

Unidade 4

Anexo 1 - ATIVIDADES



4.1. Redes sociais no setor da saúde

ATIVIDADE 1: Pesquisa na Internet

Faça as seguintes pesquisas na Internet utilizando um motor de busca à sua escolha:

- Calculadora do Índice de Massa Corporal
- Site/informações de contato do seu próprio Centro de Saúde
- Efeito do tabagismo na saúde oral
- Gráfico de taxa de obesidade europeia/dados comparativos com o seu país
- Encontre uma imagem adequada sobre varicela



4.1. Redes sociais no setor da saúde

ATIVIDADE 2 - Avaliar a fiabilidade dos sites

Familiarize-se com um dos sites sobre saúde escolhidos e encontre respostas para as seguintes questões:

1. É o patrocinador/proprietário do site de um organismo público, faculdade de medicina, profissional ou não, organização sem fins lucrativos, ou está relacionada com um destes?
☐ Não
☐ Sim, qual ou quais: _____
2. Se não for patrocinado por um organismo público, faculdade de medicina, profissional ou não, organização sem fins lucrativos, o site é elaborado por um profissional de saúde ou faz referência a uma dessas fontes fiáveis para a sua informação de saúde?
☐ Não
☐ Sim, qual ou quais: _____
3. Porque é que o site foi criado? A missão ou o objetivo do patrocinador do site é claro?

4. Consegue verificar quem trabalha para a agência ou organização e quem criou as informações? Existe uma maneira de entrar em contato com o patrocinador do site?
☐ Não
☐ Sim: Organização: _____
 Contacto: _____
5. Quando é que a informação foi escrita ou a página da web foi atualizada pela última vez?
Data: _____
6. A sua privacidade está protegida?
☐ Não ☐ Sim ☐ Informação não disponível
7. O site oferece soluções incríveis para os seus problemas de saúde? São prometidas curas rápidas e milagrosas?
☐ Não ☐ Sim

4.1. Redes sociais no setor da saúde

ATIVIDADE 3: Revisão de sites de saúde

Cada participante deve familiarizar-se com alguns sites internacionais e nacionais sobre saúde, procurando informações sobre tópicos específicos do seu interesse ou tópicos como:

Sintomas de asma

Alergia a nozes e amendoins

Qual é a pressão sanguínea normal?

Os limites do uso moderado de álcool

Reumatismo



4.1. Redes sociais no setor da saúde

ATIVIDADE 4: Escolha uma aplicação móvel de saúde que lhe interesse

(Pode também escolher de entre os exemplos fornecidos). Faça o *download* da aplicação na sua loja de aplicações móveis e aprenda como usá-la.

Avalie o seguinte:

- Qual é o benefício da aplicação para o utilizador?
- A aplicação está direcionada para que públicos-alvo?
- Encaixa-se no público-alvo?
- Que tipo de efeitos na saúde a aplicação ajuda a alcançar?
- Como considera a privacidade do utilizador? Que informações a aplicação recolhe do utilizador?
- A aplicação inclui funções sociais?
- Pode usar a aplicação como um canal de distribuição de dados?
- Gostaria de usar a aplicação? Porquê?

Pesquise se existem opções concorrentes para a sua aplicação.

ON CALL

4.2 Escolha os seus canais

ATIVIDADE 1: Escolha o canal de comunicação correto.

Os participantes refletem sobre as características do seu grupo-alvo e selecionam um canal apropriado para esse grupo-alvo. Cada um cria a sua própria conta para esse canal.

1. Pense que tipo de canal de comunicação seria adequado ao seu público-alvo.
2. Que canal se encaixaria no tópico que deseja comunicar? Justifique a sua escolha!
3. Crie uma conta para o canal que selecionou.
4. Peça instruções ao seu formador, se necessário.
5. No final, faça uma discussão em grupo.
6. Cada participante deve dizer qual o canal que escolheu e justificar a sua escolha. A justificação deve ser escrita num *flipchart*.



4.2 Escolha os seus canais

ATIVIDADE 2: Criar uma mensagem em diferentes canais.

A atividade é realizada idealmente como um exercício de pares. Forneça o texto ou publicação relacionado com cada canal. Se os pares escolherem canais diferentes, discuta as possíveis necessidades desses canais.

Coisas a considerar:

- Abrangência da mensagem, possíveis limitações definidas pelo canal.
- Estilo de comunicação.
- Fontes de referência.



4.3. Criar e partilhar a sua mensagem

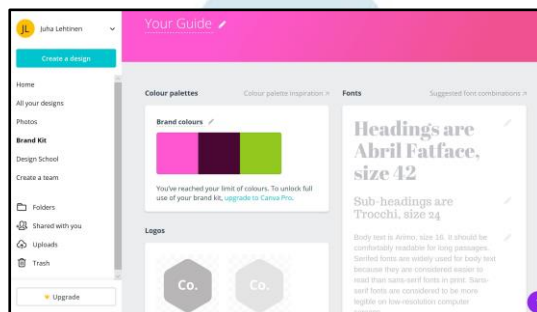
Aprendizagem autodirecionada

ATIVIDADE 1 - Orientações gráficas e visuais 1.5h

Crie o seu próprio guia gráfico, especifique as cores que usaria para os diferentes canais, tipografia e elementos.

Siga as orientações ao criar o novo material, mantendo um estilo consistente em todas as suas publicações.

