GUIA PRÁTICO DA FAMÍLIA

GLOOUX · 2026

CELULAR EM DIA



10
HÁBITOS

Para proteger fotos, memória e bateria.

FOTOS | ESPAÇO | ENERGIA | ATUALIZAR

ANTES DE COMEÇAR

COMO USAR ESTE GUIA

Este guia reúne dez hábitos curtos para cuidar das fotos, do aparelho e da bateria. Cada hábito ocupa uma página e termina com um lembrete simples.

Você não precisa fazer tudo de uma vez. Escolha um hábito por dia e marque no calendário. Em uma ou duas semanas, a rotina inteira estará pronta.

ANTES DO PRIMEIRO HÁBITO

Deixe o celular carregado e perto de uma tomada. Se for mexer em fotos, tenha também um computador ou um disco externo à mão.

DICA DE OURO

Os nomes dos menus mudam entre marcas e versões. Se não achar uma opção, use a busca das Configurações.

HÁBITO 1 DE 10 · PROTEJA O QUE NÃO SE REPÕE

FOTOS EM DOIS LUGARES: O SEGURO DAS LEMBRANÇAS



Leva 10 minutos

POR QUE IMPORTA

As fotos dos netos, a receita da avó e o registro daquele ponto de crochê podem existir só no celular. Se o aparelho cair na água ou sumir, essa memória some junto.

PASSO A PASSO

1. Ative a cópia automática de fotos na nuvem que o próprio aparelho oferece.
2. Uma vez por mês, copie as fotos também para um computador ou um disco externo.
3. Abra a cópia e confira se as fotos mais antigas aparecem de verdade.

LEMBRETE

Uma cópia que nunca foi aberta ainda é uma suposição.

HÁBITO 2 DE 10 · PROTEJA O QUE NÃO SE REPÕE

ÁLBUNS POR ASSUNTO: A FOTO CERTA EM SEGUNDOS



Leva 15 minutos

POR QUE IMPORTA

Quem tem milhares de imagens perde tempo procurando a receita ou o documento que fotografou. Álbuns simples resolvem isso sem esforço.

PASSO A PASSO

1. Crie quatro álbuns: família, viagens, receitas e documentos.
2. Mova para um álbum próprio as capturas de tela úteis, como padrões, endereços e senhas de Wi-Fi da casa.
3. Só apague as repetidas depois de confirmar que o backup está completo.

LEMBRETE

Comece pelas fotos do ano passado, não pelas cinco mil de uma vez.

HÁBITO 3 DE 10 · PROTEJA O QUE NÃO SE REPÕE

TROCA DE APARELHO SEM SUSTO



Leva 20 minutos

POR QUE IMPORTA

Ganhar um celular novo é uma boa notícia, mas a mudança tem ordem certa. Quem pula etapas costuma descobrir tarde que ficou sem contatos ou sem conversas.

PASSO A PASSO

1. Faça o backup completo do aparelho antigo e espere terminar.
2. Deixe o aparelho novo guiar a mudança e traga fotos, contatos e conversas pelo assistente inicial.
3. Confira tudo no novo antes de apagar o antigo.

LEMBRETE

Guarde o aparelho antigo por uma semana, como rede de segurança.

HÁBITO 4 DE 10 · PROTEJA O QUE NÃO SE REPÕE

ESPAÇO LIVRE: QUEM OCUPA A MEMÓRIA DO CELULAR



Leva 5 minutos

POR QUE IMPORTA

Quando o armazenamento enche, o aparelho não consegue guardar novas fotos nem instalar atualizações. Por isso vale saber o que está ocupando o lugar.

PASSO A PASSO

1. Abra Configurações, depois Armazenamento, e ordene a lista por tamanho.
2. Mova os vídeos mais longos para o computador ou para a nuvem.
3. Remova os aplicativos que você não abre há meses.

LEMBRETE

Tente manter cerca de 10% do armazenamento livre.

ATUALIZAÇÕES: O AJUSTE QUE CHEGA DE GRAÇA



Leva 5 minutos

POR QUE IMPORTA

Fabricantes enviam atualizações para corrigir falhas e reforçar a segurança. Elas não custam nada e levam poucos minutos.

