

Backup de e-mail

- [Configurando ThunderBird para Backup do Gmail](#)
- [Exportar Pastas do Thunderbird](#)
- [Importar Pastas do ThunderBird](#)

Configurando ThunderBird para Backup do Gmail

O objetivo do procedimento é configurar o cliente de e-mail para armazenar as mensagens localmente, no disco rígido do computador, em vez de mantê-las na conta do Gmail. Isso ajudará a liberar espaço para arquivos mais importantes e recentes.

O procedimento descrito a seguir é aplicável a outros clientes de e-mail, como o Microsoft Outlook e o Apple Mail. Neste exemplo, utilizaremos o Thunderbird.

Passo 1: Baixar e Instalar o Thunderbird

1.1. Abra seu navegador da web e acesse o site oficial do Thunderbird em:

<https://www.thunderbird.net/pt-BR/>

1.2. Na página inicial, você verá um botão "**Download Thunderbird**". Clique nele.

1.3. Será redirecionado para a página de download do Thunderbird. O site automaticamente detectará seu sistema operacional, mas certifique-se de que ele tenha selecionado a versão adequada para o seu sistema.

1.4. Clique no botão "Download gratuito" para iniciar o processo de download. **(Não é necessário fazer doação)**

1.5. Após o download ser concluído, abra o arquivo de instalação. Dependendo do seu sistema operacional, o processo de instalação pode variar.

1.6. Siga as instruções na tela para concluir a instalação. Você pode escolher as configurações padrão para a maioria dos casos.

1.7. Uma vez que a instalação esteja completa, o Thunderbird estará pronto para ser configurado.

2. Passo 2: Configure sua Conta do Gmail no Thunderbird

2.1. Abra o Thunderbird em seu computador.

2.2. Se você não tiver nenhuma conta configurada no Thunderbird, ele abrirá automaticamente o assistente de configuração de conta. Se já tiver uma conta configurada, vá para o Passo 3.

2.3. Clique em "Conta de Email" para iniciar o assistente de configuração.

2.4. Preencha seu nome, endereço de e-mail do Gmail e senha. Clique em "Continuar" para prosseguir.

Configurar o seu endereço de correio eletrônico existente

Para utilizar o seu endereço de correio eletrônico, preencha as suas credenciais.
O Thunderbird irá procurar automaticamente por uma configuração de servidor recomendada e funcional.

O seu nome completo

Endereço de correio eletrônico

Palavra-passe

☒ Memorizar palavra-passe

[Configurar manualmente](#)

As suas credenciais serão armazenadas apenas no seu computador.

2.5. O Thunderbird tentará configurar automaticamente sua conta do Gmail. Se isso não funcionar, você pode configurar manualmente selecionando "Configuração manual" e fornecendo as informações necessárias.

2.6. Para que a caixa de e-mail do Gmail (aluno.ifsp.edu.br) seja liberada é necessário utilizar a opção POP3.



POP3

Mantenha as suas pastas e as mensagens no seu computador



A receber POP3 SSL/TLS

pop.gmail.com



A enviar SMTP SSL/TLS


smtp.gmail.com



Nome de utilizador

seuemail@aluno.ifsp.edu.br

2.7. Após a configuração bem-sucedida, suas mensagens de e-mail do Gmail serão sincronizadas com o Thunderbird.

 Iniciar sessão com o Google



Inicie sessão

Continuar para [Mozilla Thunderbird Email](#)

Introduza o seu email

aluno|

@ifsp.edu.br

[Esqueceu-se do email?](#)

Pode rever a [Política de Privacidade](#) e os [Termos de Utilização](#) da app Mozilla Thunderbird Email antes de a utilizar.

