



Guia de xarxes socials de l'Agència de Qualitat i Avaluació Sanitàries de Catalunya

L'Agència de Qualitat i Avaluació Sanitàries de Catalunya (AQuAS) és una entitat de dret públic adscrita al Departament de Salut de la Generalitat de Catalunya que actua al servei de les polítiques públiques. L'AQuAS té la missió de generar coneixement rellevant mitjançant l'avaluació i l'anàlisi de dades per a la presa de decisions amb la finalitat de contribuir a la millora de la salut de la ciutadania i la sostenibilitat del sistema de salut de Catalunya. L'AQuAS és membre fundador de la International Network of Agencies of Health Technology Assessment (INAHTA) i de la International School on Research Impact Assessment (ISRIA), és membre corporatiu de la Health Technology Assessment International (HTAi), del CIBER d'Epidemiologia i Salut Pública (CIBERESP), de la Red de Investigación en Servicios Sanitarios en Enfermedades Crónicas (REDISSEC), de la Red de Investigación en Cronicidad, Atención Primaria y Promoción de la Salud (RICAPPS) i és Unitat Associada a INGENIO (CSIC-UPV). L'any 2019 AQuAS va ser reconeguda amb la medalla Josep Trueta al mèrit sanitari per part del Govern de la Generalitat de Catalunya.

Es recomana que aquest document sigui citat de la manera següent: Guia de xarxes socials de l'Agència de Qualitat i Avaluació Sanitàries de Catalunya. Barcelona: Agència de Qualitat i Avaluació Sanitàries de Catalunya. Departament de Salut. Generalitat de Catalunya; 2022.

Les persones interessades en aquest document poden adreçar-se a:

Agència de Qualitat i Avaluació Sanitàries de Catalunya.

Roc Boronat, 81-95 (segona planta). 08005 Barcelona

Tel.: 93 551 3888 | Fax: 93 551 7510 | <http://aquas.gencat.cat>

© 2022, Generalitat de Catalunya. Agència de Qualitat i Avaluació Sanitàries de Catalunya

Edita: Agència de Qualitat i Avaluació Sanitàries de Catalunya

Primera edició: Barcelona, juny 2022

Correcció: Àrea de Comunicació



Els continguts d'aquesta obra estan subjectes a una llicència de Reconeixement-NoComercial-SenseObraDerivada 4.0 Internacional.

La llicència es pot consultar a:

<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/deed.ca>

Índex

Introducció	4
L'Agència de Qualitat i Avaluació Sanitàries de Catalunya a les xarxes socials	5
Beneficis de la presència a les xarxes socials	6
Els perfils.....	7
El contingut.....	9
Consells i recomanacions d'ús a xarxes social	18
Primeres passes per al personal de l'Agència de Qualitat i Avaluació Sanitàries de Catalunya.....	18
Normes de participació	20
Consells i recomanacions de seguretat	22
Com trobar continguts rellevants	23
Com ampliar la meva xarxa de contactes	26
Com fer continguts amb impacte	27
Fer aportacions i resoldre possibles dubtes	28
Eines	29
Twitter.....	29
Linkedin	31
Youtube	33
Bibliografia	34

Introducció

Aquesta guia va dirigida a les persones que treballen a l'Agència de Qualitat i Avaluació Sanitàries (AQuAS), per tal de facilitar una sèrie de recomanacions pràctiques per potenciar el seu talent personal i professional quan participen a les xarxes socials i assegurar una bona experiència.

En l'ús de les xarxes socials, podem distingir entre perfils corporatius i perfils personals, amb característiques i objectius diferents, però també molts elements en comú. L'ús de les xarxes socials, tant en l'àmbit professional com en l'àmbit personal, afavoreix que s'avanci cap a formes d'intel·ligència col·lectiva (1) que estan canviant les organitzacions i la manera com es relacionen les persones.

L'objectiu d'aquesta guia és establir unes pautes comunes per a la presència homogènia de l'AQuAS a les xarxes socials i determinar el procediment que cal seguir per crear perfils. Aquesta guia s'ha elaborat a partir de la Guia de xarxes socials de la Generalitat de Catalunya (1).



