

GUIA DE SEGURANÇA DO INSTAGRAM PARA MULHERES NA POLÍTICA



Realização



Apoio



ASPECTOS BÁSICOS DE SEGURANÇA

DEFINA SENHAS FORTES

As senhas podem ajudar a proteger suas informações privadas e suas contas de email ou de redes sociais.

Algumas dicas:

- Não compartilhe sua senha com outras pessoas.
- Garanta que sua senha tenha pelo menos seis caracteres, e use uma combinação números, letras e caracteres especiais, como sinais de pontuação.
- Evite senhas como seu nome, sua data e nascimento ou uma combinação fácil, como "123456".
- Escolha uma senha diferente das que você usa em outros locais da internet.

ATIVE A AUTENTICAÇÃO DE DOIS FATORES

Se você ativar as aprovações de login, precisará digitar um código de segurança especial sempre que tentar acessar sua conta em um novo computador, celular ou navegador. Se uma equipe estiver gerenciando sua conta, é fácil ativar a autenticação de dois fatores para vários celulares.



SEGURANÇA

DIRETRIZES DA COMUNIDADE E DENÚNCIAS DE INFRAÇÕES

O Instagram é um lugar onde as pessoas devem se sentir à vontade para se comunicar, e de maneira alguma vamos permitir abusos na plataforma.

É por isso que, com a contribuição de nossa comunidade e de muitos especialistas, desenvolvemos um conjunto de Diretrizes da Comunidade que detalham o que é e o que não é permitido no Instagram.

Para ler as Diretrizes da Comunidade do Instagram, acesse [wellbeing.instagram.com/safety](https://www.instagram.com/safety)



FIGURAS PÚBLICAS

Fazemos a distinção entre figuras públicas e indivíduos privados, pois queremos permitir o diálogo, que muitas vezes inclui, críticas a pessoas que são noticiadas na mídia ou têm um público amplo, como os políticos.

No entanto, os comentários sobre figuras públicas também devem estar em conformidade com nossas diretrizes, e removemos conteúdos que violem nossas políticas, como por exemplo, os que incluam assédio e discurso de ódio, assim como fazemos em relação a indivíduos privados.

Estes são alguns exemplos de comportamentos não permitidos em relação a figuras públicas:

- Apelos por morte, doenças e deficiências graves
- Ataques por meio de termos depreciativos relacionados a atividades sexuais (por exemplo, puta, vagabunda)
- Ameaças de divulgação de informações privadas de um indivíduo

O contexto e a intenção contam. Assim, permitimos que as pessoas compartilhem publicações se ficar claro que algo foi compartilhado a fim de condenar ou chamar atenção para o assédio.

Além de incentivar a denúncia de conteúdos e comportamentos de assédio, queremos que as pessoas usem as ferramentas disponíveis no Instagram para a própria proteção e a proteção da comunidade.

COMO DENUNCIAR CONTEÚDO ABUSIVO E GERENCIAR INTERAÇÕES

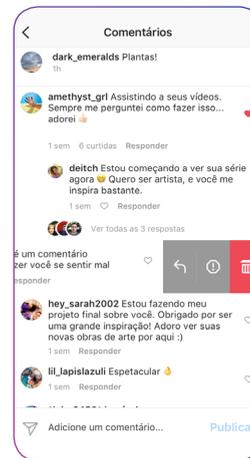
Quando algo é denunciado no Instagram, fazemos uma análise e removemos qualquer conteúdo que vá contra nossas Diretrizes da Comunidade.



Para denunciar uma mensagem direta:

1. Clique e segure a mensagem que você deseja denunciar e, em seguida, toque em "Denunciar".
2. Selecione o motivo da denúncia da mensagem
3. Clique novamente em "Denunciar".

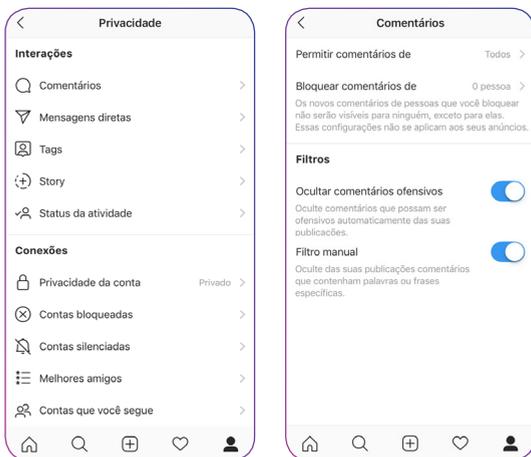
Quando entramos em contato com a pessoa denunciada, não incluímos qualquer informação sobre a pessoa que fez a denúncia.