[Criar conta](#)

[Seguinte](#)

Português (Portugal)



[Ajuda](#)

[Privacidade](#)

[Termos](#)

***Caso possua autenticação em duas etapas, escolha a forma para se autenticar. ***



O app **Mozilla Thunderbird Email** quer acessar sua Conta do Google

 @ifsp.edu.br

Isso permitirá ao app **Mozilla Thunderbird Email** as
seguintes ações:



Ler, escrever, enviar e excluir permanentemente todos os seus
e-mails do Gmail



Ver, editar, fazer o download e excluir permanentemente seus
contatos



Ver, editar, compartilhar e excluir permanentemente todas as
agendas que você acessa pelo Google Agenda



Ao clicar em "Permitir", você permite que este app e o Google usem suas informações de acordo com as respectivas [Políticas de Privacidade](#). É possível alterar esta e outras [permissões de conta](#) a qualquer momento.

Negar

Permitir

Após a sincronização com sua conta do Gmail, você poderá trabalhar, inclusive de forma offline, com todas as pastas que estava no Gmail.



Caixa de entrada

149



Rascunhos



E-mails enviados

1



Todos os e-mails

2060



Spam

Exportar Pastas do Thunderbird

O objetivo de exportar pastas no Thunderbird pode variar de acordo com as necessidades individuais, mas geralmente envolve:

Exportar Pastas do Thunderbird:

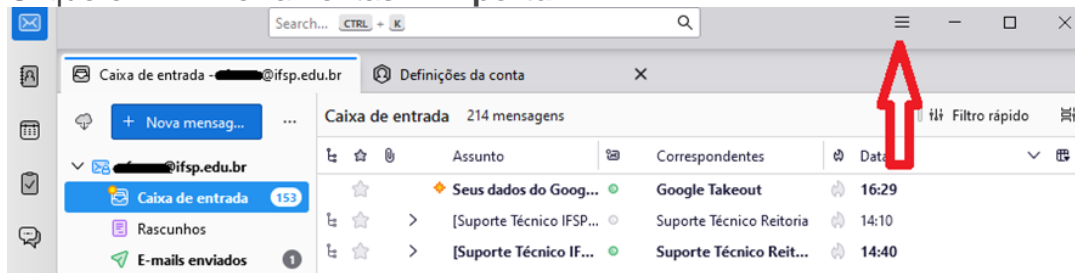
Backup de Dados: Exportar pastas permite criar cópias de segurança de suas mensagens e pastas importantes. Isso é essencial para garantir que você não perca dados importantes em caso de falhas no sistema, erros humanos ou problemas com sua conta de email.

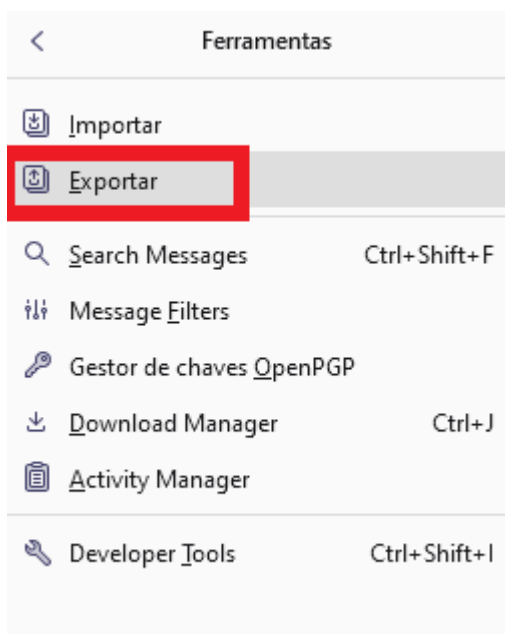
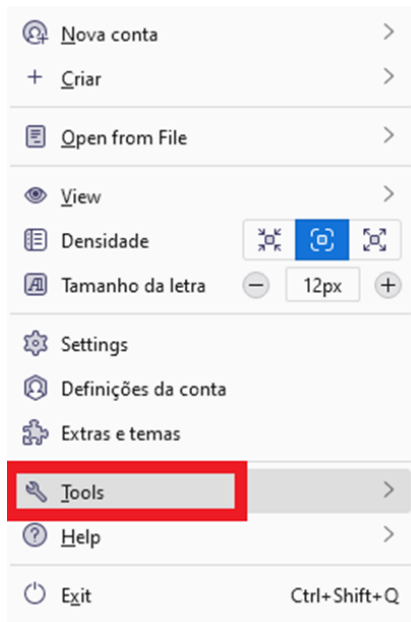
Migração para um Novo Computador: Quando você muda para um novo computador, pode exportar suas pastas do Thunderbird e importá-las no novo sistema, permitindo que você mantenha todas as suas mensagens antigas e pastas organizadas.