L'Agència de Qualitat i Avaluació Sanitàries de Catalunya a les xarxes socials

L'objectiu que té l'AQuAS amb la presència a les xarxes socials és donar a conèixer al públic objectiu l'actualitat de l'agència i l'activitat que s'hi du a terme.

La presència de l'AQuAS a xarxes socials actualment està centrada en dues plataformes: Twitter i LinkedIn. Per una banda, a Twitter, amb un perfil professional orientat a la ciutadania. I per una altra banda, a LinkedIn, amb un perfil també professional, però més orientat a professionals.



Twitter: [@AQuAScat](https://twitter.com/AQuAScat)



LinkedIn: [@AQuAS](https://www.linkedin.com/company/aquas)

El compte de Twitter es va posar en marxa el novembre de l'any 2014 i el compte de LinkedIn el gener de l'any 2019.

L'AQuAS també disposa d'altres xarxes socials que ara mateix no es troben actives, com el blog AQuAS, actiu des de desembre de 2014 a abril de 2019, i un compte a Slideshare, actiu des de març del 2016 fins a maig del 2017.

Des de juny de 2021 es disposa també d'un compte a Youtube.

Beneficis de la presència a les xarxes socials

A les xarxes socials podem trobar:

- 1) Informació amb un to proper pel fet de tenir lloc en un entorn personal.
- 2) Interès cap a continguts del web corporatiu o cap a altres recursos corporatius.
- 3) Xarxes d'usuaris amb qui es comparteix públicament informació de manera bidireccional i s'estableix, potencialment, una interacció o una conversa.

La informació que es pot obtenir a partir de la interacció que es deriva de la presència a les xarxes socials, pot ser rellevant en termes de reputació online i de millora de la qualitat de continguts i de serveis d'una institució.

Parlem de reputació online com al conjunt d'accions en xarxes socials que responen a l'objectiu estratègic de transmetre confiança i de generar un compromís amb professionals i ciutadania.



Els perfils

Perfils corporatius

Els perfils corporatius són la veu visible de la institució a les xarxes socials, responen als objectius i a l'estratègia de comunicació de la institució a què pertanyen i no emeten opinions personals. Són perfils que segueixen les normes bàsiques de comportament a xarxes socials.



Les xarxes socials són una eina útil per fer difusió de la informació. Tanmateix, cal tenir present que, pel fet que entren en el terreny de la ciutadania (1), impliquen el deure de participar en la conversa, especialment quan s'hi plantegen preguntes.

Els continguts es planifiquen amb antelació perquè responen a una estratègia corporativa i, al mateix temps, a l'actualitat, com per exemple, amb el seguiment d'una jornada en directe.

Els objectius responen principalment a incrementar la notorietat de marca i donar visibilitat a l'activitat. La forma d'aconseguir-ho és amb el treball dels continguts, formats i altres estratègies dirigides al creixement de seguidors. Periòdicament, es realitza una avaluació del rendiment a xarxes socials, per tal d'analitzar i reajustar la programació als objectius marcats.

Tot i que la freqüència de publicació acostuma a ser estable, pot estar condicionada per les notícies i esdeveniments de l'actualitat i les urgències internes quant a difusió de continguts.

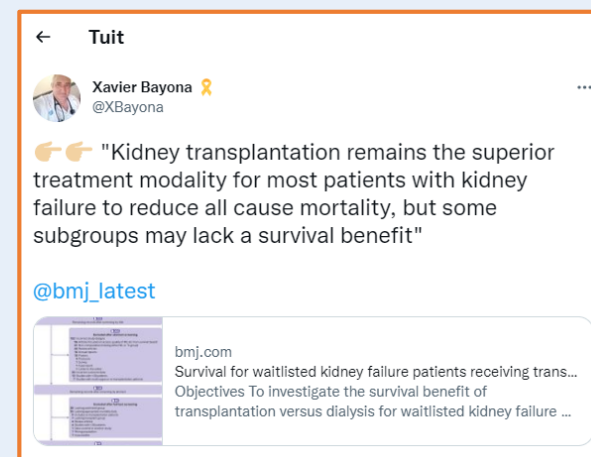


La freqüència mitjana de publicació de comptes corporatius es recomana que se situï al voltant dels 5 missatges diaris a Twitter i 2 missatges setmanals a LinkedIn, però aquestes xifres poden variar si ho requereix la política de comunicació de la institució o si hi ha algun objectiu específic marcat. La Generalitat recomana que els comptes institucionals actius mantinguin una freqüència de publicació de 150 *tweets* mensuals (5).

