

## Encontros online depois dos 60 anos: um mundo cheio de oportunidades e desafios

Escrito por Andreea Chiru-Maga, Psicoterapeuta

Num mundo cada vez mais conectado digitalmente, os riscos online estão a tornar-se cada vez mais presentes. Um estudo realizado em abril de 2025 mostra que mais de 60% dos residentes urbanos foram alvo de tentativas de fraude online, sendo as consequências mais comuns as infeções de dispositivos com *malware* e as perdas financeiras. Entre os tipos mais perigosos de fraudes estão as fraudes românticas - um fenómeno crescente que visa principalmente indivíduos emocionalmente vulneráveis, como os solteiros, divorciados ou viúvos, e que estão frequentemente menos familiarizados com as armadilhas da Internet. Estas situações realçam a importância da educação e da consciencialização digital, especialmente para os grupos etários mais velhos. À medida que mais pessoas utilizam a Internet para conhecer novas pessoas, surgem riscos graves. Um dos mais perigosos é quando alguém se faz passar por um parceiro romântico apenas para obter dinheiro ou informações pessoais.

Eis os cenários mais comuns:

- O soldado numa missão. Alguém afirma ser um soldado numa missão no estrangeiro e diz que não tem acesso a dinheiro. Quer vir vê-lo, mas precisa de ajuda para pagar o bilhete de avião ou uma taxa.
- O médico ou engenheiro bem-sucedido. A pessoa finge ter uma profissão respeitável e bem remunerada, mas de repente surge um problema temporário - uma conta bloqueada ou um investimento urgente.
- O viúvo solitário e sincero. Dizem que perderam o cônjuge e estão à procura de uma segunda oportunidade no amor. São muito emotivos, enviam-lhe mensagens diariamente e parecem apaixonar-se rapidamente.
- Preciso urgentemente de ajuda. Depois de ganhar a sua confiança, a pessoa diz que tem uma emergência - um acidente, uma doença ou um problema bancário - e pede-lhe que a ajude financeiramente.
- A herança bloqueada. A pessoa afirma que herdou dinheiro ou que tem uma grande quantia bloqueada num banco, mas precisa de ajuda para pagar impostos ou taxas para aceder ao dinheiro.
- Vamos investir juntos. Quando se aproximam, falam de uma oportunidade única de investimento (normalmente em criptomoeda). Mostram lucros falsos e convencem-no a enviar dinheiro.
- Desaparecem sem deixar rasto. Depois de mensagens diárias e talvez até de receber dinheiro, a pessoa desaparece, deixa de responder, bloqueia-o e já não pode ser contactada.

Nunca envie dinheiro a alguém que só conheceu online, por mais sincero que pareça. Não se trata de ingenuidade ou fraqueza. As pessoas que cometem estas fraudes são habilidosas - sabem o que dizer, como agir, como criar a ilusão de proximidade e, mais importante, como explorar as emoções. Não importa se é jovem ou idoso, solteiro ou casado, com ou sem formação académica - qualquer

pessoa pode ser enganada quando as intenções da outra pessoa estão escondidas e bem preparadas. Para as pessoas que fazem as burlas online, o objetivo é sempre o mesmo: conseguir o que querem.

Se já passou por uma experiência destas, pode sentir-se envergonhado. A ideia de ter sido enganado pode ser difícil de suportar, mas é importante saber que não está sozinho. Não há nada de vergonhoso em confiar em alguém. A confiança é uma força, não um defeito. Também pode sentir medo - medo de falar com outras pessoas sobre o que aconteceu, com receio de ser julgado ou mal interpretado. Mas as pessoas mais próximas - como filhos, netos ou amigos - podem apoiá-lo, se as deixar entrar.

A traição também pode trazer muita tristeza. Pode sentir-se cansado, sem esperança ou mesmo culpado. Estes sentimentos são naturais e merecem ser ouvidos, não escondidos. Toda a gente precisa de ser ouvida e apoiada, especialmente durante um período difícil.

Estas coisas acontecem porque o mundo online ainda é novo para muitos de nós. Não crescemos com smartphones, aplicações ou mensagens de estranhos. E quando alguém se comporta de forma gentil, escreve com cuidado e parece caloroso e atencioso, é natural que respondamos. É humano procurar atenção, afeto e alguém que pareça realmente ver-nos. É exatamente por isso que as pessoas que fazem as burlas online constroem relações falsas. Eles fingem ser honestos, amantes destinados, pessoas presas em países estrangeiros ou profissionais respeitadas. Faz tudo parte do seu plano e, no fim do caminho, há quase sempre um pedido de dinheiro ou de informações.

