

Telefón vás sleduje aj v spánku: Tieto aplikácie má v telefóne každý!

Myslíte si, že váš telefón je len váš? Omyl! Stačí chvíľa nepozornosti, zlé nastavenie aplikácie alebo slabé heslo a vaše súkromie môže byť v ohrození. Odborníci na kybernetickú bezpečnosť bijú na poplach – mobil vás síce spája so svetom, ale zároveň môže byť pre podvodníkov vstupenkou priamo do vášho života.

Bratislava, 17.7.2025

Mobilný telefón je dnes niečím viac, než len komunikačným nástrojom. Je digitálnou peňaženkou, osobným archívom, asistentom, aj bránou do sveta. Práve preto sa stáva čoraz častejším cieľom kybernetických útokov. Odborníci varujú, že ak si užívatelia nezačnú uvedomovať jeho citlivosť, môže sa stať ich veľkou hrozbou. „Najprv si treba položiť jednoduchú otázku – čo má pre mňa hodnotu? Ak sú to fotografie rodiny, prístup do Internet bankingu, pracovné kontakty alebo e-maily, potom by sme mali vedieť, ako veľmi je dôležité tieto dáta chrániť,“ hovorí Katarína Remecká, CEO z Qubit Conference[®], ktorá sa venuje organizovaniu konferencií o kybernetickej bezpečnosti.

Mobilný telefón patrí k najpoužívanejším zariadením dneška – mnohí ho majú neustále pri sebe, používajú ho na nakupovanie, komunikáciu, prácu, cestovanie, aj zábavu. Práve tým sa stáva zraniteľným. „V telefóne zhromažďujeme obrovské množstvo údajov, často bez toho, aby sme premýšľali, čo všetko zdieľame a s kým. Aj obyčajná aplikácia na počasie môže získať prístup k vašej polohe, kontaktom či fotografiám – len preto, že ste to pri inštalácii nečítali alebo bez rozmyšľania odsúhlasili,“ upozorňuje K. Remecká a dopĺňa, že moderné telefóny uchovávajú viac informácií ako počítač – od zdravotných údajov cez lokalitu až po intímne konverzácie.

Aplikácie, ktoré vidia viac, než by mali

Mnohí si myslia, že pokiaľ sa ich to priamo netýka, nie je sa čoho báť. Realita je však iná. Na pozadí bežne používaných aplikácií môžu pracovať mechanizmy, ktoré zhromažďujú informácie o užívateľových návykoch, miestach, ktoré navštevuje, ľuďoch, s ktorými komunikuje. Podľa K. Remeckej z Qubit Conference[®] ide často o nenápadné procesy, ktoré si ani nevšimnete – práve preto je dôležité obmedziť zbytočné aplikácie a nepodliehať digitálnemu zberateľstvu: „Ak si napríklad nezmeníte predvolené nastavenia ochrany osobných údajov, aplikácie môžu v tichosti sledovať vaše správanie. Pritom stačia aj malé zmeny: silné heslá, dvojfaktorová autentifikácia, aktualizácie a

WEB

www.qubitconference.com

EMAIL

info@qubitconference.com

OFFICE

Qubit Conference[®]
Martinčekova 17
821 01 Bratislava

zálohovanie dát, to je digitálne minimum, ktoré by mal dodržiavať každý. Aktualizujte preto všetko – a vždy. Nie kvôli novinkám, ale preto, že aktualizácie často zaplátajú známe bezpečnostné diery, ktoré môžu útočníci zneužiť. Každá neaktualizovaná aplikácia je ako nezamknuté okno do vašich dát.“

Zálohovať môžete podľa pravidla 3-2-1-1-0. Majte tri kópie, dve na rôznych médiách, jednu offline, jednu mimo domova a overiť si, že neobsahuje chyby. Znie to komplikovane, ale v praxi to môže byť rozdiel medzi stresom a pokojom.

Katarína Remecká zároveň upozorňuje, aby užívatelia premýšľali aj nad tým, čo všetko sa im zobrazí na uzamknutej obrazovke – napríklad notifikácie s overovacími kódmi, ktoré môžu byť zneužitú.

Riešením nie je technický perfekcionizmus, ale bežné digitálne návyky, ktoré môžete prijať ako nový štandard a začnete premýšľať o telefóne ako o súčasti vášho súkromia. Rovnako, ako zamykáte byt či auto, mali by ste vedieť zamknúť aj svoj telefón – nielen fyzicky, ale aj nastaveniami a správaním. Najlepšou ochranou je prevencia – a tá sa začína vedomosťami a disciplínou. Čím skôr si uvedomíte hodnotu vlastných dát, tým lepšie budete pripravení čeliť hrozbám, ktoré si telefón môže priniesť priamo do vášho vrečka.

Ktoré aplikácie vedia viac, ako by mali?

1. Facebook

Zbiera metadáta, informácie o polohe, sieťových pripojeniach, zariadení, pohybe a návykoch používateľa – aj na pozadí. Údaje sú kombinované s inými službami Meta (Instagram, WhatsApp), čo zvyšuje možnosť profilovania.

2. GoogleMaps

Aj keď nie je spustená, sleduje pohyb a polohu cez históriu polohy a záznamy z iných senzorov (napr. gyroskop, akcelerometer). Údaje sa používajú na vytváranie personalizovaných máp, ale aj na reklamy a analytiku.

3. Fitness aplikácie

Sledujú pohyb a polohu v reálnom čase. Mnoho používateľov si neuvedomuje, že aktivita môže byť verejná a prístupná online. Minulosť ukázala, že zverejnené trasy môžu odhaliť domáce adresy.

WEB

www.qubitconference.com

EMAIL

info@qubitconference.com

OFFICE

Qubit Conference®
Martinčekova 17
821 01 Bratislava

4. XMode/Outlogic (často integrovaný do iných aplikácií)

Nejde o samostatnú aplikáciu, ale o sledovací modul zabudovaný v desiatkach bežných appiek (napr. predpoveď počasia). Sleduje polohu 24/7 a predáva údaje tretím stranám vrátane reklamným a analytickým spoločnostiam.

Čo urobiť v prípade, že telefón stratíte alebo vám ho ukradnú?

Podľa odborníčky z Qubit Conference[®] je najdôležitejším krokom príprava už vopred. V zariadení si aktivujte funkcie ako „Nájsť môj iPhone“ (pre Apple) alebo „Find My Device“ (pre Android), ktoré umožňujú lokalizáciu, uzamknutie, prehratie zvuku či úplné vymazanie telefónu na diaľku. Po krádeži môžete cez iné zariadenie, napr. notebook či iný telefón, cez webové rozhranie iCloud.com alebo google.com/android/find rýchlo uzamknúť telefón, zobrazíť správu s kontaktom, vypnúť prístup, vymazať dáta alebo sa pokúsiť ho vystopovať. Nezabudnite si tiež zabezpečiť svoj účet a prípad krádeže nahlásiť polícii. Zálohujte si dáta pravidelne a majte silne zabezpečený účet napríklad cez dvojfaktorovou autentifikáciou, aby ste predišli zneužitiu vašich údajov.

WEB

www.qubitconference.com

EMAIL

info@qubitconference.com

OFFICE

Qubit Conference[®]
Martinčekova 17
821 01 Bratislava