Un altre element important a l'hora de planificar continguts és l'elecció de la franja horària en que es publica, a través de la detecció del moment òptim per arribar al nostre públic.

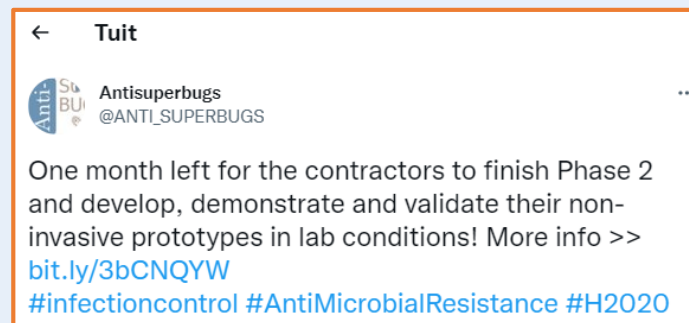
Perfils personals

A l'hora de crear-se un perfil personal en una xarxa social, cal utilitzar un correu electrònic personal. Els perfils personals poden tenir presència a xarxes socials de diferents maneres. L'ús més habitual a les xarxes socials implica la interacció amb altres usuaris mitjançant algun tipus de reacció als continguts d'altres usuaris i la generació de continguts als quals altres usuaris poden reaccionar. És un espai de llibertat i d'expressió personal on es poden simultaniejar continguts més personals i continguts més professionals. Es recomana conèixer les normes bàsiques de comportament a xarxes socials de la Generalitat (4) i les de cada canal, disponibles en la seva pàgina web (6,7).



Altres perfils

Alguns projectes o iniciatives poden tenir perfils a xarxes socials que funcionaran com a perfils corporatius, malgrat estar vinculats a més d'una institució, i seran gestionats per un equip de persones o per una sola persona. Cal conèixer les normes bàsiques de comportament a xarxes socials (6,7). Es recomana que la llengua sigui la de l'àmbit del projecte i es pot valorar també l'ús de les llengües dels diferents agents implicats. Quant a la freqüència de publicació, es recomana que no sigui inferior a 2 missatges setmanals a Twitter i 1 missatge mensual a LinkedIn.



El contingut

Línia editorial

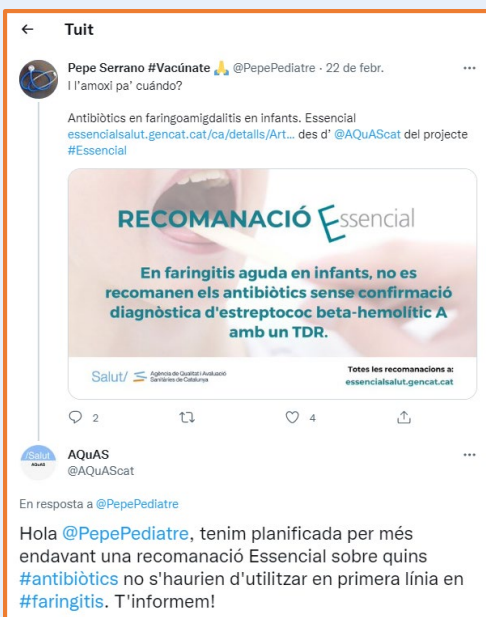
La línia editorial del perfil corporatiu de l'AQuAS a les xarxes socials segueix l'estratègia de comunicació de la institució i la seva Direcció. Com que es tracta d'un perfil corporatiu, no emet opinions personals. Els continguts que s'elaboren es preparen, revisen i es prioritzen per part de l'equip de comunicació.

El to amb què es conversa des de xarxes socials ha de ser proper, sense perdre la formalitat. En el cas de l'AQuAS, s'ha prioritzat l'ús de la segona persona del singular.

La redacció dels continguts ha de ser lingüísticament correcta, sense errors tipogràfics, ortogràfics, gramaticals, ni lèxics.



