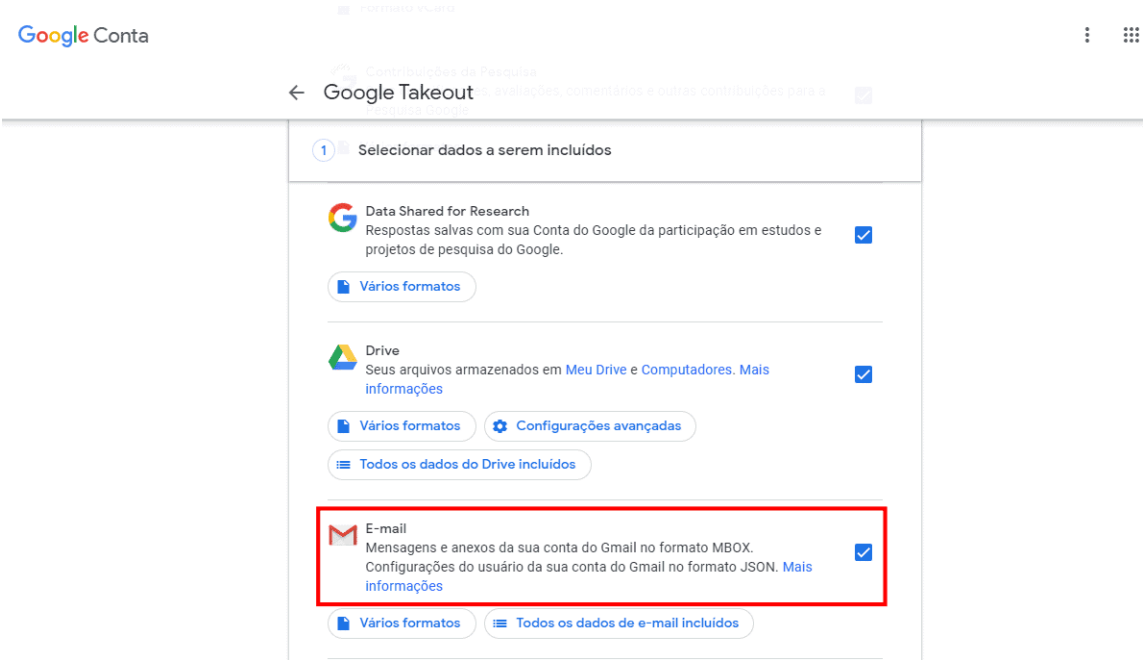
Google Takeout: como fazer backup do Gmail

Tempo necessário: 4 minutos.

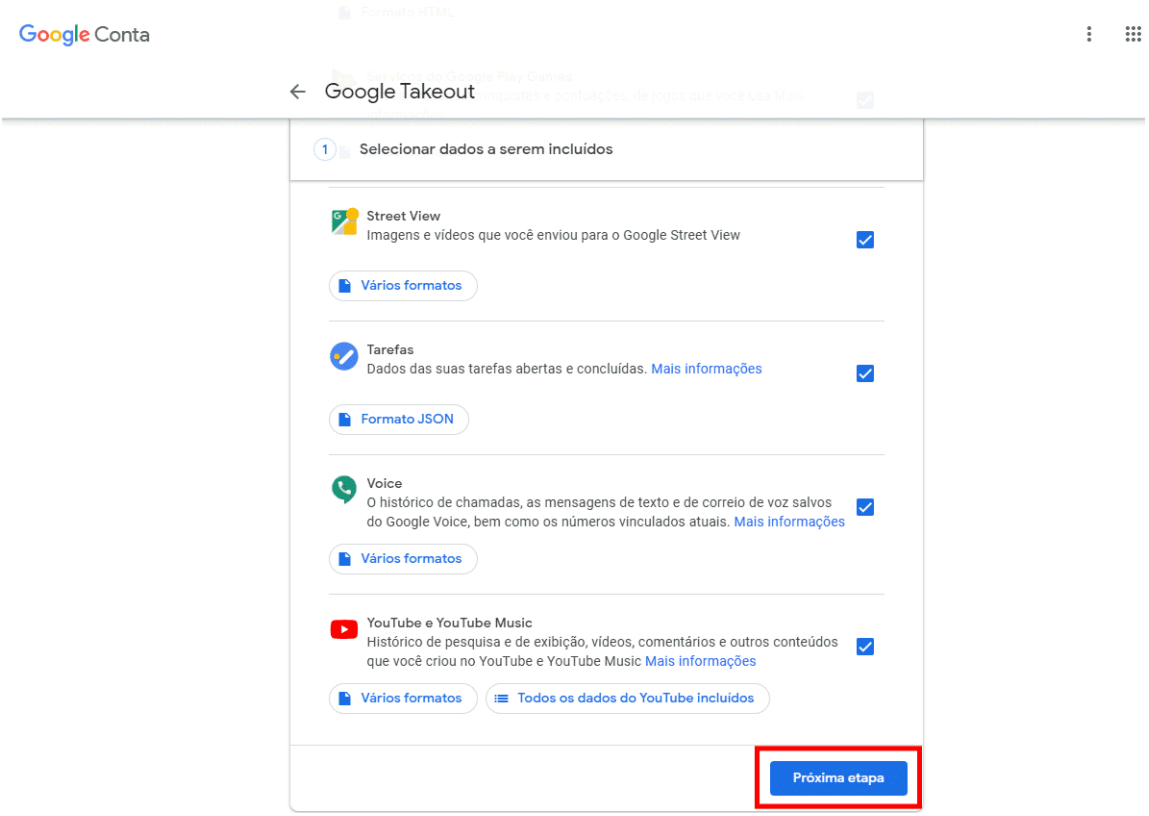
1. **Acesse o site Google Takeout (https://takeout.google.com/).**

