pela CPRA, confere aos residentes direitos de saber, eliminar, retificar e optar por não permitir a venda ou a partilha de dados [4].

Q4: O que significa minimização de dados?

Usar apenas dados pessoais adequados, relevantes e limitados ao necessário para uma finalidade; como utilizador, podes aplicá-lo partilhando menos [1].

Q5: O que são permissões de aplicações?

Definições que permitem às aplicações aceder à tua localização, contactos ou fotografias; rever essas definições e desativar as desnecessárias pode limitar a recolha de dados [8].

Ponto de controlo 10: Perguntas frequentes básicas sobre privacidade de dados (Parte B)

Revê perguntas e respostas comuns sobre a proteção dos teus dados pessoais.

Q6: O que faz o HTTPS pela minha privacidade?

O HTTPS encripta os dados entre o teu navegador e um site, mas os sites fraudulentos também podem usar HTTPS, pelo que o cadeado não prova que um site é de confiança [10].

Q7: O que é o direito ao apagamento?

Ao abrigo do artigo 17.º do RGPD, podes pedir a uma organização que elimine os teus dados em certos casos; o direito não é absoluto e tem exceções [1].

Q8: O que conta como consentimento válido?

Um ato afirmativo claro, como marcar uma caixa não pré-marcada depois de receber informação clara; as caixas pré-marcadas, o silêncio ou o deslizar da página não contam [2].

Q9: O que torna uma palavra-passe forte?

O comprimento é o que mais importa: o NIST pede aos sites que exijam pelo menos 15 caracteres para as palavras-passe usadas isoladamente e que permitam gestores de palavras-passe [11].

Q10: O que devo fazer após uma violação de dados?

Altera as palavras-passe afetadas, ativa a MFA, vigia as tuas contas e pondera um congelamento de crédito gratuito; o IdentityTheft.gov indica os passos de recuperação [9].

Ponto de controlo 10: Perguntas frequentes avançadas sobre privacidade (Parte C)

Explora questões mais aprofundadas sobre bases legais, cookies, rastreamento, corretores de dados e os teus direitos online.

Q1: Todo o tratamento de dados precisa do meu consentimento ao abrigo do RGPD (GDPR)?

Não. O consentimento é uma das seis bases jurídicas do Artigo 6.º; outras incluem o contrato, a obrigação legal e os interesses legítimos [1].

Q2: Onde se aplica o RGPD (GDPR)?

Às organizações estabelecidas na UE e às de fora da UE que oferecem bens ou serviços a pessoas na UE, ou que monitorizam o seu comportamento [1].

Q3: Os sítios Web precisam de consentimento para todos os cookies?

Nem sempre. Os cookies estritamente necessários estão geralmente isentos, mas os não essenciais, como os cookies de rastreamento, exigem consentimento válido prévio [3].

Q4: Qual é o risco para a privacidade dos rastreadores de terceiros?

Os rastreadores de terceiros podem seguir-te em muitos sites para mostrar anúncios direcionados; eliminar cookies e ajustar as definições de privacidade pode ajudar [8].

Q5: O que é um corretor de dados?

Uma empresa que recolhe informações pessoais de várias fontes e as vende a outras empresas; os residentes da Califórnia podem usar a plataforma DROP do estado para pedir a eliminação [5].

Ponto de controlo 10: Perguntas frequentes avançadas sobre privacidade (Parte D)

Explora questões mais aprofundadas sobre bases legais, cookies, rastreamento, corretores de dados e os teus direitos online.

Q6: O que é a ligação «Do Not Sell or Share» do CCPA?

As empresas que vendem ou partilham dados têm geralmente de oferecer uma ligação «Não Vender nem Partilhar as Minhas Informações Pessoais» e respeitar sinais de recusa como o GPC [4].

Q7: Uma VPN torna-me anónimo?

Não. Uma VPN encripta o tráfego até ao servidor VPN e oculta o teu IP dos sites, mas o fornecedor consegue vê-lo, e os cookies e a identificação por impressão digital ainda te podem rastrear [12].

Q8: Como posso identificar uma mensagem de phishing?

Desconfia de pedidos urgentes para clicares em ligações, confirmares dados de pagamento ou resolveres problemas da conta; contacta a empresa através de um número ou de um site que saibas ser verdadeiro [7].