La llengua utilitzada de manera majoritària serà el català. També es poden redactar continguts en castellà i en anglès quan hi ha una intenció específica d'arribar a un públic determinat a qui es dirigeix la informació i també segons el tipus de contingut de què es tracti.



Totes les comunicacions a les xarxes socials de l'AQuAS responen als principis de col·laboració, transparència, corresponsabilitat, coneixement obert, orientació de servei públic i accessibilitat.

Per fomentar la conversa, la transparència i la voluntat de servei d'un perfil corporatiu a xarxes socials, es recomana que l'equip que gestiona les xarxes socials faci el possible per contestar i agrair els comentaris que es rebin en un termini de 48 hores com a màxim, considerant que l'horari laboral és de dilluns a divendres de 9 a 17 hores.

Tipus de continguts

Des del compte corporatiu, fem difusió de continguts que responen a l'activitat, missió i valors de l'Agència. Destaquen els següents tipus de continguts:

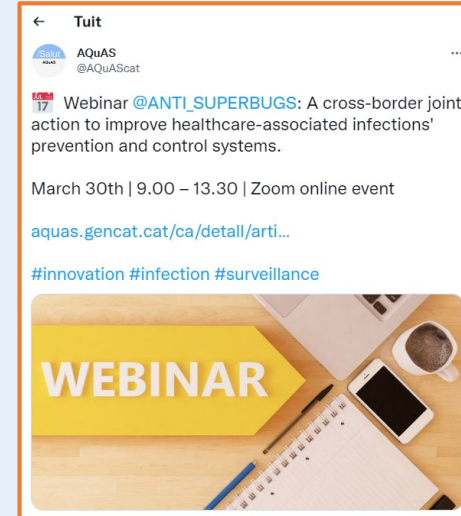
Difusió d'informes i articles publicats



Difusió de notícies corporatives i actualitat



Difusió de jornades



Ofertes de feina



Missió i valors



Noves incorporacions



Contingut estratègic corporatiu

← Tuit

AQuAS @AQuAScat

Coneixes la nova Central de Resultats de **#Recerca** interactiva?

- ✓ Fomenta el retiment de comptes: gestió de recursos i resultats
- ✓ Contribueix a la transparència
- ✓ Permet establir criteris clars de suport a la recerca biomèdica amb recursos públics

aquas.gencat.cat/ca/ambits/rece...

Central de Resultats de Recerca en salut de Catalunya

Salut/ Agència de Qualitat i Avaluació Sanitàries de Catalunya

107 visualitzacions 0:03 / 0:29

← Tuit

AQuAS @AQuAScat

La recerca del programa PADRIS d'anàlisis de dades permet generar coneixement per millorar la salut de les persones amb el potencial de la ciència de dades.

📄📊 Projecte comorbiditat demència i càncer @mmayerp @IMIM_research

bit.ly/SomPADRIS

#PADRIS #RecercaPADRIS

“L'ús de big data permet caracteritzar l'evolució temporal i trajectòries de comorbiditat en el conjunt de la població”

MIGUEL ÀNGEL MAYER
Medicina de sistemes per a l'estudi de les comorbiditats a Catalunya

← Tuit

AQuAS @AQuAScat

Manual per a **#pacients** i **#ciutadania** sobre avaluació de tecnologies sanitàries per contribuir a incorporar la seva **#participació** en projectes d'una manera informada.

Consulta i comparteix l'informe **#AQuAS**: aquas.gencat.cat/web/content/m...

#HTA #redETS #JoAvaluo

Seguiment i participació en directe de jornades

← Tuit

AQuAS @AQuAScat

A punt per participar a la taula FORECAST: El valor de la mHealth moderada por @armayones @eHealthUOC on participem amb una ponència de @XBayona, director d'AQuAS.

#mHealthBCNConference2022 @FundacioniSYS #mHealth

fundacionisys.org

mHealth BCN Conference 2022 - El valor de la mHealth

El próximo 24 de febrero de 2022 se celebrará la cuarta edición del mHealth BCN Conference, organizada por la ...

← Tuit

AQuAS @AQuAScat

Iniciem el webinar amb un agraïment a les persones implicades en l'elaboració de les eines de Decisions Compartides amb @mmoharra i Judit Baijet parlant de metodologia de les 11 eines disponibles per ajudar a impulsar un model deliberatiu en salut.

