



Inteligência Artificial

Artificial Intelligence

Comunicar
em Segurança

fundação
IMEO

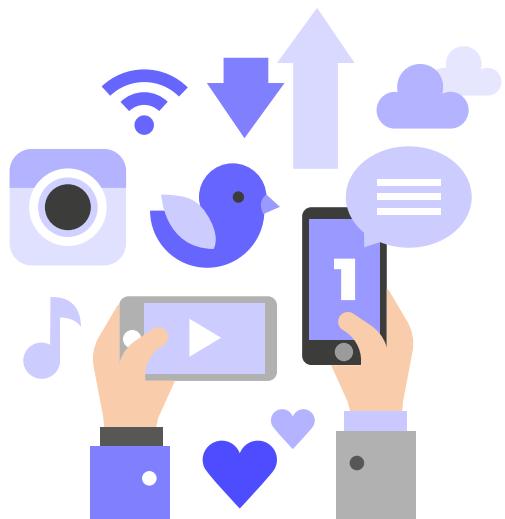


O que é? Cibercrime

A **Inteligência Artificial (IA)** é a capacidade que uma máquina tem para reproduzir competências semelhantes às humanas como é o caso do raciocínio, a aprendizagem, o planeamento e a criatividade. Esta tecnologia está cada vez mais presente no nosso dia a dia, através de assistentes virtuais, como o ChatGPT e o Gemini.

Para se aproveitar ao máximo os benefícios da **IA** e navegar com segurança é importante estabelecer um diálogo aberto com as crianças e os adolescentes, definindo os limites de utilização e incentivando o pensamento crítico. Para além de se abordar os benefícios e os riscos, que estão associados a esta tecnologia, deve também ensinar-se a avaliar as fontes de informação, proteger a privacidade e como utilizar a **IA** para adquirir novos conhecimentos. O diálogo é essencial para preparar as crianças e os adolescentes para um futuro onde a **IA** será parte integrante das suas vidas.

Sugestões



Comunicar... Comunicar e... Comunicar

A utilização da Internet não deve ser um tema que se deva evitar. É fundamental falar abertamente com as crianças e os adolescentes, incentivando-os a contar o que veem, o que gostam e se algum conteúdo os incomoda.

1

Ativar o controlo parental

É muito importante fazer a instalação de aplicações de controlo parental, bem como criar perfis específicos para a idade do utilizador. As aplicações, como o Google Family Link, permitem a aprovação ou o bloqueio remoto a aplicações e sites, no dispositivo da criança e do adolescente, e a gestão do tempo de utilização do telemóvel/tablet.

2

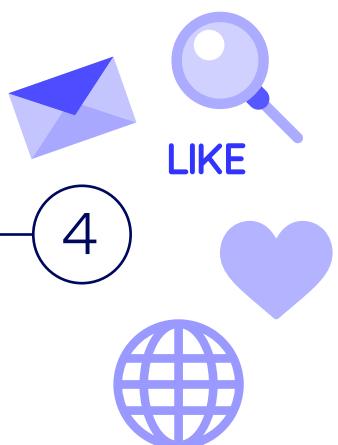


Regras de utilização

É importante definirem-se regras de utilização da Internet e dos equipamentos (ex.: tempo limite de utilização, sites que podem ser vistos ou instalação de jogos e aplicações) que devem ser partilhadas com as crianças e os adolescentes. Pode fazer-se um “contrato”, com as regras de utilização, para ser assinado e que poderá ajudar na gestão de futuros conflitos.

Incentivar o pensamento crítico

A IA pode cometer erros e é importante analisar as informações, confrontando diferentes fontes de informação, antes de aceitá-las como verdadeiras.

