



SCHEDA INFORMATIVA N°14

Virus & Antivirus

Proteggere il telefono e il computer

Capire le minacce digitali e proteggersi efficacemente — senza panico e senza cadere in truffe.

Un virus informatico è un programma dannoso che può danneggiare il suo dispositivo, rubare i suoi dati o spiare le sue attività. La buona notizia: con semplici precauzioni può proteggersi efficacemente — spesso gratuitamente.



I 4 tipi di minacce digitali



Virus / Malware

Programma che si installa a sua insaputa e danneggia il dispositivo, rallenta tutto o cancella file.

Pericolo: ● ● ●



Phishing

Email falsa o sito falso che imita la sua banca o un servizio ufficiale per rubare le credenziali e le password.

Pericolo: ● ● ●



Ransomware

Blocca il dispositivo e cifra i file — i truffatori chiedono un riscatto per restituire l'accesso. Molto pericoloso.

Pericolo: ● ● ●



Adware / Spyware

Mostra pubblicità invasive o sorveglia l'attività in segreto — spesso installato tramite un'app dubbia.

Pericolo: ● ● ●



I segnali che il suo dispositivo è infetto



Improvvisamente molto lento

Il suo telefono o computer è lento senza motivo apparente



Batteria che si scarica velocemente

Un virus attivo consuma molta energia in background



App sconosciute

Appaiono applicazioni che non ha installato



Browser modificato

La sua homepage è cambiata o compaiono pubblicità ovunque



Email inviate senza di lei

I suoi contatti ricevono email strane dal suo indirizzo



Acquisti inspiegabili

Transazioni sconosciute appaiono sul suo estratto conto



I migliori antivirus gratuiti

Windows Defender

✓ **Gratuit**

Integrato in Windows 10/11. Eccellente per PC. Niente da installare.

Avast Free

✓ **Gratuit**

Molto popolare. PC e smartphone Android.

AVG Free

✓ **Gratuit**

Semplice ed efficace. Buona protezione di base.

Malwarebytes

✓ **Gratuit**

Ideale per scansionare e pulire un dispositivo infetto.

Bitdefender

~ **Payant**

Eccellente livello di protezione. Versione gratuita limitata.

Norton 360

~ **Payant**

Protezione completa PC + smartphone. ~40 CHF/anno.



Su iPhone: Apple protegge molto bene il suo sistema — un antivirus generalmente non è necessario. Su **Android (Samsung)**, un antivirus è consigliato. Su **PC Windows**, Windows Defender integrato è sufficiente per un uso base.



Come proteggersi — le 6 regole d'oro

La protezione essenziale quotidiana

1

Aggiorni regolarmente il suo dispositivo

Gli aggiornamenti correggono le falle di sicurezza. Non ignori mai le notifiche di aggiornamento — sono fondamentali.

2

Scarichi solo dagli store ufficiali

Play Store (Android) o App Store (iPhone) — mai da siti sconosciuti. Le app ufficiali sono verificate.

3

Non clicchi su link sospetti

Nelle email, SMS o WhatsApp di sconosciuti — anche se sembra ufficiale. In caso di dubbio, vada direttamente sul sito ufficiale.

4

Usi password robuste e uniche

Una password diversa per ogni servizio importante. Non usi mai la data di nascita o "123456".

5

Esegua regolarmente il backup dei dati

Foto, documenti — salvi su Google Foto, OneDrive o una chiavetta USB. In caso di infezione, non perderà nulla.

6

Installi un antivirus (Android e PC)

Windows Defender (PC) o Avast Free (Android) — gratuiti ed efficaci. Esegua una scansione completa almeno una volta al mese.

La truffa del "falso antivirus"

Attenzione — molto diffusa tra i senior!

Naviga su Internet e improvvisamente appare un messaggio d'allerta rosso lampeggiante: *"IL SUO DISPOSITIVO È INFETTO! Chiami immediatamente lo 0800 XXX XXX" o "Il suo PC ha un virus — scarichi ora il nostro software!"*

È sempre una truffa! Come reagire:

- ✓ Chiuda la finestra o la scheda immediatamente
- ✓ Non chiami MAI il numero visualizzato
- ✓ Non scarichi nulla da questo sito
- ✓ Non dia MAI accesso remoto al suo computer
- ✓ Se ha cliccato — spenga il dispositivo e chiami una persona cara

Un vero antivirus non appare mai nel browser con un numero di telefono da chiamare.

Consigli SeniorPhone

- Su PC Windows, **Windows Defender è già installato** — attivarlo e lavora automaticamente
- Esegua **una scansione mensile** con il suo antivirus — richiede 10 minuti e può rilevare minacce nascoste
- Installi **un solo antivirus** — due insieme creano conflitti e rallentano il dispositivo
- Gli **aggiornamenti automatici** sono i suoi migliori amici — non li disattivi mai
- In caso di dubbio, chieda a un parente o al suo rivenditore — non si rivolga mai a qualcuno che la contatta spontaneamente
- Salvi le sue foto su **Google Foto** — in caso di ransomware, non perderà i suoi ricordi

Le trappole assolutamente da evitare

-  Non scarichi mai un antivirus da una pubblicità o email — vada sempre sul sito ufficiale del produttore
-  Gli "antivirus" gratuiti molto noti su Internet possono essere essi stessi malware — rimanga sui marchi citati in questa scheda
-  Non paghi mai per "riparare un virus" a qualcuno che la ha contattata spontaneamente per telefono
-  Un messaggio di allerta nel browser NON è il suo antivirus — è una truffa

Cosa ricordare

- Su PC Windows: Windows Defender è gratuito e già integrato — attivarlo.
- Su Android (Samsung): installare Avast Free o AVG Free dal Play Store.
- Su iPhone: nessun antivirus necessario — Apple protegge bene il suo sistema.
- Aggiorni regolarmente il suo dispositivo — è la migliore protezione.
- Un messaggio di allerta nel browser con un numero da chiamare = truffa.

Questo mese, SeniorPhone è sostenuto da:

[Spazio riservato allo sponsor del mese]

Un solo sponsor al mese — per mantenere la vostra fiducia.

Sicurezza — Da ricordare assolutamente



Non comunichi mai le sue password o codici a nessuno

Né per telefono, né per email, né per SMS. Né la sua banca né la polizia glieli chiederanno mai.



Numero nascosto — non rispondere

Un numero nascosto nasconde volontariamente la sua identità. Riattacchi senza esitare.



Numero sconosciuto — eviti di rispondere

Lasci squillare, aspetti un messaggio vocale, richiami solo se necessario. Non richiami mai un numero 0900.



Falso poliziotto o falso bancario — riattacchi e chiami il 117

La vera polizia e la sua banca non le chiederanno MAI di consegnare denaro o il suo PIN per telefono.

Questo avviso appare su ogni scheda SeniorPhone — perché la sua sicurezza è la nostra assoluta priorità.

SeniorPhone — L'informazione digitale semplice e onesta per i senior



Per ricevere questa scheda per email: iscriviti gratuitamente su seniorphone.ch

Scheda N°14 · Virus & Antivirus · © SeniorPhone

Nessuna pubblicità invadente. Un solo sponsor al mese. Sempre gratuito.