

Apresentação traz recomendações para facilitar gravação de vídeos

O Serviço de Comunicação Social lançou uma apresentação para facilitar a rotina de trabalho dos profissionais do INCA que passaram a utilizar vídeos com mais frequência desde o início do isolamento social. O material reúne dicas de como planejar a elaboração do conteúdo com tranquilidade e conduzir a gravação da melhor forma possível.

Determinar o público-alvo e o objetivo do vídeo é o primeiro passo. Uma boa ideia é ter à mão um roteiro ou mesmo um guia com os principais tópicos a serem mencionados, que devem ser posicionados abaixo do celular ou computador. De modo geral, a duração indicada é curta: comunicados podem ter até dois minutos e videoaulas, até dez.

Uma das orientações é encarar a gravação como uma conversa com alguém. Seja natural, olhe diretamente para



a lente da câmera e fale pausadamente, com frases sucintas, para que a mensagem seja compreendida com maior facilidade. Também é importante ter atenção à postura corporal: relaxe os ombros e escolha uma posição de apoio confortável para as mãos entre uma exposição e outra.

Em relação à vestimenta, a recomendação é usar roupas e acessórios pouco chamativos e dar preferência a peças lisas. Para o local da gravação, ambientes claros e silenciosos são a melhor opção. Uma parede branca ou um local que não tenha muitos objetos pode servir de cenário.

O documento traz ainda instruções sobre o uso do celular, para garantir que o vídeo tenha foco, qualidade e o melhor enquadramento, além de orientações que ajudam a aproveitar todos os recursos da plataforma de webconferência Mconf nas transmissões ao vivo.

MAIS NA INTRANET: O material na íntegra encontra-se em Comunicação Social/Normas e Documentos

SERVIÇO



Celulares também devem ser higienizados

Especialmente neste momento de isolamento social, é difícil ficar longe do celular. Para a maioria das pessoas, é um dos instrumentos de trabalho. Estudos indicam que tocamos no equipamento, pelo menos, duas mil vezes por dia. Não só tocamos como falamos nele, seja gravando áudios, seja atendendo a chamadas. É fato, portanto, que o telefone abriga muitos micro-organismos em sua superfície. Então, em tempos de Covid-19, não podemos descuidar de sua higiene.

Esse cuidado implica, primeiramente, o asseio das mãos. Na prevenção do contágio pelo coronavírus, o Ministério da Saúde e a Organização Mundial da Saúde recomendam lavá-las frequentemente com água e sabão ou higienizá-las com álcool 70%. A mesma substância também pode e deve ser usada para desinfetar objetos, e isso inclui os celulares.

De acordo com os maiores fabricantes de smartphones, para efetuar a limpeza sem danificá-los, é necessário remover a capa, desconectar qualquer cabo e desligar o celular. Basta umedecer um pano macio, sem fiapos (como aqueles utilizados para limpar lentes), com um pouco de álcool 70% ou álcool isopropílico 70%, e passar o pano suavemente em toda a superfície do aparelho. A capa precisa ser higienizada separadamente.

Algumas precauções devem ser tomadas no dia dia. Não deixe entrar umidade nas aberturas (conexão para carregamento, fones de ouvido, autofalantes, microfone) e jamais use soluções líquidas ou em gel diretamente no aparelho: a umidade e os resíduos dos produtos podem prejudicar os componentes eletrônicos.

Fonte: Portal do Servidor do Governo Federal