#DecisionsCompartides

Com s'elabora una eina de decisions compartides a l'AQuAS?

Després amb la presentació de continguts de forma que s'ha acordat: contextual, es procedirà a treballar en **videoconferència de casos** seguint estructura general:

1. Informació general
2. Objectiu de l'informe
3. Composició d'equips
4. Professions
5. Herramientes personalitzades
6. Proposats Resultats

← Tuit

AQuAS @AQuAScat

El webinar de Salut Participativa d'avui ha estat tot un èxit. Seguim!

♥ Gràcies ponents i assistents!

@airidp @thecarelab @AlmazanCari @mmoharra @vmontori @patientrev @jmcaro103 @RoblesMangel @cemcat_em @MarCasasnovas1 @vallhebron @icscatcentral @2gespetites @XBayona


PRESENTACIÓ GUIA DE RECOMANACIONS

Salut Participativa per a una atenció centrada en el valor

Per promoure una convivència més equitativa entre professionals, pacients i cuidadores/es

Contingut participatiu

← Tuit

 AQuAS @AQuAScat

Quines temàtiques de la iniciativa Essencial t'interessen més?

(La iniciativa Essencial té recomanacions de més de 30 temàtiques/especialitats)


essencialsalut.gencat.cat/ca/recomanacio...

#preguntaquas

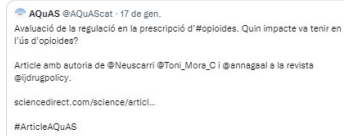
Pediatría	13,6%
Salut mental	45,5%
Cardiovascular	31,8%
Embaràs	9,1%


22 vots · Resultats finals

← Tuit

 Neus Carriero Carrió @Neuscarrri

La gestió, els canvis administratius, etc... TOT pot afectar en indicadors en salut!! És important avaluar-ho i ser-ne conscients sempre que es fa una nova política. #totimpactaensalut





← Tuit

 Jesús Palacio @je_pala

Episiotomía en parto vaginal: si indicada y con consentimiento, no de rutina. En los partos eutócicos, la episiotomía selectiva presenta mejores resultados que la rutinaria para la madre, sin causar efectos adversos al recién nacido

Vía @AQuAScat essencialsalut.gencat.cat/es/details/Art... #SegPac

rtos eutócicos, la episiotomía selectiva presenta mejores resultados para la madre, sin causar efectos adversos al recién nacido.

e con la evidencia actual, no hay situaciones específicas donde la escindible. La decisión de llevarla a cabo se tendría que basar en acciones clínicas.

de que la episiotomía esté indicada, se le ha de explicar el motivo y el consentimiento antes de realizarla.

Suport d'iniciatives a xarxes socials dels nostres stakeholders

← Tuit

 Fons europeus a Catalunya @FonsUECat

Convocatòria @HosmartAI

Tecnologies #IA pel sector sanitari

8/04
bit.ly/3lw97T1

@ticsalut @AQuAScat @IIIACSIC @CIDAI_eu @acia_cat @OEIAC_UdG @IdeaiUpc @dca_cat @Cluster_Digital



← Tuit

 ACCIÓ @accio_cat

Si et vas perdre la sessió de presentació del PERTE per a la Salut d'Avantguarda dels #NextGenerationEU, ja la pots recuperar!

Coneix les iniciatives per finançar projectes per transformar el sector sanitari a través de la #innovació

@AQuAScat



youtube.com
Next Generation EU: presentació PERTE per a la Salut d'Av...
En aquesta sessió coneixem el Projecte Estratègic per a la Recuperació i Transformació Econòmica (PERTE) per a la ...

