

WhatsApp para Iniciantes

Um guia prático e seguro para começar a usar o WhatsApp com confiança



O que é o WhatsApp e para que serve?

O WhatsApp é uma aplicação gratuita que permite comunicar instantaneamente com familiares e amigos através do seu telemóvel.

Principais vantagens:

- Enviar mensagens escritas sem custos
- Partilhar fotografias e vídeos da família
- Fazer chamadas de voz e vídeo gratuitas
- Criar grupos para comunicar com várias pessoas
- Manter contacto próximo com quem está longe



Como Enviar Mensagens, Fotos e Vídeos

01

Abrir uma conversa

Toque no ícone verde com um balão de conversa, na parte inferior. Escolha o contacto a quem quer escrever.

03

Enviar fotos ou vídeos

Toque no ícone da câmara (ao lado da barra de mensagem). Escolha uma foto da galeria ou tire uma nova. Adicione uma legenda se desejar e envie.

02

Escrever a mensagem

Toque na barra branca em baixo onde diz "Mensagem". Escreva o que deseja e toque na seta verde para enviar.

04

Gravar mensagens de voz

Mantenha premido o ícone do microfone e fale. Solte para enviar automaticamente. É prático quando não quer escrever!

Chamadas e Videochamadas

Como fazer uma chamada de voz

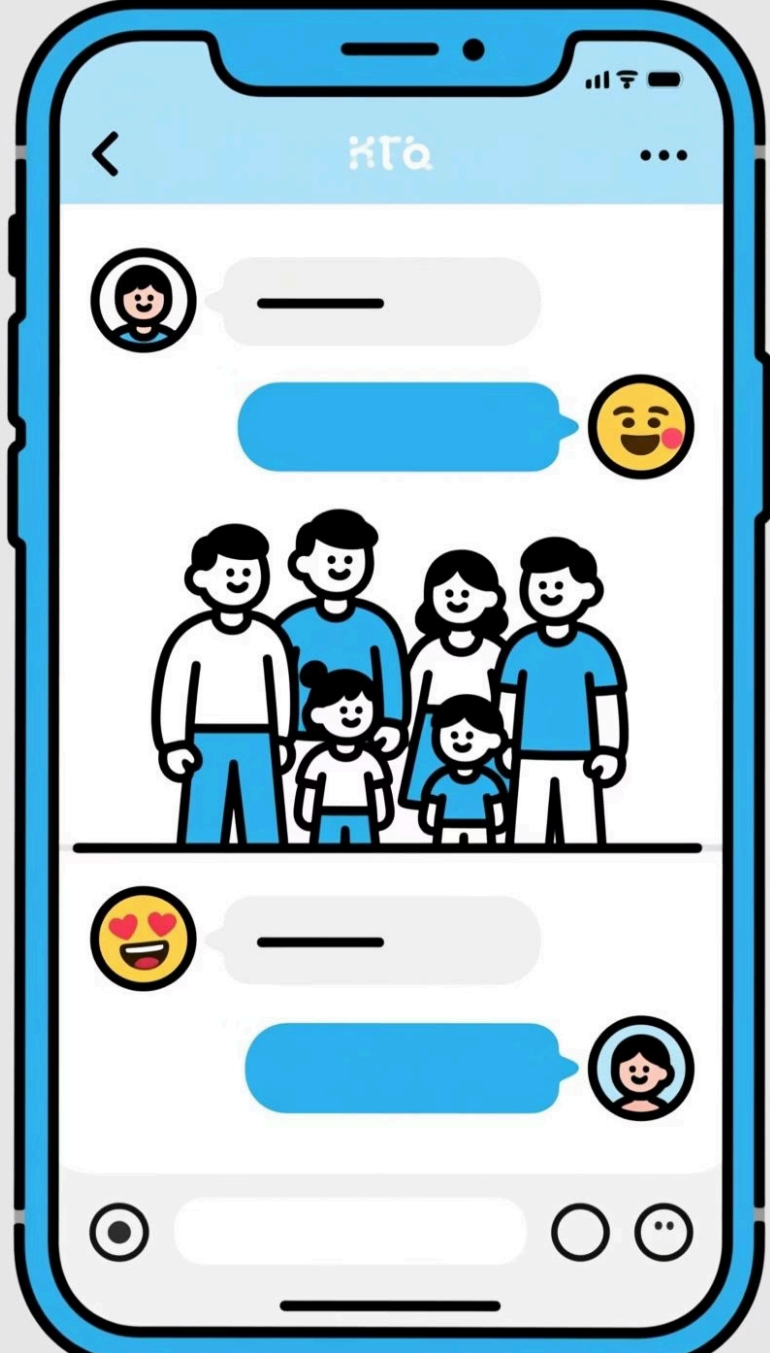
1. Abra a conversa com a pessoa
2. Toque no ícone do telefone no topo do ecrã
3. Aguarde que a pessoa atenda
4. Para terminar, toque no botão vermelho

