

Privacy e protezione dei dati personali

Consigli pratici per navigare in modo sicuro

Ogni volta che usiamo internet lasciamo tracce: un acquisto, una ricerca, una foto condivisa o una semplice registrazione a un sito. Queste informazioni raccontano molto di noi – abitudini, gusti, preferenze – e rappresentano un valore economico enorme per chi le raccoglie.

Molti servizi digitali si presentano come gratuiti, ma in realtà si finanzianno proprio con i dati personali degli utenti. È importante quindi imparare a proteggere la propria privacy, perché quello che condividiamo oggi può essere usato domani per fini che non immaginiamo.

I dati personali come risorsa

Nome, indirizzo, posizione, foto, cronologia di navigazione: tutto può essere raccolto, analizzato e utilizzato per creare profili molto dettagliati.

Le grandi piattaforme digitali basano il loro modello di business su queste informazioni, che vengono usate per orientare pubblicità, offerte e perfino notizie.

Capire il valore dei dati è il primo passo per difenderli.



Le regole

Il Regolamento sulla protezione dei dati (GDPR) garantisce alcuni diritti fondamentali: conoscere come vengono usati i propri dati, chiederne la cancellazione o la rettifica e opporsi a trattamenti non giustificati. Tuttavia, nella pratica, molte persone accettano condizioni d'uso e cookie senza leggerli. Le norme servono, ma non bastano: la vera tutela nasce da scelte quotidiane più consapevoli.

Come proteggersi nella vita digitale

- Condividi solo le informazioni strettamente necessarie.
- Controlla periodicamente le impostazioni di privacy su social, app e smartphone.
- Rifiuta i cookie non indispensabili e disattiva il tracciamento pubblicitario.
- Evita di pubblicare online documenti o dati sensibili (indirizzo, data di nascita, contatti privati).
- Usa password diverse e, se possibile, l'autenticazione a due fattori.
- Diffida sempre dei servizi “gratuiti”: se non paghi in denaro, il prodotto sei tu.





Sede nazionale

Via San Francesco d'Assisi 17 – 10122 Torino

Tel: 011/436.65.66

sportello@consumatoritalia.it

<https://www.consumatoritalia.it>

Sportello del consumatore Sassari

Via Decimario 1 – Sassari

Tel: 079/412.46.69

sassari@consumatoritalia.it

<https://www.sassari.sportellidelconsumatore.it>

Guida realizzata nell'ambito del progetto DIGITALMENTIS 2025, finanziato dal programma della Regione Sardegna con fondi MIMIT (DM 31/07/2024 e D.D. 14/02/2025)

DIGITALMENTIS

Iniziativa Competenze Digitali finanziata dal Fondo MIMIT per i consumatori - DM 31/07/2024