← Tuit

 Salut @salutcat

La secretària #SalutPúblicaCat Carmen Cabezas participa en un webinar d'empoderament feminista organitzat per @agipcat en el marc del #8M #ConstruimFutur

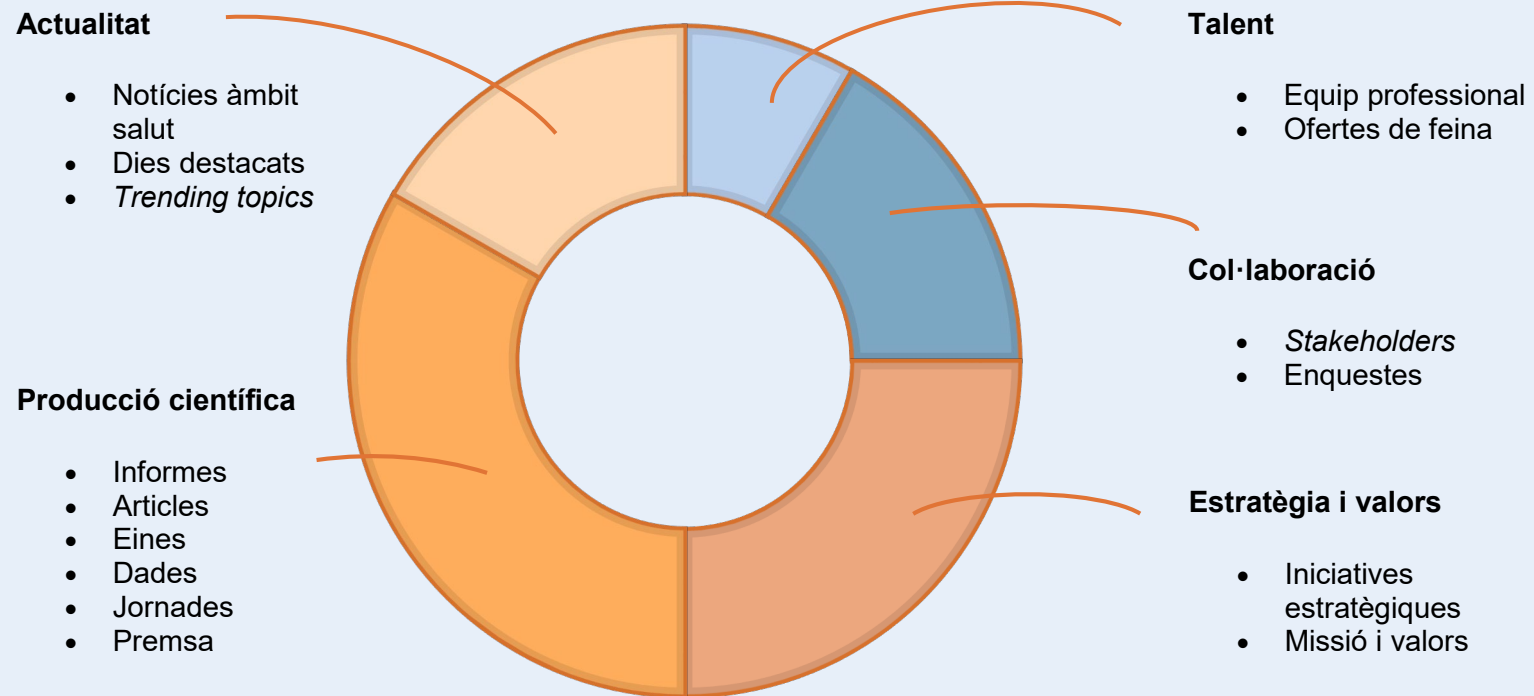
Ho pots seguir a youtube.com/watch?v=8YhyID...





Aquests continguts formen part de campanyes de comunicació. Són continguts treballats estratègicament (freqüència, format, llengua i xarxa social) que responen a un objectiu concret.

Tipus de continguts a les xarxes socials



Redacció de continguts

La redacció dels continguts a xarxes socials AQuAS busca un equilibri entre la informació rigorosa i un to proper. Es prioritza l'ús de la segona persona del singular. També s'intenta trobar un equilibri entre llenguatge planer, apte per a tota la ciutadania, i un llenguatge més tècnic, per al públic més professional. L'ús d'emoticones, de *hashtags*, de vídeos i d'imatges animades s'utilitzen, però es recomana que s'utilitzin amb moderació per no interferir en excés en el missatge. El perfil corporatiu treballa per mostrar un missatge el màxim visual possible sempre i quan el contingut ho permeti.