Como fazer uma videochamada

1. Abra a conversa com a pessoa
2. Toque no ícone da câmara de vídeo no topo
3. Posicione o telemóvel para que o seu rosto apareça
4. Desfrute da conversa cara a cara!

Dica: As chamadas pelo WhatsApp são gratuitas, mesmo para o estrangeiro, desde que tenha internet (WiFi ou dados móveis).





Criar e Gerir Grupos

Criar um grupo novo

Toque em "Conversas" →
"Novo grupo" → Selecione os
participantes → Dê um nome
ao grupo → Toque em "Criar"

Silenciar notificações

Abra o grupo → Toque no
nome do grupo no topo →
Selecione "Silenciar
notificações" → Escolha o
período desejado

Sair de um grupo

Abra o grupo → Toque no nome no topo → Desça até ao fim → "Sair
do grupo" → Confirme. Pode também eliminar o grupo da sua lista.

Proteja-se: Como Evitar Fraudes e Burlas

Mensagens suspeitas

Nunca clique em links de desconhecidos ou que prometam prémios fantásticos. Podem roubar os seus dados ou dinheiro.

Pedidos de dinheiro

Se receber mensagens a pedir dinheiro urgente, mesmo de contactos conhecidos, confirme sempre por telefone. Podem ter sido pirateados.

Perfis desconhecidos

Não aceite pedidos nem responda a números que não conhece. Bloqueie e reporte perfis estranhos ou abusivos.

Regra de ouro: Na dúvida, não clique. Peça ajuda a um familiar ou amigo de confiança antes de responder a algo suspeito.

Controle a Sua Privacidade



Como impedir ser adicionado a grupos sem autorização

1. Abra o WhatsApp
2. Toque nos três pontos no canto superior direito
3. Selecione "Definições" → "Privacidade"
4. Toque em "Grupos"
5. Escolha "Os meus contactos" ou "Os meus contactos exceto..."

Desta forma, apenas pessoas que conhece podem adicioná-lo a grupos. Receberá um convite que pode aceitar ou recusar.

Isto dá-lhe mais controlo e evita ser incomodado por grupos indesejados ou spam.

Dicas Úteis para o Dia a Dia



Mensagens favoritas

Mantenha premida uma mensagem importante e escolha "Adicionar aos favoritos". Encontre-as todas em Definições → Mensagens com estrela.



Pesquisar conversas

Toque na lupa no topo do WhatsApp. Escreva palavras-chave para encontrar conversas ou mensagens antigas rapidamente.



Responder com emojis



Mantenha premida uma mensagem e escolha um emoji de reação rápida. É uma forma simpática e rápida de responder!



Mencionar alguém com @

Em grupos, escreva @ seguido do nome da pessoa para chamar a sua atenção. Ela receberá uma notificação especial.



Escrever a negrito

Coloque asteriscos antes e depois do texto: ***palavra***. Pode também usar *_itálico_* e ~~~rasurado~~~ para variar o estilo.

Cópias de Segurança e Gestão de Mensagens

1

Verificar o backup

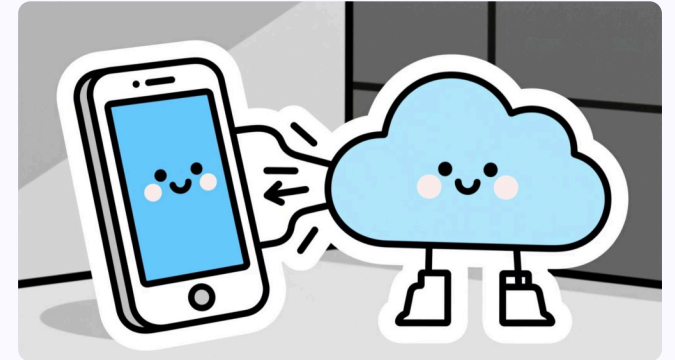
Vá a Definições → Conversas → Cópia de segurança. Confirme que está ativo (Google Drive ou iCloud). Assim, nunca perde as suas conversas!