   O caminho mais longo é acessar sua Conta Google e tocar em “Privacidade e personalização”. Depois, role a página e selecione “Fazer o download, excluir ou criar um plano de dados”. Por fim, clique em “Fazer o download dos seus dados”.

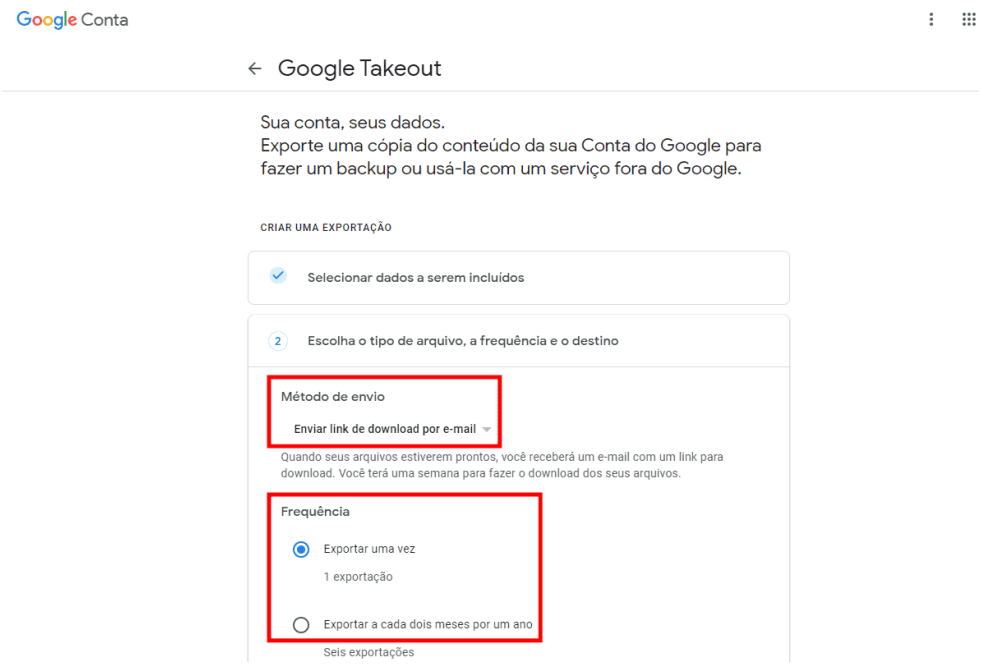
2. **Na página do Google Takeout, você pode escolher quais dados deseja baixar. Em “Selecionar dados a serem incluídos”, role a página e marque a caixa de seleção ao lado de E-mail (ícone do Gmail) e de todos os outros aplicativos que deseja incluir no seu arquivo de backup. (Aconselho que desmarque todos, exceto o e-mail)**



3. **Tudo pronto? Clique em ‘Próxima etapa’ para prosseguir.**



4. **Para decidir como deseja receber seus dados, clique na seta logo abaixo de "Método de envio". As opções incluem: envio de link de download por e-mail, adicionar ao Google Drive, Dropbox, OneDrive ou Box. Você também pode escolher se prefere exportar os seus dados apenas uma vez ou a cada dois meses.**