Procedimento para Exportar:

É bem simples criar uma cópia de segurança do seu perfil atual do Thunderbird:

Clique em ? > Ferramentas > Exportar.






Clique no botão **Exportar**.

No diálogo **Exportar** para um arquivo ZIP, escolha uma **pasta** de destino e o nome do arquivo, por exemplo, Thunderbird_backup_perfil_2022-06-28. zip.



Exportar

Exporte contas, mensagens, catálogos de endereços, e definições para um ficheiro ZIP.

 O perfil atual é maior que 2GB. Sugerimos que faça um backup manual.

[Abrir pasta de perfil](#)

Concluída.

Concluir

Clique em Concluir.

Importar Pastas do ThunderBird

O objetivo de importar pastas no Thunderbird pode variar de acordo com as necessidades individuais, mas geralmente envolve:

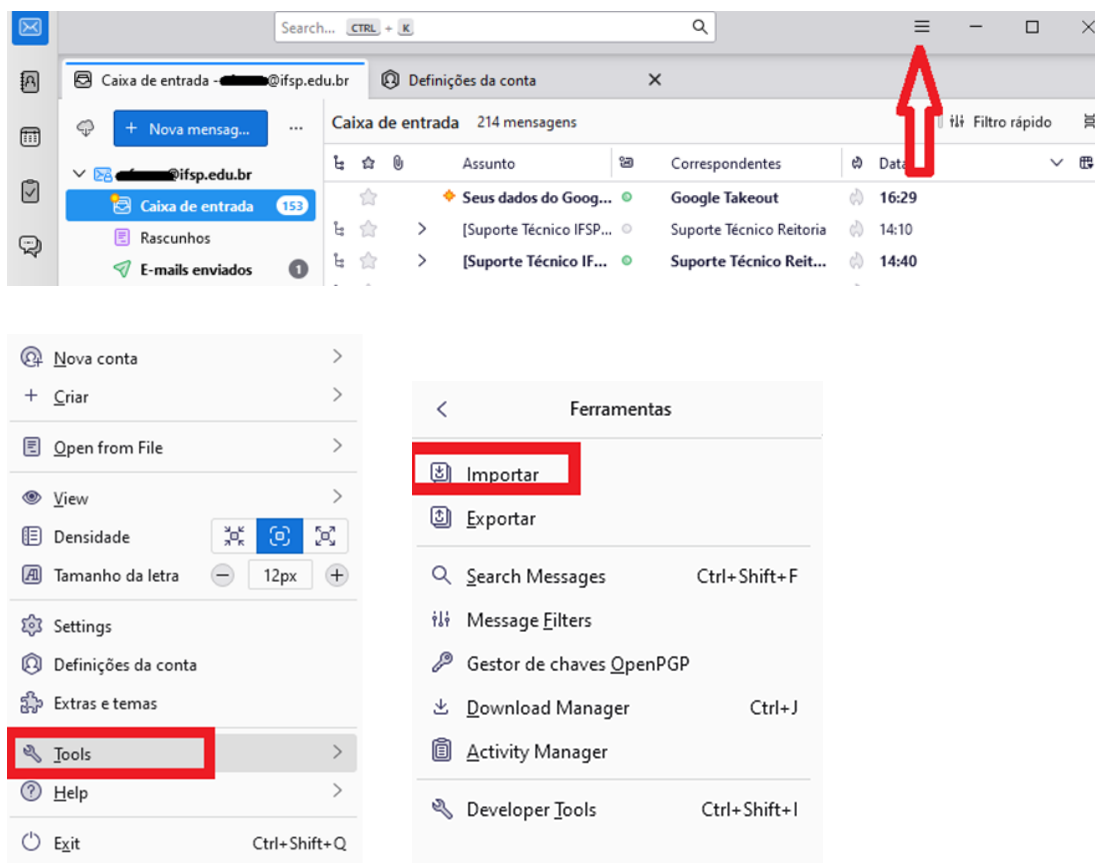
Migração de Contas: Ao configurar uma nova conta de email no Thunderbird, você pode importar pastas de outras contas ou clientes de email para consolidar todos os seus emails em um único local.