2

Apagar mensagens

Apagar para mim: só você deixa de ver. **Apagar para todos:** a mensagem desaparece para todos (tem 1h e 8min para o fazer).

3



Estados, Comunidades e Exercício Prático



O que são Estados?

São atualizações temporárias (fotos, vídeos ou texto) que desaparecem após 24 horas. Vê-os no separador "Atualizações". Útil para partilhar momentos do dia!

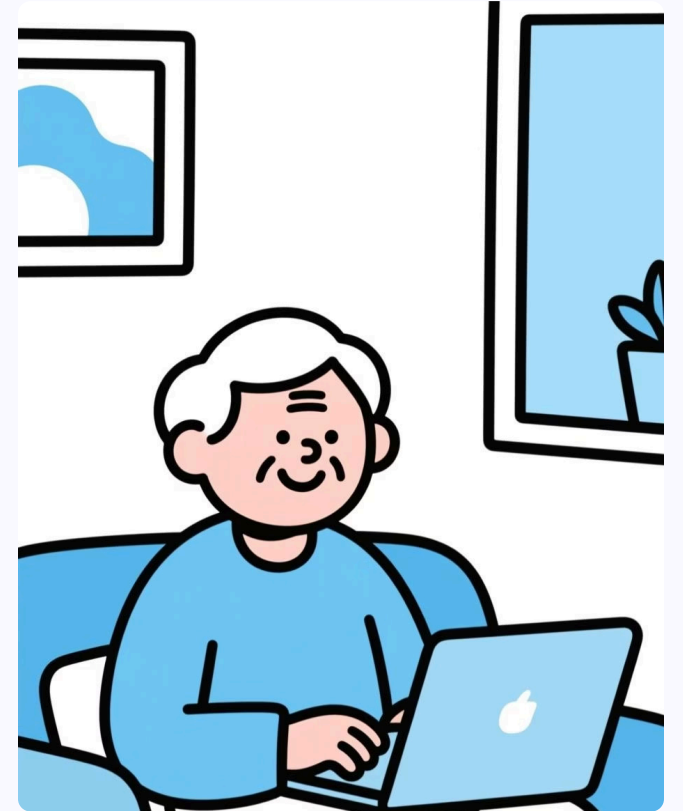


O que são Comunidades?

Agrupam vários grupos relacionados (por exemplo, grupos de uma associação). Para a maioria dos seniores, os grupos normais são suficientes.

WhatsApp no Computador: Fácil e Útil!

Aprenda a usar o WhatsApp no seu computador de forma simples e segura.
Vamos guiá-lo passo a passo!



Porquê Usar o WhatsApp no Computador?



Escrever é Mais Fácil

O teclado grande do computador torna a escrita mais rápida e confortável, especialmente para mensagens longas.



Ecrã Maior

Veja as suas conversas num ecrã grande, com letras maiores e mais claras para os seus olhos.



Guardar e Imprimir

É mais fácil copiar, guardar e imprimir mensagens importantes diretamente do computador.

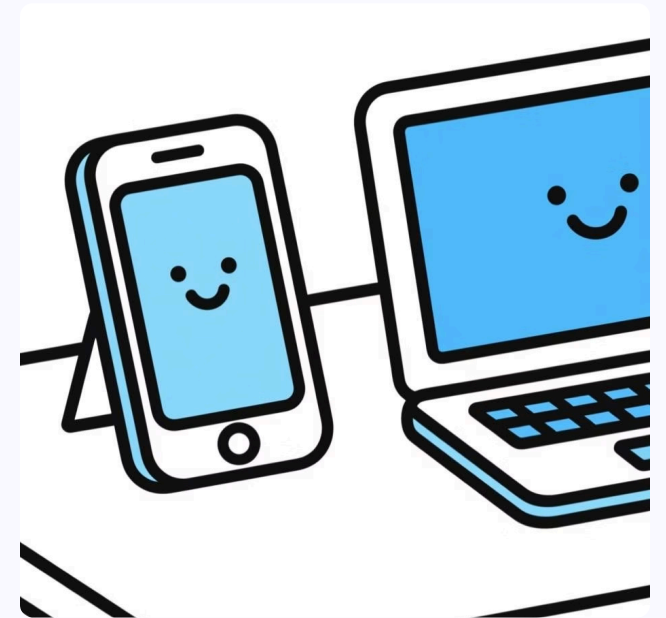
O Que Vai Precisar

No Telemóvel

- WhatsApp instalado e a funcionar
- Ligação à internet (Wi-Fi ou dados móveis)
- Câmara do telemóvel disponível

