

Privacy Gmail: come bloccare l'IA di Google

Maria Cattini | 16/12/2025 | Open source intelligence

Privacy Gmail: Vi ricordate il vecchio adagio "se è gratis, il prodotto sei tu"? Bene, Google ha deciso di aggiornarlo: ora il prodotto sono anche le vostre conversazioni più intime, i vostri allegati di lavoro e le vostre chat.

Stiamo assistendo a un cambiamento silenzioso ma radicale. Come segnalato recentemente da Malwarebytes, Mountain View sta attivando, spesso in modalità predefinita, impostazioni che permettono ai suoi modelli di intelligenza artificiale di "nutrirsi" dei contenuti presenti nella vostra casella di posta. L'obiettivo dichiarato è migliorare gli assistenti digitali. La conseguenza reale? Una massiccia ingestione di dati personali per l'addestramento algoritmico senza che la maggior parte degli utenti se ne renda conto.

Non si tratta di paranoia, ma di impostazioni tecniche reali nascoste sotto etichette rassicuranti. Vediamo cosa sta s[]endo e, soprattutto, come chiudere i rubinetti.

Google non vi dirà mai "vogliamo leggere le tue mail per addestrare Bard o Gemini". Utilizzerà termini più morbidi, quasi affettuosi, come "Funzioni intelligenti e personalizzazione". Sotto questo ombrello ricadono opzioni utili come la risposta rapida (Smart Reply), il filtraggio automatico delle email in categorie (Promozioni, Social) e i suggerimenti di scrittura.

Il prezzo di queste comodità è l'accesso. Per funzionare, l'algoritmo deve scansionare il contenuto. Se non intervenite manualmente, i vostri messaggi personali diventano carburante per il training dell'IA in background. Alcuni utenti hanno già notato che queste spunte risultano attive di default, una pratica discutibile che sfrutta la pigrizia o la disattenzione digitale.

Guida pratica: riprendiamoci i nostri dati

Disattivare queste opzioni richiede pochi clic, ma bisogna sapere dove guardare. Google ha diviso il consenso in due aree distinte: una per le app di Workspace ([Gmail](#), Chat, Meet) e una per la condivisione tra prodotti diversi.

Ecco la procedura esatta per blindare la vostra **Privacy Gmail**:

1. Disattivare l'analisi diretta su Gmail, Chat e Meet

Questa è l'impostazione principale. Spegnendola, perderete funzioni come la composizione intelligente, ma guadagnerete la certezza che il contenuto delle vostre email resti (più) privato.

1. Aprite Gmail dal browser desktop (è più affidabile dell'app per queste modifiche).
2. Cliccate sull'icona dell'ingranaggio in alto a destra e selezionate Visualizza tutte le impostazioni.
3. Nella scheda "Generali", scorrete fino a trovare la voce Funzioni intelligenti e personalizzazione.
4. Deselezionate la casella.

2. Bloccare la condivisione tra prodotti Google

Google ama incrociare i dati. Se prenotate un volo e ricevete la conferma su Gmail, l'assistente potrebbe volervelo ricordare su Maps o Calendar. Per impedire che l'IA colleghi questi punti usando i vostri dati privati:

1. Sempre nella stessa scheda "Generali" delle impostazioni.
2. Scorrete poco più in basso fino a Funzioni intelligenti e personalizzazione in altri prodotti Google.
3. Deselezionate anche questa casella.

Nota tecnica: Google sta implementando queste modifiche gradualmente. Se non vedete ancora queste opzioni attive di default o strutturate in questo modo, tenete d'occhio l'account nelle prossime settimane.

Analisi critica: ne vale la pena?

Rinunciare a queste funzioni ha un costo in termini di esperienza utente (UX). Bisogna essere onesti su cosa si perde e cosa si guadagna.

Perché tenerle attive:

La comodità è innegabile. Il filtraggio automatico dello spam e delle newsletter è una delle funzioni migliori di Gmail. La "Smart Compose" fa risparmiare tempo a chi scrive decine di email ripetitive al giorno. Se usate Gmail come hub organizzativo per viaggi ed eventi, l'integrazione con Calendar è salvifica.

Perché disattivarle:

La privacy non è un optional. Sapere che un modello linguistico sta imparando stili di scrittura, argomenti sensibili e pattern relazionali dalle vostre conversazioni private è inquietante. Inoltre, disattivare queste funzioni riduce la superficie di attacco: meno dati vengono processati attivamente, meno possibilità ci sono che vengano usati in modi non previsti in futuro.

Non esiste una scelta giusta per tutti, ma la scelta deve essere consapevole, non imposta da una spunta pre-attivata in un menu nascosto.

La direzione intrapresa dalle Big Tech è chiara: l'IA ha fame di dati e le nostre vite digitali sono il buffet. Google vi offre strumenti potenti, ma chiede in cambio una trasparenza quasi totale della vostra vita privata.

Se la vostra priorità è la riservatezza, seguite la guida sopra e disattivate tutto. Gmail tornerà a essere un semplice client di posta, forse un po' più stupido, ma decisamente più discreto.

Vuoi approfondire come proteggere le tue tracce digitali o scoprire altri strumenti per l'indagine online?