Q9: É seguro usar Wi-Fi público?

Pode ser arriscado. A maioria dos sites usa encriptação, por isso verifica o HTTPS, mantém o software atualizado e usa MFA [10]; uma VPN pode acrescentar proteção em redes não fiáveis [12].

Q10: Quais são as coimas financeiras máximas ao abrigo do RGPD (GDPR)?

Nas infrações mais graves, as coimas podem atingir 20 milhões de euros ou 4% do volume de negócios anual mundial, consoante o que for mais elevado [1].

Parte 11: 10 factos e perspetivas do mundo real sobre privacidade de dados

Revê factos reais sobre leis de privacidade, corretores de dados, fraude, violações de dados e hábitos online mais seguros.

1. PERSPETIVA SOBRE PRIVACIDADE

O RGPD aplica-se desde 25 de maio de 2018 e confere às pessoas direitos de acesso, retificação e apagamento dos seus dados pessoais [1].

2. PERSPETIVA SOBRE PRIVACIDADE

Ao abrigo do RGPD, as infrações mais graves podem acarretar coimas até 20 milhões de euros ou 4% do volume de negócios mundial [1].

3. PERSPETIVA SOBRE PRIVACIDADE

As alterações da CPRA à CCPA da Califórnia entraram em vigor a 1 de janeiro de 2023, acrescentando direitos de retificação de dados e de limitação da utilização de dados sensíveis [4].

4. PERSPETIVA SOBRE PRIVACIDADE

Os consumidores declararam ter perdido 15,9 mil milhões de dólares em fraudes em 2025, face a mais de 12 mil milhões no ano anterior, segundo a FTC [6].

5. PERSPETIVA SOBRE PRIVACIDADE

Desde 1 de janeiro de 2026, os residentes na Califórnia podem usar a plataforma gratuita DROP para pedir a corretores de dados que eliminem os seus dados pessoais [5].

6. PERSPETIVA SOBRE PRIVACIDADE

Ao abrigo das regras de proteção de dados da UE, as caixas pré-selecionadas, o silêncio ou a inatividade não contam como consentimento válido [2].

7. PERSPETIVA SOBRE PRIVACIDADE

No Reino Unido, os sites têm de te dar uma forma de consentir qualquer cookie que não seja estritamente necessário para o site [3].

8. PERSPETIVA SOBRE PRIVACIDADE

O RGPD exige que determinadas violações de dados pessoais sejam comunicadas à autoridade no prazo de 72 horas, sempre que possível [1].

9. PERSPETIVA SOBRE PRIVACIDADE

O NIST afirma que os sites não devem forçar alterações periódicas de palavra-passe e devem verificar as novas palavras-passe em listas de palavras-passe comprometidas [11].

10. PERSPETIVA SOBRE PRIVACIDADE

Uma VPN oculta o teu endereço IP dos sítios Web, mas o fornecedor da VPN continua a poder ver o teu tráfego, por isso escolhe com cuidado [12].

Referências técnicas e fontes

O guia de estudo e os puzzles baseiam-se em orientações oficiais de privacidade da UE, do Reino Unido, da Califórnia, da FTC, do NIST e da EFF.

REFERÊNCIAS OFICIAIS E DE ESPECIALISTAS

[1] European Parliament & Council of the European Union. (2016). Regulation (EU) 2016/679 (General Data Protection Regulation). Official Journal of the European Union, L 119.

https://eur-lex.europa.eu/eli/reg/2016/679/oj

[2] European Data Protection Board. (2020). Guidelines 05/2020 on consent under Regulation 2016/679.

https://www.edpb.europa.eu/our-work-tools/our-documents/guidelines/guidelines-052020-consent-under-regulation-2016679_en

[3] Information Commissioner's Office. (n.d.). Cookies. ICO for the public.

https://ico.org.uk/for-the-public/online/cookies/

[4] California Privacy Protection Agency. (n.d.). Frequently asked questions (FAQs).

https://cppa.ca.gov/faq.html

[5] California Privacy Protection Agency. (2025). Delete Request and Opt-out Platform (DROP).

https://privacy.ca.gov/drop/

[6] Federal Trade Commission. (2026, March 25). FTC testifies before the Joint Economic Committee on agency's efforts to combat fraud [Press release].

