

03 de dezembro de 2024
Edição 168

Ter uma presença saudável e impactante nas redes sociais exige atenção e cuidado. Com o uso adequado dessas plataformas, é possível fortalecer sua imagem pessoal, estreitar relações e alcançar objetivos, seja no âmbito pessoal ou profissional.

Recentemente, a SPDM lançou a campanha de **Boas Práticas nas Redes Sociais**, com o objetivo de conscientizar os colaboradores sobre o uso das redes sociais, com o slogan **“Ao agir, falar e postar, curta o bom senso!”**. Esta edição descreve algumas dicas para uso adequado das redes sociais:



Posso utilizar meu e-mail institucional para criar contas nas redes sociais?

Não! Nunca use o e-mail institucional para cadastrar sua conta em mídias sociais.



Posso falar em nome da SPDM nas redes sociais?

Não! Nunca fale em nome da SPDM, exceto quando for designado para isso.



Posso inserir conteúdos nas redes sociais sem indicar a fonte de informação?

Não assuma a autoria de algo que não é seu e não deixe dúvidas quanto à autoria de obras que você divulga nas mídias sociais. Assim, sempre que achar necessário divulgar algo da instituição, compartilhe o link de páginas oficiais da SPDM, contendo o conteúdo desejado.

Ao evitar essas práticas, você não apenas fortalecerá sua imagem nas redes, mas também contribuirá para um ambiente digital mais saudável, seguro e respeitoso, além de preservar sua imagem nas redes.



A adoção de práticas responsáveis no uso das mídias sociais contribui diretamente para os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável da ONU, em especial o ODS 12, que promove o consumo e a produção responsáveis. Ao utilizar as redes sociais com ética e atenção, os colaboradores evitam a disseminação de informações enganosas ou prejudiciais, fortalecendo um ambiente digital sustentável e confiável. Além disso, essa prática também apoia o ODS 16, ao favorecer a construção de uma sociedade mais justa e transparente, onde as informações compartilhadas geram confiança e colaboram para um convívio social saudável e seguro. Ao seguirmos diretrizes para o uso consciente das redes, estamos contribuindo para um ambiente de trabalho mais ético e para uma sociedade digital mais informada e responsável.

Por fim, é possível afirmar que o uso adequado das redes sociais requer uma abordagem consciente, que valorize tanto os benefícios dessas plataformas, quanto os cuidados necessários para evitar excessos ou prejuízos. Ao estabelecer limites, adotar comportamentos éticos e priorizar a qualidade das interações, podemos transformar as redes sociais em ferramentas poderosas para aprendizado, conexão e expressão. Assim, o desafio não é apenas em como utilizar essas plataformas, mas também em como promover um ambiente virtual saudável, que beneficie a todos de forma sustentável e respeitosa.

Nas redes sociais, gentileza e consciência são as chaves para construir conexões saudáveis!