Entra a far parte della nostra Community e iscriviti:

- Newsletter: <https://coondivido.substack.com/>
 - Telegram: <https://t.me/osintaipertutti> e <https://t.me/osintprojectgroup>
- Privacy Gmail: Vi ricordate il vecchio adagio "se è gratis, il prodotto sei tu"? Bene, Google ha deciso di aggiornarlo: ora il prodotto sono anche le vostre conversazioni più intime, i vostri allegati di lavoro e le vostre chat.

Stiamo assistendo a un cambiamento silenzioso ma radicale. Come segnalato recentemente da Malwarebytes, Mountain View sta attivando, spesso in modalità predefinita, impostazioni che permettono ai suoi modelli di intelligenza artificiale di "nutrirsi" dei contenuti presenti nella vostra casella di posta. L'obiettivo dichiarato è migliorare gli assistenti digitali. La conseguenza reale? Una massiccia ingestione di dati personali per l'addestramento algoritmico senza che la maggior parte degli utenti se ne renda conto.

Non si tratta di paranoia, ma di impostazioni tecniche reali nascoste sotto etichette rassicuranti. Vediamo cosa sta s[ic]endo e, soprattutto, come chiudere i rubinetti.

Google non vi dirà mai "vogliamo leggere le tue mail per addestrare Bard o Gemini". Utilizzerà termini più morbidi, quasi affettuosi, come "Funzioni intelligenti e personalizzazione". Sotto questo ombrello ricadono opzioni utili come la risposta rapida (Smart Reply), il filtraggio automatico delle email in categorie (Promozioni, Social) e i suggerimenti di scrittura.

Il prezzo di queste comodità è l'accesso. Per funzionare, l'algoritmo deve scansionare il contenuto. Se non intervenite manualmente, i vostri messaggi personali diventano carburante per il training dell'IA in background. Alcuni utenti hanno già notato che queste spunte risultano attive di default, una pratica discutibile che sfrutta la pigrizia o la disattenzione digitale.

Guida pratica: riprendiamoci i nostri dati

Disattivare queste opzioni richiede pochi clic, ma bisogna sapere dove guardare. Google ha diviso il consenso in due aree distinte: una per le app di Workspace ([Gmail](#), Chat, Meet) e una per la condivisione tra prodotti diversi.

Ecco la procedura esatta per blindare la vostra **Privacy Gmail**:

1. Disattivare l'analisi diretta su Gmail, Chat e Meet

Questa è l'impostazione principale. Spegnendola, perderete funzioni come la composizione intelligente, ma guadagnerete la certezza che il contenuto delle vostre email resti (più) privato.

1. Aprite Gmail dal browser desktop (è più affidabile dell'app per queste modifiche).
2. Cliccate sull'icona dell'ingranaggio in alto a destra e selezionate Visualizza tutte le impostazioni.
3. Nella scheda "Generali", scorrete fino a trovare la voce Funzioni intelligenti e personalizzazione.
4. Deselezionate la casella.

2. Bloccare la condivisione tra prodotti Google

Google ama incrociare i dati. Se prenotate un volo e ricevete la conferma su Gmail, l'assistente potrebbe volervelo ricordare su Maps o Calendar. Per impedire che l'IA colleghi questi punti usando i vostri dati privati:

1. Sempre nella stessa scheda "Generali" delle impostazioni.
2. Scorrete poco più in basso fino a Funzioni intelligenti e personalizzazione in altri prodotti Google.
3. Deselezionate anche questa casella.

Nota tecnica: Google sta implementando queste modifiche gradualmente. Se non vedete ancora queste opzioni attive di default o strutturate in questo modo, tenete d'occhio l'account nelle prossime settimane.

Analisi critica: ne vale la pena?

Rinunciare a queste funzioni ha un costo in termini di esperienza utente (UX). Bisogna essere onesti su cosa si perde e cosa si guadagna.

Perché tenerle attive:

La comodità è innegabile. Il filtraggio automatico dello spam e delle newsletter è una delle funzioni migliori di Gmail. La "Smart Compose" fa risparmiare tempo a chi scrive decine di email ripetitive al giorno. Se usate Gmail come hub organizzativo per viaggi ed eventi, l'integrazione con Calendar è salvifica.

Perché disattivarle:

La privacy non è un optional. Sapere che un modello linguistico sta imparando stili di scrittura, argomenti sensibili e pattern relazionali dalle vostre conversazioni private è inquietante. Inoltre, disattivare queste funzioni riduce la superficie di attacco: meno dati vengono processati attivamente, meno possibilità ci sono che vengano usati in modi non previsti in futuro.

Non esiste una scelta giusta per tutti, ma la scelta deve essere consapevole, non imposta da una spunta pre-attivata in un menu nascosto.

La direzione intrapresa dalle Big Tech è chiara: l'IA ha fame di dati e le nostre vite digitali sono il buffet. Google vi offre strumenti potenti, ma chiede in cambio una trasparenza quasi totale della vostra vita privata.

Se la vostra priorità è la riservatezza, seguite la guida sopra e disattivate tutto. Gmail tornerà a essere un semplice client di posta, forse un po' più stupido, ma decisamente più discreto.

Vuoi approfondire come proteggere le tue tracce digitali o scoprire altri strumenti per l'indagine online?

Entra a far parte della nostra Community e iscriviti:

- Newsletter: <https://coondivido.substack.com/>
- Telegram: <https://t.me/osintaipertutti> e <https://t.me/osintprojectgroup>