https://www.ftc.gov/news-events/news/press-releases/2026/03/ftc-testifies-joint-economic-committee-agencys-efforts-combat-fraud

[7] Federal Trade Commission. (2022). How to recognize and avoid phishing scams. Consumer Advice.

https://consumer.ftc.gov/articles/how-recognize-and-avoid-phishing-scams

[8] Federal Trade Commission. (2023). How websites and apps collect and use your information. Consumer Advice.

https://consumer.ftc.gov/articles/how-websites-and-apps-collect-and-use-your-information

[9] Federal Trade Commission. (2024). What to know about identity theft. Consumer Advice.

https://consumer.ftc.gov/articles/what-know-about-identity-theft

[10] Federal Trade Commission. (2023). Are public Wi-Fi networks safe? What you need to know. Consumer Advice.

https://consumer.ftc.gov/articles/are-public-wi-fi-networks-safe-what-you-need-know

[11] National Institute of Standards and Technology. (2025). Digital identity guidelines: Authentication and authenticator management (NIST SP 800-63B-4).

https://csrc.nist.gov/pubs/sp/800/63/b/4/final

[12] Electronic Frontier Foundation. (2026). Choosing the VPN that's right for you. Surveillance Self-Defense.

https://ssd.eff.org/module/choosing-vpn-thats-right-you

Soluções: Ponto de controlo 1 - Escolha múltipla

1 **Minimização de dados** MINIMIZAÇÃO — **Resposta correta: A**

NOTA PARA O PROFESSOR

O artigo 5.º do RGPD (GDPR) exige que os dados pessoais sejam adequados, pertinentes e limitados ao necessário; os utilizadores podem seguir este princípio partilhando menos [1].

2 **Responder a uma violação de dados** VIOLAÇÃO — **Resposta correta: A**

NOTA PARA O PROFESSOR

Depois de uma violação de dados, altera as palavras-passe expostas, ativa a MFA e monitoriza as contas; o IdentityTheft.gov oferece passos de recuperação personalizados [9].

3 **Consentimento válido** CONSENTIMENTO DE COOKIES — **Resposta correta: A**

NOTA PARA O PROFESSOR

O consentimento válido exige um ato afirmativo claro após informação clara; as caixas pré-selecionadas e o scroll contínuo não se qualificam [2].

4 **Direitos CCPA** LEI CCPA — **Resposta correta: A**

NOTA PARA O PROFESSOR

Os consumidores da Califórnia podem optar por não permitir a venda ou a partilha de informações pessoais, inclusive através de sinais do Global Privacy Control [4].

5 **Proteção da VPN** TÚNEL VPN — **Resposta correta: A**

NOTA PARA O PROFESSOR

Uma VPN encripta o tráfego até ao servidor VPN e oculta o teu IP dos sítios Web, mas os cookies e a impressão digital do navegador ainda podem rastrear-te [12].

Soluções: Ponto de controlo 2 - Verdadeiro ou falso

6 **Privacidade vs segurança** PRIVACIDADE — **Resposta correta: Falso**

NOTA PARA O PROFESSOR

Relacionado mas diferente: o artigo 5.º do RGPD (GDPR) define regras sobre a forma como os dados são utilizados, enquanto o artigo 32.º exige separadamente medidas de segurança [1].

7 **Âmbito territorial do RGPD (GDPR)** ÂMBITO DO RGPD (GDPR) — **Resposta correta: Verdadeiro**

NOTA PARA O PROFESSOR

O artigo 3.º, n.º 2, abrange organizações fora da UE que oferecem bens ou serviços a pessoas na UE, ou que monitorizam o comportamento dessas pessoas [1].

8 **VPN e cookies** LIMITES DA VPN — **Resposta correta: Falso**

NOTA PARA O PROFESSOR

Uma VPN oculta o teu endereço IP, mas os cookies, os pixels de rastreio e a impressão digital do navegador ainda podem seguir-te entre sítios Web [12].

9 **Partilhar menos** MINIMIZAÇÃO — **Resposta correta: Verdadeiro**

NOTA PARA O PROFESSOR

Desativar as permissões de aplicações desnecessárias e partilhar menos limita o que pode ser recolhido e depois exposto numa violação de dados [8].