Para denunciar comentários abusivos ou spam no feed:

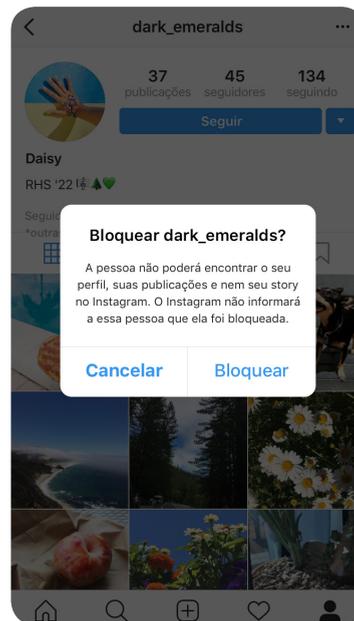
1. Vá até o comentário que você deseja denunciar.
2. Deslize o dedo para a esquerda para exibir as opções e clique no ícone de ponto de exclamação.
3. Toque em "fraude ou spam" ou em "conteúdo abusivo".

Você pode aplicar filtros para evitar comentários grosseiros ou ofensivos em suas publicações, além de adicionar palavras específicas que queira bloquear. Há algumas formas de controlar quem comenta em suas publicações: por usuário ou desativando completamente os comentários em uma publicação específica.



Para adicionar filtros de comentários:

1. Nas Configurações, clique em Privacidade e em Comentários.
2. Você pode ativar a opção "Ocultar comentários ofensivos", podendo ainda adicionar manualmente as palavras-chave que quiser bloquear.
3. Você também pode optar por permitir apenas comentários de usuários específicos.



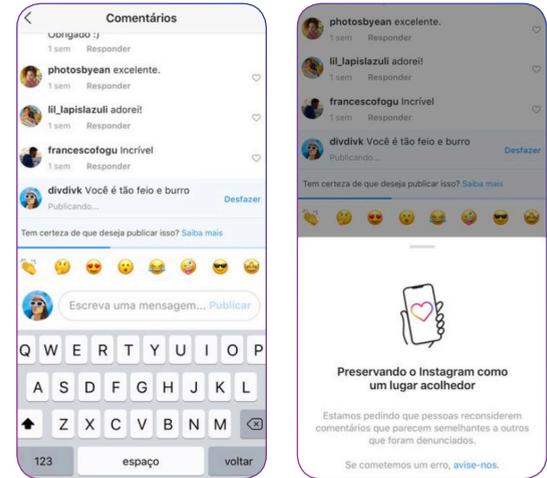
É possível bloquear, restringir, denunciar ou silenciar usuários abusivos ou que publiquem spam.

* É possível que haja restrições para políticos ou representantes do governo quanto a essas ações. Busque aconselhamento ético ou jurídico em caso de dúvidas.



Para restringir um usuário:

1. Deslize para a esquerda em um comentário feito pelo usuário, toque no ponto de exclamação e escolha a opção “Restringir”.
2. A partir de então, os comentários feitos por esse usuário em suas postagens serão visíveis para ele e ninguém mais. Para você, aparecerá apenas “Comentário restrito” próximo do nome dele.
3. Você pode optar por aprovar os comentários dos usuários restritos ou deixá-los invisíveis.



Alerta de comentários:

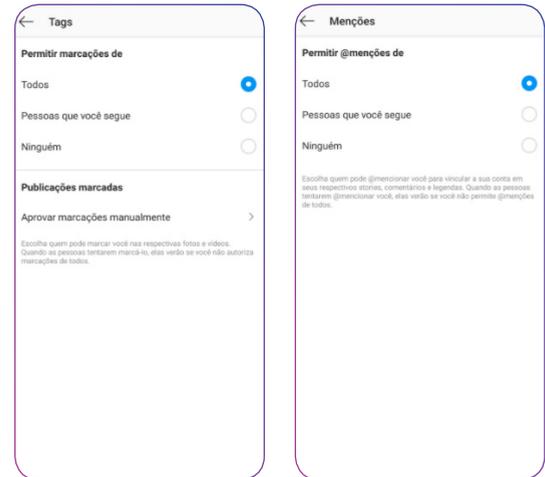
1. O sistema de Inteligência Artificial do Instagram agora pode alertar os usuários que eles estão prestes a postar um comentário abusivo.
2. Os usuários podem então optar por “desfazer”, “ignorar o aviso” ou saber mais.
3. Ao tocar em “saiba mais”, o usuário é levado para uma tela informativa que explica que o comentário do feito é semelhante a outros já denunciados por abuso.



