

Veículo: Vila Sucesso - TERRA
Data: 20/03/11



Use a internet a seu favor

Ter, 29/03/2011 - 05h01 - *Dinheiro*

seja a primeira a comentar

Comente com Facebook



comente 0 imprimir email favoritos

compartilhe: f o t e



Internet já faz parte do nosso dia a dia. Em casa, **no trabalho** e até na rua, via celular, estamos sempre conectados. Mas será que usamos esta tecnologia sempre a nosso favor? Na verdade não. Pesquisas revelam que trabalhadores desperdiçam **tempo** com atividades sem relação ao trabalho durante o expediente. E essa atitude é mais comum do que podemos imaginar!

Publicidade

Raquel eliminou **12 kg**

CASO DE SUCESSO
CyberDiet

> clique
faça como ela!

A Triad PS, empresa de consultoria em produtividade, colaboração e administração do tempo, realizou uma pesquisa sobre o assunto com 1.606 trabalhadores de todo o país. O resultado foi surpreendente: 85% das pessoas afirmaram utilizar **redes sociais** no horário de expediente. O twitter é o queridinho dos entrevistados, já que 94% dos entrevistados confessaram que acessam o microblog em horário de trabalho.

Valéria Nakamura, consultora da Triad PS, afirma que a maioria das pessoas perde mais tempo com checagem de e-mails: "Essa ferramenta é muito mal utilizada. As pessoas abrem a caixa postal de minuto em minuto, não têm um prazo pré-estabelecido. Essa ação, cada vez que é realizada, desperdiça de um a três minutos". A consultora garante que é necessário estipular horários para checagem de e-mail. O ideal seria a cada duas horas, totalizando quatro vezes ao dia.

Por mais que nós desejemos esta habilidade, nós não somos multitarefa. Ao pararmos uma atividade para fazer outra, perdemos muito tempo. Valéria ilustra: "Se você está fazendo um relatório e interrompe para abrir uma página na internet, naquele momento você perde o foco. Essa ação provoca uma demora muito grande para voltar ao trabalho que estava realizando, por isso você pode perder de dez a trinta minutos. Assim, a **internet** pode prejudicar ao invés de ajudar".

A pesquisa realizada pela Triad mostrou ainda que três horas, de uma jornada de oito, são gastas com bobagens e assuntos pessoais resolvidos pela internet, como por exemplo, pagamentos de contas e compras. Outras revelações impressionantes: 40% procuram, ou procuraram outro emprego durante o expediente, 11% veem pornografia e 2% praticam sexo virtual. Lembrando que a entrevista foi realizada com 1.606 pessoas de todo o Brasil.

leia também

- **Internet no ambiente de trabalho**
- **Os cuidados com o Internet banking**

Sobre navegar na internet, durante o expediente, Valéria elucida: "Não podemos afirmar qual seria uma média de tempo desperdiçado para que o prejuízo seja sentido, basta saber que é importante usar com bom senso". "No final do dia, se não conseguir realizar todas as suas tarefas é preciso checar o que está errado", recomenda a consultora. Não há resultados em relação à faixa etária. "Sabemos que

os mais jovens têm um acesso mais fanático, mas no geral todas as pessoas acabam desperdiçando tempo", finaliza Valéria.

Por Bianca de Souza(MBPress)