10 **Recusar a venda ou partilha** LEI CCPA — **Resposta correta: Verdadeiro**

NOTA PARA O PROFESSOR

As empresas que vendem ou partilham dados têm de oferecer uma ligação de recusa clara, como «Não Vender nem Partilhar as Minhas Informações Pessoais» [4].

Soluções de vocabulário e grelha de avaliação

Grelha de classificação do professor: atribui 1 ponto por cada correspondência correta (8 pontos no total) e por cada termo de contexto (6 pontos no total).

PONTO DE CONTROLO 4: SOLUÇÕES – ASSOCIAÇÃO DE CONCEITOS

B 1. Direito ao apagamento	A 2. Direito de exclusão	E 3. Minimização de dados	G 4. Encriptação
H 5. Corretor de dados	D 6. Consentimento	F 7. Phishing	C 8. Cookie de rastreio

PONTO DE CONTROLO 3: SOLUÇÕES – TERMOS-CHAVE

1 CONSENTIMENTO	2 CORRETOR DE DADOS	3 PHISHING	4 ENCRIPTAÇÃO
5 MINIMIZAÇÃO	6 APAGAMENTO		

PONTO DE CONTROLO 6, ALTERNATIVA: SOLUÇÕES – ASSOCIAÇÃO DE PALAVRAS

1 B – OPTOUT	2 F – CONSENTIMENTO	3 E – CORRETORDEDADOS	4 A – APAGAMENTO
5 C – MINIMIZACAO	6 G – PHISHING	7 H – COOKIE	8 D – ENCRIPTACAO

NOTAS DE DEBATE PARA PROFESSORES

Termos-chave:
Verifica se os alunos sabem explicar Direito ao apagamento, Direito de exclusão e Minimização de dados por palavras suas e dar um exemplo de cada.

Estudos de caso:
Pede aos alunos que justifiquem as recomendações com factos da ficha e não com suposições.

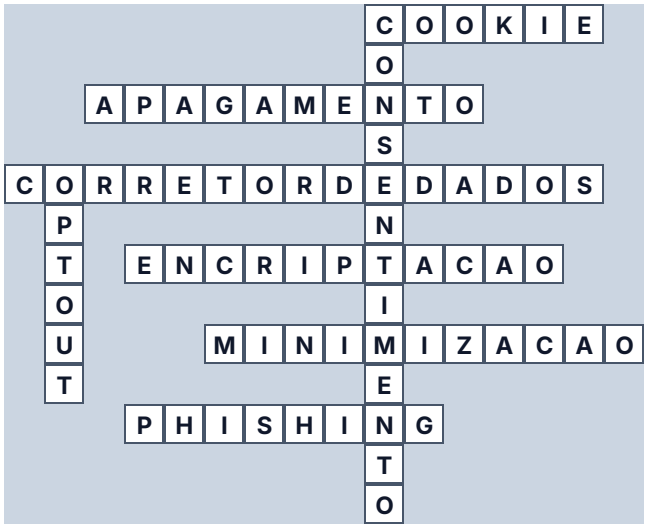
Avaliação das fontes:
Pede aos alunos que confirmem pelo menos uma afirmação nas fontes da ficha e discutam porque é que números, preços e regras podem mudar com o tempo.

Soluções dos puzzles e notas para o professor

SOLUÇÃO DO CAÇA-PALAVRAS

A	F	G	O	K	N	D	C	N	C	D	H	I	B	A
P	R	N	L	P	W	T	O	I	Y	C	F	Y	S	G
O	X	I	W	H	E	F	R	R	T	O	N	U	K	R
A	D	H	T	A	I	S	R	L	P	N	L	M	S	H
C	K	S	P	P	K	H	E	Y	P	S	L	O	W	U
A	N	I	Y	A	O	Q	T	Q	B	E	A	A	L	O
Z	P	H	M	G	O	B	O	L	I	N	F	C	I	P
I	N	P	Y	A	C	B	R	Z	Z	T	Y	A	B	T
M	N	V	X	M	M	C	D	F	P	I	W	T	Q	O
I	Q	X	H	E	E	Y	E	C	W	M	L	P	F	U
N	G	H	Z	N	W	C	D	O	R	E	J	I	X	T
I	X	R	K	T	Z	A	A	N	R	N	Z	R	R	M
M	G	S	W	O	G	L	D	W	J	T	B	C	Y	C
C	Y	O	U	Z	O	Z	O	U	T	O	B	N	H	V
P	X	C	N	M	H	P	S	X	Y	Z	X	E	H	O