Gerenciando comentários indesejados:

Sabemos que pode ser pesado gerenciar uma enxurrada de comentários negativos e, por isso, passamos a oferecer a possibilidade de excluir comentários em massa e de bloquear ou restringir várias contas que postam comentários negativos.

Para ativar esse recurso no iOS, toque em um comentário e em seguida no ícone pontilhado no canto superior direito. Selecione Gerenciar Comentários e escolha até 25 comentários para excluí-los de só uma vez. Toque em Mais Opções para bloquear ou restringir contas em massa. Para bloquear ou restringir contas no Android, mantenha pressionado um comentário, toque no ícone pontilhado e selecione Bloquear ou Restringir.



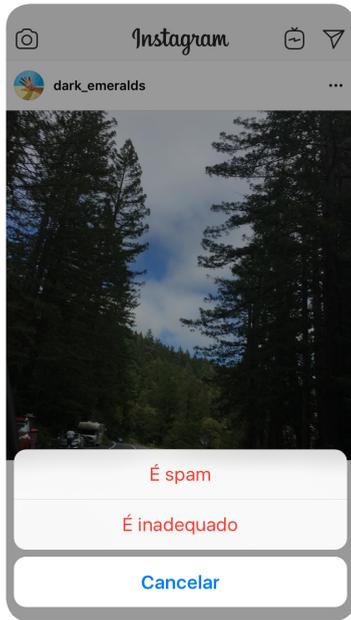
Gerenciando interações indesejadas:

Percebemos que as tags e menções podem ser usadas para atacar ou intimidar outras pessoas e por isso lançamos novos controles que permitem gerenciar quem pode marcar ou mencionar você no Instagram.

Você pode escolher se deseja que todos, apenas as pessoas que você segue ou ninguém, possam marcar ou mencionar você em um comentário, legenda ou história.

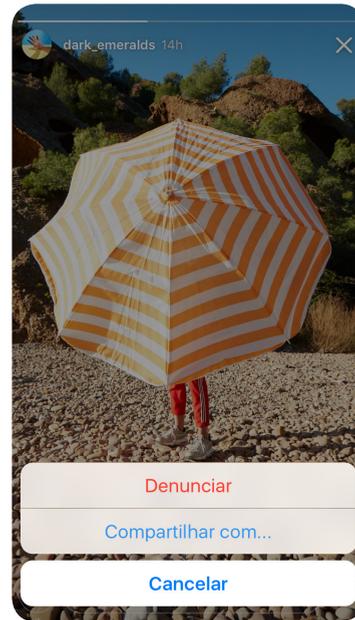
*

É possível que haja restrições para políticos ou representantes do governo quanto a essas ações. Busque aconselhamento ético ou jurídico em caso de dúvidas.



Para denunciar uma publicação no feed:

1. Clique nos três pontos no canto superior direito da publicação.
2. Clique em "Denunciar".
3. Siga as instruções na tela.



Para denunciar uma publicação no Stories:

1. Clique nos três pontos no campo "enviar mensagem" de qualquer story.
2. Clique em "Denunciar".
3. Siga as instruções na tela.

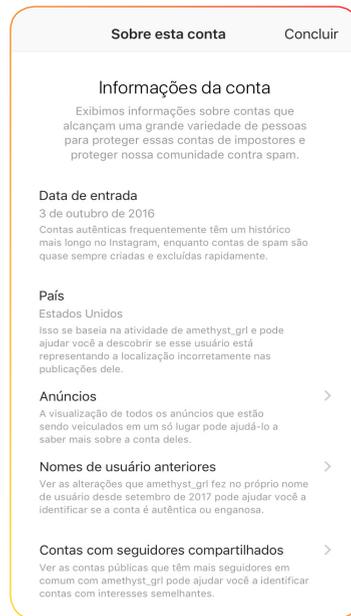
INTEGRIDADE

No Instagram, estamos trabalhando para criar a mais segura e cordial comunidade online. Uma parte crucial desse trabalho é a proteção das eleições em nossa plataforma. Continuamos tomando medidas para proteger a integridade das eleições no Instagram, aumentando a transparência das contas, aprimorando nossos esforços para detectar indivíduos mal-intencionados, expandindo nossas operações relacionadas com informações sobre as eleições e combatendo a desinformação.

TRANSPARÊNCIA DA CONTA

Agora, as pessoas que usam o Instagram podem ver mais informações sobre contas populares que alcançam públicos amplos ou sobre qualquer conta que anuncia no Instagram. Ajudando a proporcionar maior transparência para essas contas, você pode avaliar melhor o conteúdo que está vendo e a origem dele.