No Computador

- Navegador de internet (Chrome, Firefox, Edge ou Safari)
- Ligação à internet
- Acesso ao site web.whatsapp.com





Passo 1: Abrir o WhatsApp Web

01

Abra o Navegador

No seu computador, abra o navegador de internet (Chrome, Firefox, Edge ou outro).

02

Digite o Endereço

Na barra de endereço, escreva: **web.whatsapp.com** e pressione Enter.

03

Aguarde o QR Code

Vai aparecer um quadrado com pontos pretos (chamado QR Code). Não feche esta página!

Passo 2: Ligar o Telemóvel ao Computador



Abra o WhatsApp no Telemóvel

Pegue no seu telemóvel e abra a aplicação WhatsApp como faz habitualmente.



Selecione "Aparelhos Ligados"

No menu que aparece, procure e toque em "**Aparelhos ligados**" ou "**WhatsApp Web**".



Encontre o Menu

No canto superior direito, toque nos **três pontinhos** para abrir o menu de opções.



Adicionar Aparelho

Toque no botão "**Ligar um aparelho**" ou no ícone **+** que aparece no ecrã.

Passo 3: Ler o QR Code




Aponte a Câmara

A câmara do seu telemóvel vai abrir automaticamente. Aponte-a para o **QR Code** que está no ecrã do computador.

Mantenha o telemóvel a cerca de **20 centímetros** do ecrã, bem direito e firme.



 **Dica:** Se tiver dificuldade, peça ajuda a alguém para segurar o telemóvel ou aumentar o brilho do ecrã do computador.



Pronto! 🎉

Agora pode ver todas as suas conversas do WhatsApp no computador. É exatamente igual ao telemóvel, mas com um ecrã maior e mais confortável!

As suas mensagens vão aparecer em tempo real. Tudo o que escrever no computador também aparece no telemóvel, e vice-versa.

Como Imprimir Mensagens do WhatsApp

1

Abra a Conversa

No WhatsApp Web do computador, clique na conversa que contém as mensagens que quer imprimir.

2

Selecione o Texto

Com o rato, arraste sobre as mensagens que deseja guardar ou imprimir. O texto ficará destacado (normalmente a azul).

3

Copie as Mensagens

Clique com o botão direito do rato sobre o texto selecionado e escolha "**Copiar**", ou pressione **Ctrl + C** no teclado.

4

Cole num Documento

Abra o Word ou o Bloco de Notas e cole o texto (botão direito → "**Colar**" ou **Ctrl + V**). Agora pode formatar e imprimir!

Imprimir Diretamente do Navegador



Opção Rápida de Impressão

Se preferir, pode imprimir diretamente a partir do navegador sem copiar o texto:

1. Com a conversa aberta, pressione **Ctrl + P** no teclado
2. Vai abrir a janela de impressão
3. Escolha a sua impressora
4. Clique em "**Imprimir**"

📄 ⚠️ **Atenção:** Este método imprime toda a página, incluindo menus. Recomendamos copiar apenas o texto necessário para o Word.

Dicas Importantes de Segurança

Termine a Sessão

Quando terminar de usar o WhatsApp Web, especialmente em computadores compartilhados, clique nos **três pontinhos** no topo e escolha "**Terminar sessão**".

Mantenha o Telemóvel Ligado

O WhatsApp Web só funciona enquanto o seu telemóvel estiver ligado e com internet. Se desligar o telemóvel, o computador perde a ligação.

Verifique os Aparelhos Ligados

Regularmente, vá a "**Aparelhos ligados**" no telemóvel para ver quais computadores têm acesso. Pode desligar qualquer um a qualquer momento.

Parabéns! Agora já sabe usar o WhatsApp no computador de forma segura e prática. Com a prática, vai sentir-se cada vez mais confortável. ❤️



Pequenos passos no digital podem aproximar-nos ainda mais da família.

Lembre-se: sempre que tiver dúvidas, volte a esta apresentação.

Está aqui para o ajudar sempre que precisar.

[O meu contacto](#)

MUITO OBRIGADO