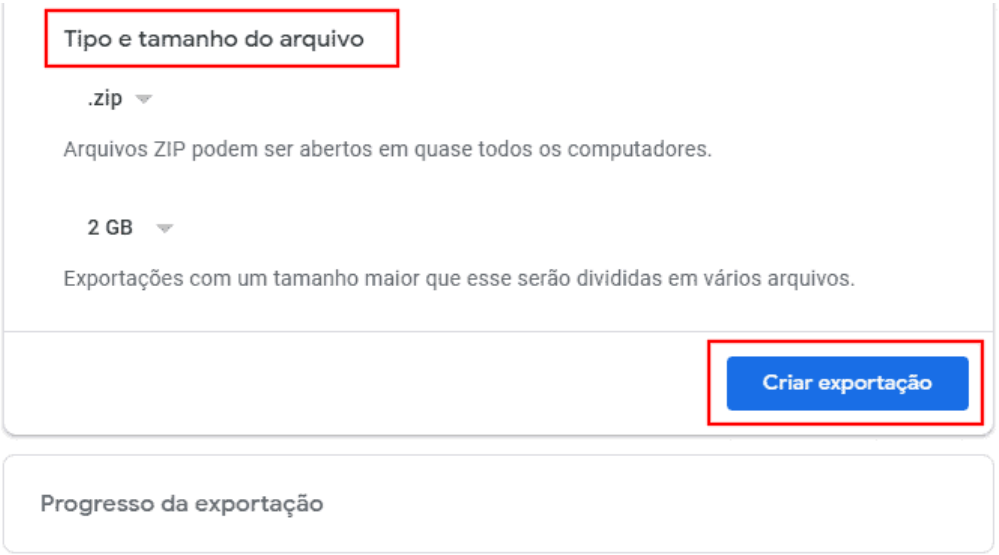


5. **Por fim, em ‘Tipo e tamanho do arquivo’, você também pode selecionar o formato do arquivo de backup (.zip ou .tgz). (escolha o maior tamanho de arquivo disponível para lhe poupar tempo de backup, mas vai lhe custar tempo na restauração. Sabedoria é bom aqui!)**

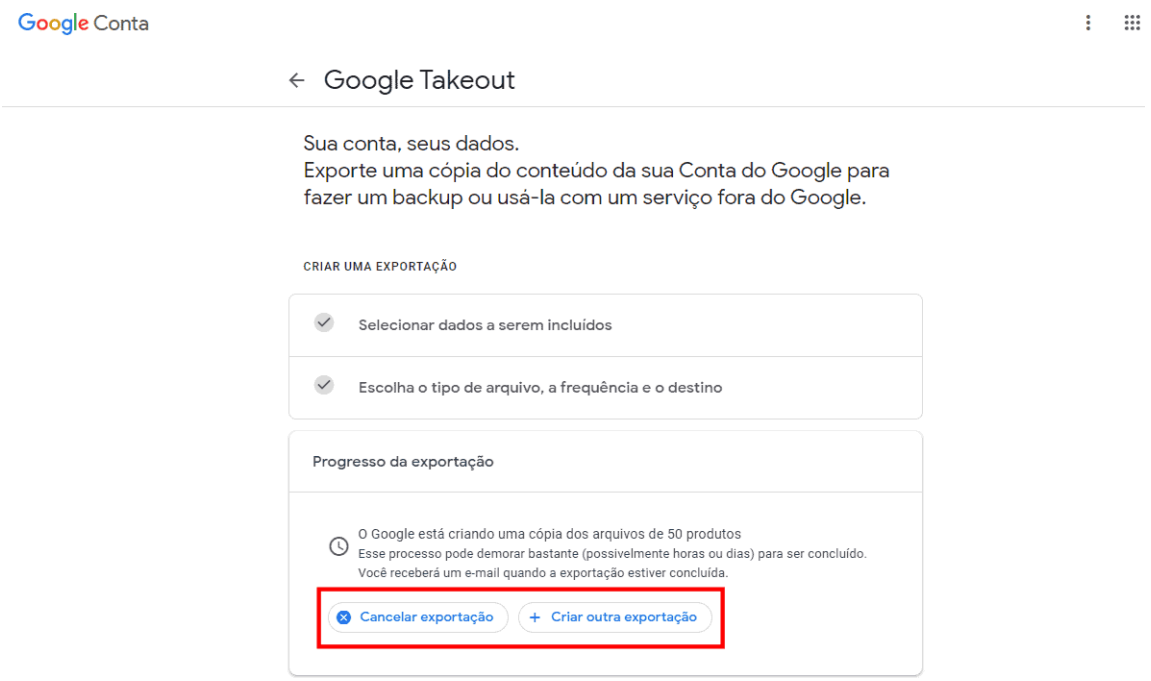
   Vale destacar que se o tamanho total do backup for maior que 50 GB, ele será dividido em vários arquivos. Qualquer backup maior que 2 GB também usará por padrão o formato de compactação zip64.

6. **Após efetuar suas seleções, clique em ‘Criar exportação’.**

   Agora você está pronto para iniciar a exportação dos seus dados com sucesso, algo que, dependendo da quantidade de informações e da sua velocidade de conexão, pode levar um tempo considerável para terminar.



7. **Vale ressaltar que o usuário também pode clicar a qualquer momento em ‘Cancelar exportação’ caso tenha deixado algo para trás ou ‘Criar outra exportação’ para iniciar todo o processo novamente.**



A Google vai te enviar um e-mail quando o processo terminar (você receberá o e-mail se ainda tiver espaço na caixa).

Você pode monitorar o processo de backup pelo **Google Takeout** [https://takeout.google.com/].

Pronto! Agora, você já sabe fazer backup do Gmail e conta Google.