Imatge i marca

Si bé es recomana mencionar l'Agència de Qualitat i Avaluació Sanitàries de Catalunya amb el seu nom complet, en les nostres comunicacions a xarxes socials podem utilitzar l'acrònim AQuAS en casos estrictament necessaris degut a la falta d'espai. Quan l'utilitzem, recomanem respectar la distribució de majúscules i minúscula de l'acrònim AQuAS.

En cas que calgui utilitzar el logotip de l'AQuAS, cal fer-ho correctament. L'equip de Comunicació vetlla activament perquè sigui així. En cas de participar en projectes amb altres institucions que mostren el nostre logotip, caldrà assegurar-se d'utilitzar la versió correcta. En cas contrari, no serà possible donar suport a aquella imatge des dels comptes corporatius de la institució. La versió més actual la trobareu disponible a la Intranet de l'Agència.



Calendari editorial

El calendari de publicacions es defineix de manera estratègica i anticipada(2), malgrat que hi ha espai per a la flexibilització de continguts.

← Tuit

 AQuAS
@AQuAScat

Avui que és el **#DiaMundialcontraelCancer** aportem des d'AQuAS informació per a pacients, rigorosa, actualitzada i propera. L'eina de Decisions Compartides de reconstrucció mamària pot ser un recurs útil.

decisionsc compartides.gencat.cat/ca/decidir-sob...

[#DecisionsCompartides](#) @salutcat @consellpacients



← Tuit

 AQuAS
@AQuAScat

La distribució d'homes i de dones en les diferents categories professionals en el conjunt de centres en recerca en salut segueix una tendència en forma de tisora oberta molt visual i significativa ✂

aquas.gencat.cat/ca/ambits/rece...

[#8M](#) [#8M2022](#) [#8MCadaDia](#) [#JoSocHipàtia](#)
@salutcat



Tanquem la tisora de gènere?

Salut / Agència de Qualitat i Seguretat Salut / Departament de Salut

Dones ♀

Homes ♂

Suport

Lideratge

Consells i recomanacions d'ús a xarxes social

Primeres passes per al personal de l'Agència de Qualitat i Avaluació Sanitàries de Catalunya

1

Les primeres passes en la creació d'un compte personal inclouen escollir un nom, una fotografia i una biografia molt breu. Després, es recomana seguir un nombre no gaire elevat de comptes rellevants per als nostres interessos personals i professionals, tenint en compte que aquests usuaris a qui seguim seran visibles des del nostre perfil. Cada xarxa social respon a una finalitat diferent i recomanem triar els continguts i les imatges que s'hi utilitzin de manera que estiguin alineats amb el seu objectiu, més professional o més divulgatiu.

2

El següent pas és l'escolta activa dels perfils a qui seguim per acostumar-nos a les particularitats de cada xarxa social. El següent pas pot ser la interacció amb continguts d'altres usuaris, personals o corporatius, tenint en compte la visibilitat que tindran en el nostre propi compte.