Restauração de Backup: Se você fez backup de suas pastas anteriormente, pode importá-las para restaurar suas mensagens e pastas em caso de perda de dados.

Procedimento para importação:

É bem simples importar uma cópia de segurança do seu perfil atual do Thunderbird:

1. Clique em ? > Ferramentas > Importar.



123Confirmar

Ferramenta de importação

Importe definições ou dados de uma aplicação ou ficheiro.
Selecione a fonte a partir da qual quer importar. Mais tarde será pedido que escolha que dados precisam de ser importados.

☒ Importar de outra instalação do Thunderbird
Importar configurações, filtros, mensagens, e outros dados de um perfil do Thunderbird

☐ Importar de uma instalação do SeaMonkey
Importar definições, filtros, mensagens e outros dados de um perfil do SeaMonkey.

☐ Importar do Outlook
Importar contas, livros de endereço e mensagens do Outlook.

☐ Importar do Becky! Internet Mail
Importar livros de endereços e mensagens do Becky! Internet Mail.

☐ Importar de um ficheiro
Selecionar um ficheiro para importar livros de endereços, calendários ou uma cópia de segurança de perfil (ficheiro ZIP).

Continuar

123Confirmar

Importar de um perfil do Thunderbird

Importar configurações e dados de um perfil do Thunderbird.

☐ Importar do perfil "default"
Diretório: C:\Users\fortt\AppData\Roaming\Thunderbird\Profiles\znseue4y.default

☐ Escolher uma pasta de perfil

☒ Escolha um ficheiro ZIP
O ficheiro ZIP deve ser menor que 2 GB.

Retroceder

Continuar

Precisa de ajuda?

[Importar documentação](#) - [Fórum de apoio](#)

123Confirmar

Importar de um perfil do Thunderbird

Diretório: C:\Users\fortt\AppData\Roaming\Thunderbird\Profiles\znseue4y.default\Thunderbird_profile_backup
\\040k9js.default-release\Mail\Local Folders

Escolha o que importar:
ⓘ Quaisquer dados existentes ou idênticos não serão substituídos.

☒ Contas e definições

☒ Livros de endereços

☒ Calendários

☒ Mensagens eletrônicas

⚠ Thunderbird terá de ser reiniciado quando a importação for concluída.

Retroceder

Continuar

Precisa de ajuda?

[Importar documentação](#) - [Fórum de apoio](#)

Dados a serem importados

- ✓ Contas e definições
- ✓ Livros de endereços
- ✓ Calendários
- ✓ Mensagens eletrônicas

Iniciar importação

Clique em Iniciar a importação e aguarde.

As pastas serão importadas e as mensagens estarão disponíveis para uso.

- Caixa de entrada 153
- Rascunhos
- E-mails enviados 1
- Todos os e-mails 2063
- Spam
- Lixeira
- _Chats
- _INBOX

- > [SupporteTécnico@FSPPREIT#0002230] NovocusuárioemmatrículaEmailInstitucional@DiverGoogle
- > [SupporteTécnico@FSPPREIT#0002237] NovocusuárioemmatrículaEmailInstitucional@DiverGoogle
- > [SupporteTécnico@FSPPREIT#00022360] NovogruppocemmatrículaOrientação@Googlemeedtgysaqqücearmazenamento...
- Praciã!-RealizaçõesCSSTem2023
- > [SupporteTécnico@FSPPREIT#0002237] NovocusuárioemmatrículaRe:GoogleEmail[Nãoéviçssívelencontarsuaconta...
- > [SupporteTécnico@FSPPREIT#0002236] NovocusuárioemmatrículaToreadesenhadoceemailinstitucionalH4
- > [SupporteTécnico@FSPPREIT#0002238] NovocusuárioemmatrículaAlumecnaõconseguealibranasenhadoceemailinstitú...