O conteúdo falso no Instagram pode ser filtrado nas seções “Explorar” e “Hashtags”. No entanto, melhoramos constantemente nosso trabalho para que você tenha uma experiência mais agradável na plataforma. Além disso, o Instagram tem a mesma política do Facebook em relação à supressão de votos, e qualquer conteúdo que possa violá-la será removido.



O recurso "Sobre esta conta" permite que as pessoas vejam informações sobre a conta, por exemplo:

- A data em que a conta entrou no Instagram
- País (informação opcional)
- Anúncios que estão sendo veiculados atualmente pela conta
- Nomes de usuário usados no último ano
- Contas com seguidores compartilhados



VEJA ALGUMAS DICAS PARA IDENTIFICAR DESINFORMAÇÃO NAS REDES SOCIAIS

Evidência: os fatos se sustentam? Procure informações que possam ser confirmadas, como nomes, números, locais e documentos.

Fonte: leve em consideração quem criou o conteúdo e quem o modificou (editores, autores, agregadores, usuários de redes sociais ou patrocinadores).

Contexto: qual é o panorama geral? Considere se a história está completa ou se existem outros aspectos relacionados a ela, como temas atuais, pressões financeiras ou objetivos políticos.

Público: observe tentativas de apelo a grupos ou tipos de pessoas específicos por meio da escolha das imagens, da linguagem e do conteúdo.

Finalidade: por que isso foi criado? Identifique os motivos do editor: chamadas para ação, intenções implícitas ou explícitas, missão do editor, linguagem persuasiva e táticas para geração de receita.

Execução: avalie como a forma de criação do conteúdo afeta o impacto dele (redação, gramática, tom, seleção de imagens e estilo).

MELHORES PRÁTICAS

O propósito do Instagram é aproximar os usuários das pessoas e das coisas que eles adoram — e seu público está pronto para se envolver com o que você comunica por meio de fotos, vídeos, legendas e transmissões ao vivo.

Veja aqui algumas melhores práticas para tirar máximo proveito de sua conta:

SEJA AUTÊNTICA

Humanize sua conversa e interaja com seu público. Mostre os bastidores a seus eleitores ou compartilhe momentos importantes escolhendo exatamente quanto de sua vida pessoal você deseja compartilhar. É importante estar à vontade com o que está compartilhando, e a escolha é sua. Seja você mesma!

TRANSMITA AO VIVO

Faça uma transmissão ao vivo para mostrar a seu público conteúdo em tempo real de grandes eventos, de seu trabalho diário, de bastidores ou de um momento pessoal que surpreenda as pessoas.



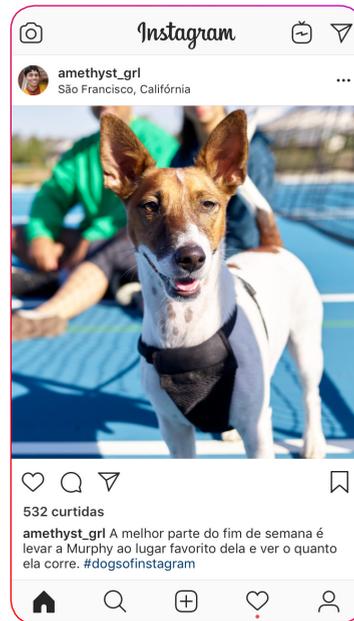
USE O STORIES

Esse é o espaço perfeito para aproveitar ao máximo os momentos importantes e envolver seu público de inúmeras maneiras. Os conteúdos desaparecem após 24 horas e podem ser aprimorados com um pacote completo de ferramentas de criação e interativas, como figurinhas, emojis, Boomerangs e GIFs. Você também pode compartilhar os stories em que foi marcada por seus seguidores.



IGTV

Se você precisar de mais tempo para se expressar, solte a criatividade publicando vídeos com até 60 minutos de duração no IGTV. Publique também uma prévia rápida de um vídeo do IGTV em seu feed com apenas um clique. Criar um canal e começar é fácil: basta clicar no ícone do IGTV na parte superior direita do feed ou usar o aplicativo independente do IGTV.



HASHTAGS, MARCAÇÕES E LOCALIZADORES

Esses recursos são fundamentais para que mais pessoas descubram sua conta, especialmente pessoas interessadas em política. Adicione hashtags, marcações e outras pessoas, e defina uma localização precisa para suas publicações no feed e no Stories. Isso ajuda as pessoas a encontrar e interagir com você no Instagram.

