

GUIA GETBACKGMAIL · MÓDULO 2 DE 5

Roteiro de respostas

O que responder em cada pergunta quando você não lembra a senha ou não tem mais o número — e como se preparar antes de começar.

Ficha de Preparação para preencher

Roteiro pergunta a pergunta

Cola de 1 página

EXERCÍCIO · FICHA DE PREPARAÇÃO · PARTE 1

A conta e quem é você nela

1. Endereço da conta que eu quero recuperar

Escreva letra por letra. Confira pontos, números e hífen.

☐ Tenho certeza ☐ Acho que é este ☐ Tenho dúvida entre dois

Se tiver dúvida, o outro

2. Nome cadastrado na conta

Como seu nome aparecia quando você mandava e-mails. Anote as variações possíveis.

Nome

Sobrenome

Variações (apelido, sem acento...)

3. Quando criei a conta (aproximadamente)

Algumas contas podem ver perguntas que não estão no fluxo padrão. Ter uma data aproximada ajuda a dar um bom palpite.

Mês e ano aproximados

Como eu sei (primeiro celular, escola...)

4. Quando e como perdi o acesso

☐ Esqueci a senha ☐ Perdi/troquei o número ☐ Fui invadido(a) ☐ Conta desativada

☐ Não sei

Data aproximada

Último aparelho em que entrei

O que aconteceu

EXERCÍCIO · 15 MINUTOS

A caça aos sinais esquecidos

Muita gente desiste sem procurar direito. Marque cada lugar à medida que verificar.

Aparelhos

a conta aparece neles?

- ☐ Celular atual (Configurações → Google / Contas; app do Gmail).
- ☐ Celular anterior (na gaveta, com familiares, para vender).
- ☐ Tablet da casa.
- ☐ Notebook ou computador de casa (navegador já logado).
- ☐ Computador do trabalho ou da escola.
- ☐ TV, videogame ou TV box com YouTube logado.

E-mails

algum pode estar ligado à conta?

- ☐ Outros Gmails que você criou.
- ☐ Hotmail / Outlook / Yahoo antigos.
- ☐ E-mail do trabalho atual ou anterior.
- ☐ E-mail da escola ou faculdade.
- ☐ E-mail de um familiar usado como recuperação.
- ☐ Procure na caixa de cada um por avisos antigos do Google sobre esta conta.

O que eu encontrei

Aparelho ou e-mail	O que vi (conta conectada? aviso antigo?)	Vou usar?

● DICA DE OURO

Se um familiar tinha seu e-mail como “recuperação” da conta dele (ou vice-versa), procure na caixa dele mensagens de segurança antigas: elas mostram quais endereços estavam ligados. Peça para ele mesmo procurar — você não precisa da senha de ninguém.