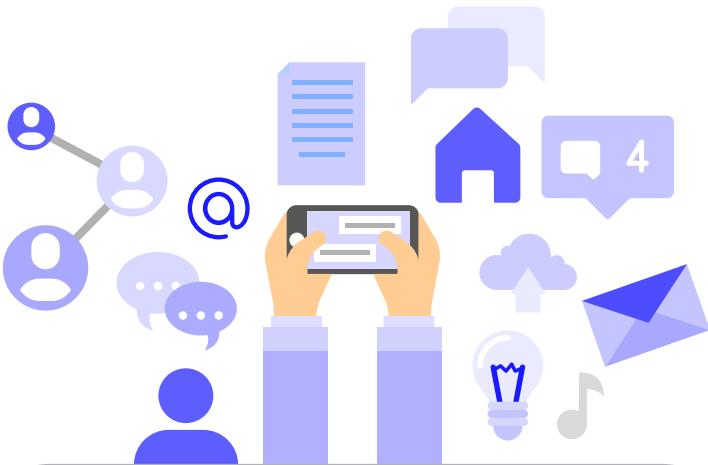


5

Explorar recursos educativos

Estimular a participação das crianças e dos adolescentes em projetos escolares ou extracurriculares relacionados com a IA, de forma a otimizar o tempo de execução de algumas tarefas.





Promover a criatividade

Incentivar as crianças e os adolescentes a usarem a IA como ferramenta para criar e inovar (ex.: Animated Drawings desenvolvido pela Meta), e não apenas como uma fonte de informação.

6

Desenvolver competências digitais

Oferecer oportunidades para que as crianças e os adolescentes aprendam a programar e a entender como a IA funciona, explorando, em conjunto, aplicações e jogos educativos.

7

Promover o bem-estar

Promover o equilíbrio entre o mundo online e offline, através da prática de atividades físicas, sociais e criativas.

8

Sinais de Alerta



A Inteligência Artificial oferece um mundo de possibilidades para as crianças e os adolescentes, mas é fundamental que os adultos estejam atentos a alguns sinais que podem indicar um uso não saudável ou problemático.

Os sinais podem passar por:

- 1** Mudanças repentinhas do tipo de discurso (mais preconceituoso e discriminatório);
- 2** Relutância ou medo em mostrar o que está a fazer no telemóvel, tablet ou computador;
- 3** Dificuldade em ter um raciocínio crítico, que permita ter a capacidade para confrontar informação obtida através da IA ou de fazer a distinção entre informação verdadeira e falsa;
- 4** Atividade online suspeita (ex.: a IA pode gerar conteúdos que podem ser inadequados para as crianças e adolescentes, como violência, pornografia ou discurso de ódio);
- 5** Ansiedade, nervosismo ou angústia por não ter o telemóvel/não estar 100% do tempo conectado (nomofobia).

Como Iniciar o Diálogo

Iniciar uma conversa sobre **Inteligência Artificial** com as crianças e os adolescentes pode parecer desafiador, mas é fundamental para que eles fiquem conscientes das vantagens, mas também dos riscos a que são expostos. Seguem-se algumas perguntas que poderão ajudar a iniciar a conversa:





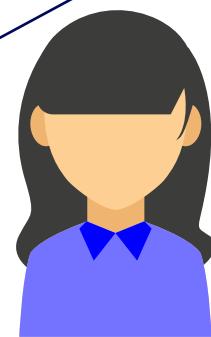
Podes usar a IA para te ajudar a fazer os trabalhos de casa?

Se copiares um texto que a IA produziu e o apresentares como se fosse teu, será que é correto? Os teus professores vão perceber?



Sabes que existem sites que permitem saber se um texto foi escrito por ti ou pela IA?

Já alguma vez usaste um chatbot? O que achaste da experiência?



Consegues dar-me exemplos do dia a dia onde a IA é aplicada?

O ChatGPT pode substituir a informação que obténs através do Google? E dos professores? Porquê?



Centro Internet Segura
Esclarecimentos e Denúncias

Contacto telefónico gratuito:
800 21 90 90

Correio eletrónico:
linhainternetsegura@apav.pt

Comunicar
em Segurança

fundação
