



**SPDM
PAIS**

ASSOCIAÇÃO PAULISTA PARA O DESENVOLVIMENTO DA MEDICINA
Fundada em 1933 | Utilidade Pública Municipal, Estadual e Federal | Entidade Filantrópica inscrita no CNAS desde 26/06/1963
Programa de Atenção Integral à Saúde

REDES SOCIAIS: COMO FAZER UM USO CONSCIENTE DAS REDES SOCIAIS NO AMBIENTE DE TRABALHO E NA VIDA PESSOAL

Com o avanço das tecnologias no mundo atual, o uso da internet e redes sociais tem se tornado cada vez mais corriqueiro no nosso dia a dia, temos todos os tipos de informações na palma da mão, literalmente.

Outro ponto que tem se tornado cada vez mais comum no dia a dia são o uso de grupos de WhatsApp, que tem como objetivo simplificar a comunicação com um grupo maior de pessoas, em um espaço menor de tempo, porém é preciso cautela na utilização dessas ferramentas, tanto em nosso convívio social, quanto no profissional. É de extrema importância que a comunicação nesses grupos seja sempre da forma mais cordial possível, sendo sempre de maneira educada, e evitar qualquer forma de exposição.

Também é importante salientar que, no ambiente de trabalho nenhum colaborador é obrigado a permanecer nesses grupos, somente se estiver confortável para tal.

Atualmente, estamos habituados em incluir em nossa rotina o uso de redes sociais de compartilhamento de fotos e vídeos, onde na maioria das vezes queremos dividir os momentos importantes da nossa vida, porém todos esses recursos precisam ser usados com cautela, para que nossa segurança e imagem possam ser preservados de maneira segura. Precisamos também tomar cuidados com o tipo de informação que colocamos nas redes sociais, evite dar muitas informações sobre sua vida pessoal, e ao compartilhar algo relacionado ao seu convívio profissional, cuidado para não expor informações confidenciais ou postar fotos de colegas de trabalho sem a sua devida autorização.

Lembre-se sempre de manter atualizado em nossas normas institucionais, nas circulares e no nosso Manual de Conformidade Administrativa, Políticas e Princípios de Integridade. Com essas dicas é possível usufruir das redes sociais de maneira responsável e segura.