As orientações produzidas nesta atividade são pessoais e livres e poderá escolher as ferramentas a serem usadas na realização da atividade. Recomendamos o uso do Canva ou do Photoshop, pois estes foram abordados nesta unidade. Se já conhece outros programas ou métodos de trabalho, também pode optar por usá-los.



O Canva contém uma ferramenta com as suas próprias instruções - o *Brand Kit* (manual de normas gráficas) encontrado na barra de ferramentas no lado esquerdo da visualização. Clique na ligação *Brand Kit* e insira as cores, fontes e logótipos que criou.

Defina pelo menos a tipografia (fontes e tamanhos) e cores. Lembre-se de que bons guias ajudam a manter o seu tema em diferentes canais.

ATIVIDADE 2 - Elementos visuais para a rede social selecionada 1h

No ponto 4 da Unidade 4, o formando aplica os guias e manuais gráficos para criar os elementos gráficos necessários, como uma imagem de perfil e uma imagem de fundo.

Exemplo: Se escolher o Facebook como o seu canal, crie os principais elementos da imagem:

- Foto do perfil no tamanho 360 x 360 px
- Foto da capa no tamanho de 851 x 315 px



ATIVIDADE 3 – A sua mensagem 1h

O formando cria o conteúdo de informações relacionadas com saúde que deseja partilhar, escolhendo um estilo de comunicação com base nas aprendizagens anteriores (0,5 h)

Nota: Se o conteúdo já foi criado na Actividade 2 do ponto 4.2, esta atividade pode ser ignorada, e pode usar o conteúdo criado anteriormente.

O formando seleciona as redes sociais de destino em que o conteúdo é publicado (0,5 h)



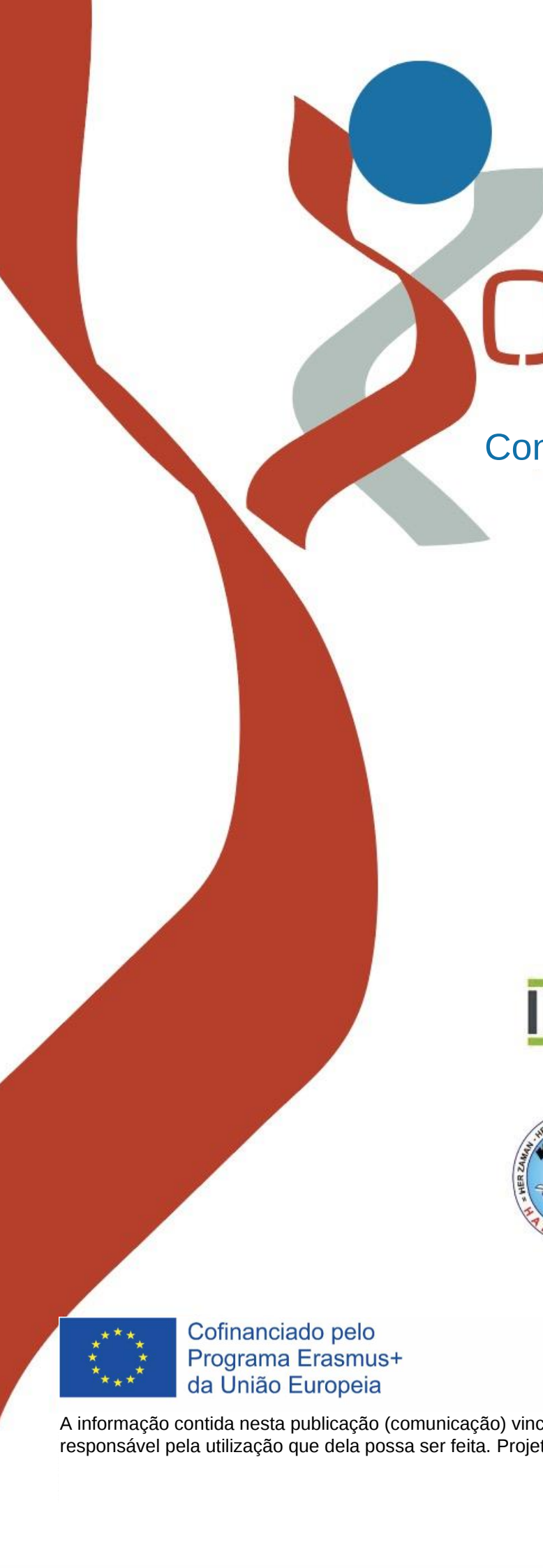
ATIVIDADE 4 - Posição e composição - juntar tudo (4h)

O formando produz material gráfico necessários para apoiar o conteúdo textual (2h)

O formando adapta o material da imagem e o conteúdo com uma mensagem adequada para a rede selecionada (1,5 h)

O formando publica o conteúdo na rede escolhida (0,5 h)





ON CALL

Conselheiros de Saúde Familiar



UČENÍČKA ZA
OSBAZOVANJE
ODRASLÝCH | ADULT
EDUCATION
INSTITUTION



AKLUB

INNEO

fip
Future In
Perspective



HUBKARELIA



Cofinanciado pelo
Programa Erasmus+
da União Europeia

A informação contida nesta publicação (comunicação) vincula exclusivamente o autor, não sendo a Comissão responsável pela utilização que dela possa ser feita. Projeto número 2018-1-UK01-KA204-048095