O que é que pode fazer se se encontrar numa situação destas?

Primeiro, fale com alguém em quem confie. Pode ser um amigo próximo, um membro da família ou mesmo o seu médico de família. Não precisa de passar por isto sozinho. Depois, corte todo o contacto com a pessoa que o/a enganou. Bloqueie-a nas redes sociais, apague as conversas - mas guarde provas se quiser apresentar queixa. Não envie dinheiro, por mais sincero que pareça. É fundamental proteger os seus recursos. Se acredita ter sido vítima de uma burla, vá à polícia. Não precisa de ter todas as provas. Basta explicar o que aconteceu e pedir conselhos. Se precisar de apoio emocional ou jurídico, pode recorrer a profissionais. Em caso de burla romântica online, as vítimas em Portugal podem contactar a **Linha Internet Segura (800 21 90 90)** ou a **Linha de Apoio à Vítima da APAV (116 006)** para apoio psicológico, jurídico e prático. É também possível apresentar denúncia através da Queixa Eletrónica ou junto da PSP/GNR. Em situações mais complexas, a **Linha 144 (Emergência Social)** e a **CIG (800 202 148)** prestam apoio complementar. Muitas organizações não governamentais também oferecem aconselhamento e apoio adaptados às necessidades individuais.

Não está sozinho. Não tem culpa. E merece a ajuda de que necessita.

Namorar depois dos 60 anos pode ser o início de um capítulo extraordinário: uma redescoberta de si próprio, uma nova forma de alegria e de ligação. Mas, como qualquer novo começo, é importante abordá-lo com sabedoria e cautela. Com informação correta, apoio emocional e algumas medidas de segurança, as hipóteses de construir relações autênticas e seguras são muito maiores.

O amor não tem idade - e a sabedoria pode torná-lo ainda mais bonito.



## Referências

- Federal Trade Commission. (2024, October). FTC Issues Annual Report to Congress on the Agency's Actions to Protect Older Adults. Retrieved from <https://www.ftc.gov/news-events/news/press-releases/2024/10/ftc-issues-annual-report-congress-agencys-actions-protect-older-adults>
- Federal Trade Commission. (2025, May). Let's Talk About Scams for Older Americans Month. Retrieved from <https://consumer.ftc.gov/consumer-alerts/2025/05/lets-talk-about-scams-older-americans-month>
- Hadžiosmanović, D., Parkin, S., & Sasse, M. A. (2024). A Survey of Scam Exposure, Victimization, Types, Vectors, and Reporting in 12 Countries. arXiv preprint. <https://arxiv.org/abs/2407.12896>
- Whitty, M. T., & Buchanan, T. (2023). Tainted Love: A Systematic Review of Online Romance Fraud. arXiv preprint. <https://arxiv.org/abs/2303.00070>
- Huang, H., & Munteanu, C. (2024). Exploring Older Adults' Perceptions and Experiences with Online Dating. arXiv preprint. <https://arxiv.org/abs/2410.19783>
- Fundația Regală Margareta a României. (n.d.). Telefonul Vârșnicului. Retrieved from <https://www.fmr.ro/telefonul-varstnicului/>
- Poliția Română. (2025). O nouă metodă de înșelăciune a apărut în spațiul online. Retrieved from <https://politiaromana.ro/ro/comunicate/o-noua-metoda-de-inselaciune-a-aparut-in-spatiul-online>
- Digi24. (2024, December). Relații cu femei frumoase sau o escrocherie de 46 de milioane de dolari. Cum au căzut în capcana deepfake bărbați în căutarea iubirii. Retrieved from <https://www.digi24.ro/stiri/sci-tech/lumea-digitala/relatii-cu-femei-frumoase-sau-o-escrocherie-de-46-de-milioane-de-dolari-cum-au-cazut-in-capcana-deepfake-barbati-in-cautarea-iubirii-2969377>
- New York Post. (2025, March 7). Romance scammers target older Americans out of life savings. Retrieved from <https://nypost.com/2025/03/07/us-news/romance-scammers-target-older-americans-out-of-life-savings/>