SOLUÇÃO DAS PALAVRAS CRUZADAS



GUIA DO PROFESSOR PARA AS SOLUÇÕES DAS PALAVRAS CRUZADAS

HORIZONTAIS

1 horizontal: COOKIE Pequeno ficheiro do navegador que pode acompanhar a tua atividade em vários sites (6 letras)

2 horizontal: APAGAMENTO Direito que permite pedir a uma organização que elimine os teus dados pessoais (10 letras)

3 horizontal: CORRETORDEDADOS Empresa que compila e vende perfis sobre pessoas (15 letras)

5 horizontal: ENCRIPTACAO Embaralhar os dados para que só quem tem a chave certa os consiga ler (11 letras)

6 horizontal: MINIMIZACAO Princípio da minimização de dados: recolher apenas o necessário para uma finalidade declarada (11 letras)

7 horizontal: PHISHING Mensagens falsas que te levam a revelar credenciais ou dados de cartões (8 letras)

VERTICAIS

1 vertical: CONSENTIMENTO Acordo livre, específico, informado e inequívoco quanto à utilização dos dados (13 letras)

4 vertical: OPTOUT Direito do CCPA de impedir a venda ou a partilha dos teus dados (duas palavras unidas) (6 letras)

Palavras baralhadas e soluções da cifra

Chave de correção da atividade de reordenação de letras do vocabulário e do Desafio do Código Secreto.

CHAVE DE SOLUÇÕES DAS PALAVRAS EMBARALHADAS

1. TEMAPANOGA — APAGAMENTO
2. MOIMAINCAZI — MINIMIZACAO
3. CREOOTDDARRSODE — CORRETORDEDADOS
4. SNGIHPHI — PHISHING
5. OTTOUP — OPTOUT
6. IOPAACENTCR — ENCRIPTACAO
7. ENINCOMEOTNTS — CONSENTIMENTO
8. OECIKO — COOKIE

CHAVE DO DESAFIO DO CÓDIGO SECRETO

"PENSA ANTES DE PARTILHAR ONLINE"

Soluções dos estudos de caso

A Estudo de caso 1: Pedir a um site que elimine dados

Orientações para o professor

CRITÉRIO DE CLASSIFICAÇÃO

As respostas dos alunos devem abranger os seguintes pontos:

- Análise de cenário: A Maya, que vive em França, encerrou a sua conta numa aplicação de compras há dois anos, mas continua a receber os respetivos emails de marketing. Quer que a aplicação elimine os seus dados pessoais ao abrigo do direito ao apagamento do RGPD.
- Abordagens recomendadas: Opção 1: a Maya envia um pedido de apagamento por escrito e opõe-se ao marketing direto, que deve então cessar; a aplicação deve, em geral, responder no prazo de um mês [1]. Opção 2: cancela primeiro a subscrição para obter alívio rápido. Justificação: o apagamento não é absoluto, pelo que a aplicação pode conservar dados necessários para obrigações legais ou ações judiciais [1]. Se não responder, ela pode apresentar queixa à sua autoridade de proteção de dados [1].

B Estudo de caso 2: Uma aplicação de quiz e as permissões

Orientações para o professor

CRITÉRIO DE CLASSIFICAÇÃO

As respostas dos alunos devem abranger os seguintes pontos:

- Análise do cenário: Uma aplicação gratuita de teste de personalidade pede ao Leo a localização, os contactos, o microfone e a data de nascimento antes de ele poder começar.
- Abordagens recomendadas: Opção 1: negar o acesso à localização, aos contactos e ao microfone e verificar se o questionário continua a funcionar [8]. Opção 2: se a aplicação insistir, escolher outra aplicação ou eliminá-la [8]. Justificação: um questionário raramente precisa desses dados, e partilhar menos limita o que pode ser recolhido, vendido ou exposto. O Leo também pode rever regularmente as permissões nas definições de privacidade do telemóvel [8].