PUBLICIDADE NO INSTAGRAM

É preciso ter uma Página do Facebook conectada para veicular anúncios de seu perfil comercial no Instagram. Se sua conta do Instagram não for um perfil comercial, é possível mudar gratuitamente. Em seguida, selecione o objetivo de seu anúncio, o público-alvo e o formato do anúncio na ferramenta Gerenciador de Anúncios. Ou então selecione uma publicação que você já compartilhou no Instagram e toque em Promover.

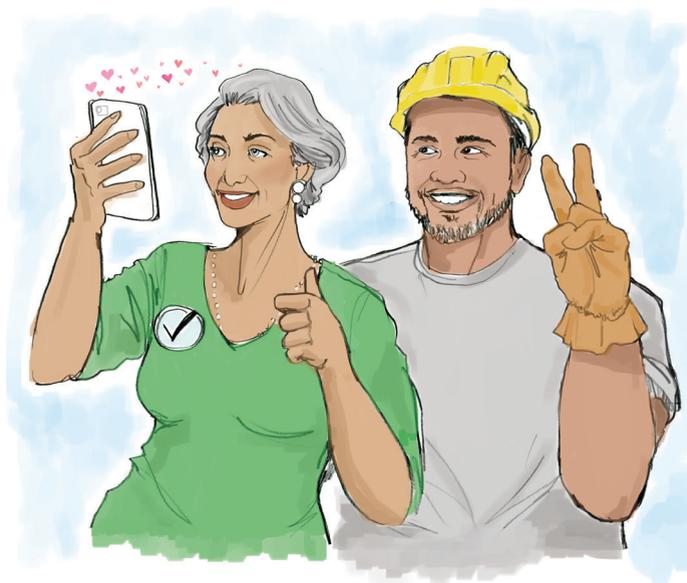
Recomendamos deixar o Instagram criar automaticamente um público de pessoas semelhante a seus seguidores existentes. Decida por quanto tempo os anúncios serão veiculados e qual é o orçamento confortável para você.

Clique em publicar quando os anúncios estiverem prontos. Você receberá uma notificação quando os anúncios forem aprovados e estiverem prontos para veiculação.

APROVEITE AO MÁXIMO SUAS INFORMAÇÕES DO PERFIL

As informações do Instagram ajudam você a saber um pouco mais sobre seus seguidores e sobre as pessoas que interagem com sua conta no Instagram. Por exemplo, você encontrará informações classificadas por categorias como gênero, faixa etária, localização e muito mais. Também é possível consultar quais publicações e stories seus seguidores mais visualizam e com quais eles mais se envolvem.

As informações e as métricas da conta também incluem atividades pagas. O alcance, as contas alcançadas, as impressões e as impressões por dia refletem as atividades orgânicas e as pagas.



GLOSSÁRIO DE TERMOS DO INSTAGRAM

BLOQUEAR

“Bloquear” é uma ferramenta que você pode usar quando não quiser interagir com alguma pessoa no Instagram. Quando você bloquear alguém, a pessoa não receberá uma notificação, mas não poderá mais interagir com você de nenhuma maneira.

DIRECT

É sua caixa de entrada de mensagens diretas, onde você pode enviar mensagens para pessoas individualmente ou em grupos. Você também pode compartilhar fotos e vídeos com as pessoas para quem está enviando mensagens.

EXPLORAR

É aqui que você verá fotos e vídeos de contas e tags que possam interessar. A seção “Explorar” é diferente para cada pessoa, pois o conteúdo muda dependendo das contas e hashtags que cada um segue.

FEED

O lugar para ver publicações (vídeos ou fotos) das contas que você segue.

IGTV

O espaço do Instagram para vídeos mais longos, com até uma hora de duração.

PUBLICAÇÃO

Uma publicação se refere ao conteúdo multimídia que você exibe no feed ou nos Stories, seja em vídeo ou foto.

PERFIL

Seu perfil do Instagram é onde as pessoas podem ver suas publicações no feed e acessar seus stories e os destaques dos stories. Ele também inclui uma breve biografia e pode conter suas informações de contato, caso você queira.

DENUNCIAR

A denúncia é uma forma de informar ao Instagram que uma publicação, uma conta ou um comentário é inadequado. Você pode denunciar qualquer publicação ou comentário que, em sua opinião, viole as diretrizes da comunidade.



Para mais ferramentas e recursos para ajudar você a navegar, acesse [wellbeing.instagram.com/safety](https://www.instagram.com/wellbeing.instagram.com/safety)

Ilustrações de Julie Houts @jooleeloren