PASSO A PASSO

1. Abra Configurações e procure Atualização de software ou Atualização do sistema.
2. Instale conectado ao Wi-Fi, com metade da carga ou com o cabo ligado.
3. Faça um backup antes de atualizações grandes.

LEMBRETE

Escolha a madrugada para atualizar, quando você não vai usar o aparelho.

REINICIAR: A PAUSA SEMANAL DO APARELHO



Leva 1 minuto

POR QUE IMPORTA

Quando você desliga e liga o aparelho, ele fecha o que estava rodando e começa de novo. É uma pausa curta, como abrir a janela da sala.

PASSO A PASSO

1. Escolha um dia fixo da semana, como o domingo à noite, antes da novela ou do jogo.
2. Desligue o aparelho, espere alguns segundos e ligue de novo.
3. Se um aplicativo travar, feche só ele e abra outra vez.

LEMBRETE

Não precisa fechar todos os aplicativos toda hora.

HÁBITO 7 DE 10 · CUIDE DA ENERGIA

CARREGADOR E CABO: A ENERGIA NO RITMO CERTO



Leva 3 minutos

POR QUE IMPORTA

Carregador original ou certificado fornece energia na medida que o aparelho foi desenhado para aceitar.

PASSO A PASSO

1. Dê preferência ao carregador original da caixa ou a um modelo com certificação.
2. Troque o cabo quando a ponta estiver torta ou a capa estiver descascada.
3. Procure o fabricante se o cabo entrar frouxo na entrada de carga.

LEMBRETE

Desconfie de carregadores muito baratos e sem marca.

CALOR: ONDE O CELULAR PASSA O DIA



Leva 1 minuto

POR QUE IMPORTA

Temperatura alta envelhece a bateria depressa, e o aparelho esquenta sem que a gente perceba. Muitos fabricantes indicam usá-lo em ambientes até cerca de 35 °C (95 °F).

PASSO A PASSO

1. Não deixe o celular no painel do carro nem sob sol forte.
2. Carregue sobre uma superfície aberta, nunca sob almofada ou travesseiro.
3. Se a capa esquentar durante a carga, tire-a por um tempo.

LEMBRETE

Aparelho muito quente na mão? Tire do cabo e espere esfriar antes de usar.

HÁBITO 9 DE 10 · CUIDE DA ENERGIA

BRILHO E TELA: O GASTO QUE PASSA DESPERCEBIDO



Leva 2 minutos

POR QUE IMPORTA

Entre todas as peças do aparelho, a tela costuma gastar mais energia. Por isso, regular o brilho e a duração da luz já muda o fim do seu dia.

PASSO A PASSO

1. Nas opções de tela, deixe o brilho automático ligado.
2. Faça a tela se apagar sozinha em 30 segundos ou 1 minuto.
3. Teste o modo escuro, que em muitos aparelhos poupa bateria.

LEMBRETE

Em lugares muito claros, aumente o brilho só enquanto estiver lendo.

HÁBITO 10 DE 10 · CUIDE DA ENERGIA

BATERIA: O MEIO-TERMO ENTRE 20% E 80%



Leva 2 minutos

POR QUE IMPORTA

Quanto mais tempo a carga fica encostada em 0% ou em 100%, mais a bateria envelhece. O meio do caminho é mais gentil com ela.

PASSO A PASSO

1. Abra Configurações e procure a seção Bateria.
2. Se existir no seu modelo, ligue o carregamento otimizado ou adaptável.
3. Sempre que der, mantenha a carga na faixa de 20% a 80%.

LEMBRETE

Constância pesa mais do que precisão: errar um dia não estraga nada.

PARA MANTER

SUA ROTINA DA SEMANA

Distribua os hábitos assim e o celular em dia deixa de dar trabalho.

SÁBADO
Backup das fotos e conferência da cópia.

DOMINGO À NOITE
Reiniciar o aparelho e olhar a bateria.

PRIMEIRO DIA DO MÊS
Ver o espaço e instalar atualizações.

ANTES DE VIAJAR
Carregador certo no bolso e celular longe do sol.

EM CASO DE DÚVIDA

O manual do fabricante responde melhor sobre o seu modelo. Este guia é informativo e de conhecimento geral.

QUER TESTAR O QUE APRENDEU?

Faça o quiz de dez situações em glooux.com e compare o seu placar.