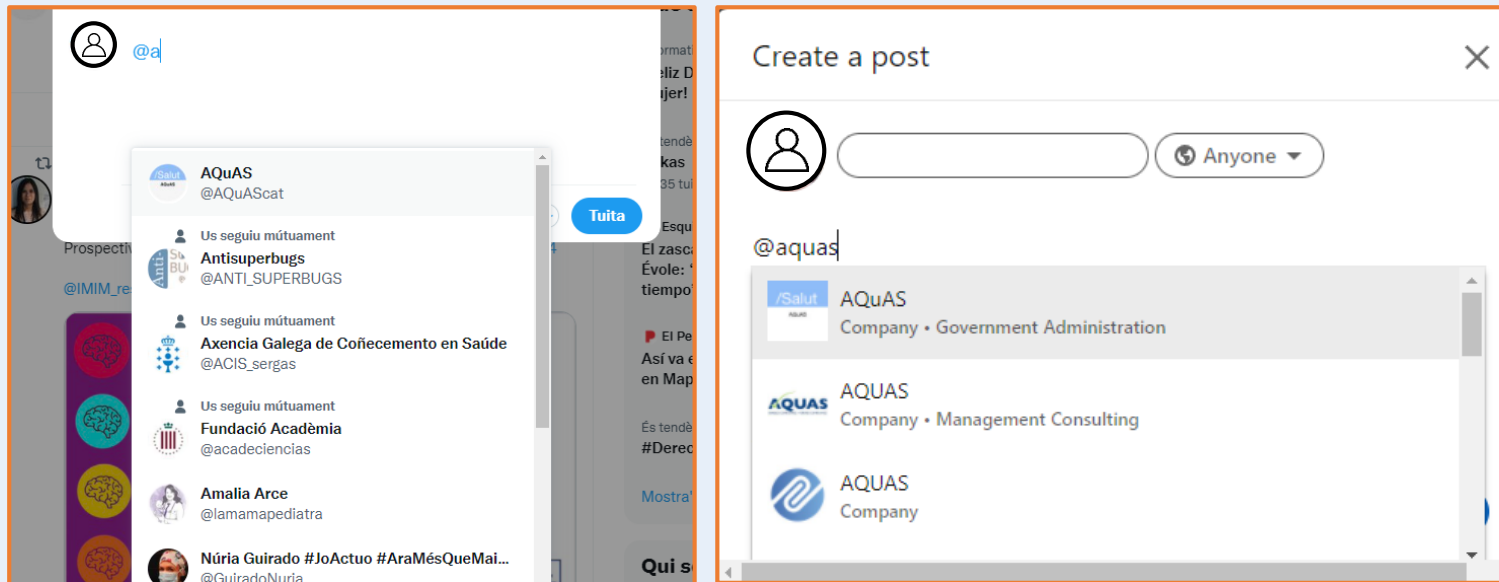
3

Finalment, podem fer el pas de generar contingut propi. Aquest contingut propi es recomana que sigui adequat al nostre estil i correcte des del punt de vista ortogràfic i gramatical, però algunes llicències hi són permeses i certa informalitat també. En qualsevol cas, és important no publicar fins que no estem molt segurs del contingut que volem publicar.

Els passos indicats són una recomanació i és l'usuari qui tria la seqüència més adequada segons els seus interessos. Hi ha passos que es poden fer simultàniament i d'altres que es poden realitzar en ordre invers.

Algunes preguntes que ens podem fer abans de publicar un missatge a xarxes socials: He rellegit el text per si hi ha alguna errada tipogràfica que pugui evitar? He de buscar alguna paraula al diccionari o puc utilitzar algun sinònim? El meu text pot ofendre alguna persona o algun col·lectiu? Són correctes les mencions que he fet?

Si volem mencionar AQuAS correctament, en el cas de Twitter cal escriure @AQuAScat i en el cas de LinkedIn @AQuAS. Un cop fet, caldrà seleccionar el compte de la institució. És necessari assegurar-nos que hem mencionat AQuAS i no una altra institució per error.



Sobre la freqüència de publicació, per a usuaris personals que vulguin iniciar la seva presència a xarxes socials, es recomana començar amb una activitat d'una publicació setmanal a Twitter i una publicació mensual a LinkedIn. Recorda que "menys és més". Prioritza que els teus continguts tinguin continuïtat en el temps.

L'activitat a les xarxes socials és asíncrona, no cal coincidir en un mateix moment perquè hi hagi interacció.

No és imprescindible llegir tot el que publiquen tots els usuaris a qui segueixis. Pots marcar-te rutines saludables per regular i optimitzar la teva relació amb les xarxes socials i el temps de dedicació.

En cas de mencionar el compte corporatiu, caldrà tenir en compte que es parla d'una institució. En aquest cas, el perfil personal es responsabilitzarà de fer un bon ús de la informació publicada: contrastar la veracitat del contingut i no publicar informació que pugui ser de caire confidencial relacionada amb l'activitat de l'Agència. Davant de qualsevol dubte, es recomana contactar amb la unitat de Comunicació.

En cas que la persona vulgui expressar opinions personals alienes a la institució i esmenti que treballa a la institució a la seva biografia de Twitter, es recomana que també s'expressi en el mateix apartat de biografia que el seu perfil recull opinions personals.

Normes de participació

Les normes de participació a xarxes socials, és a dir, les normes de *netiqueta* pròpies de cada canal, es poden consultar en cada canal, són públiques i evolucionen segons les tendències d'ús dels seus usuaris i funcionen com a recomanacions per tal de garantir una comunicació respectuosa. Cal respectar totes les opinions encara que no es comparteixin.

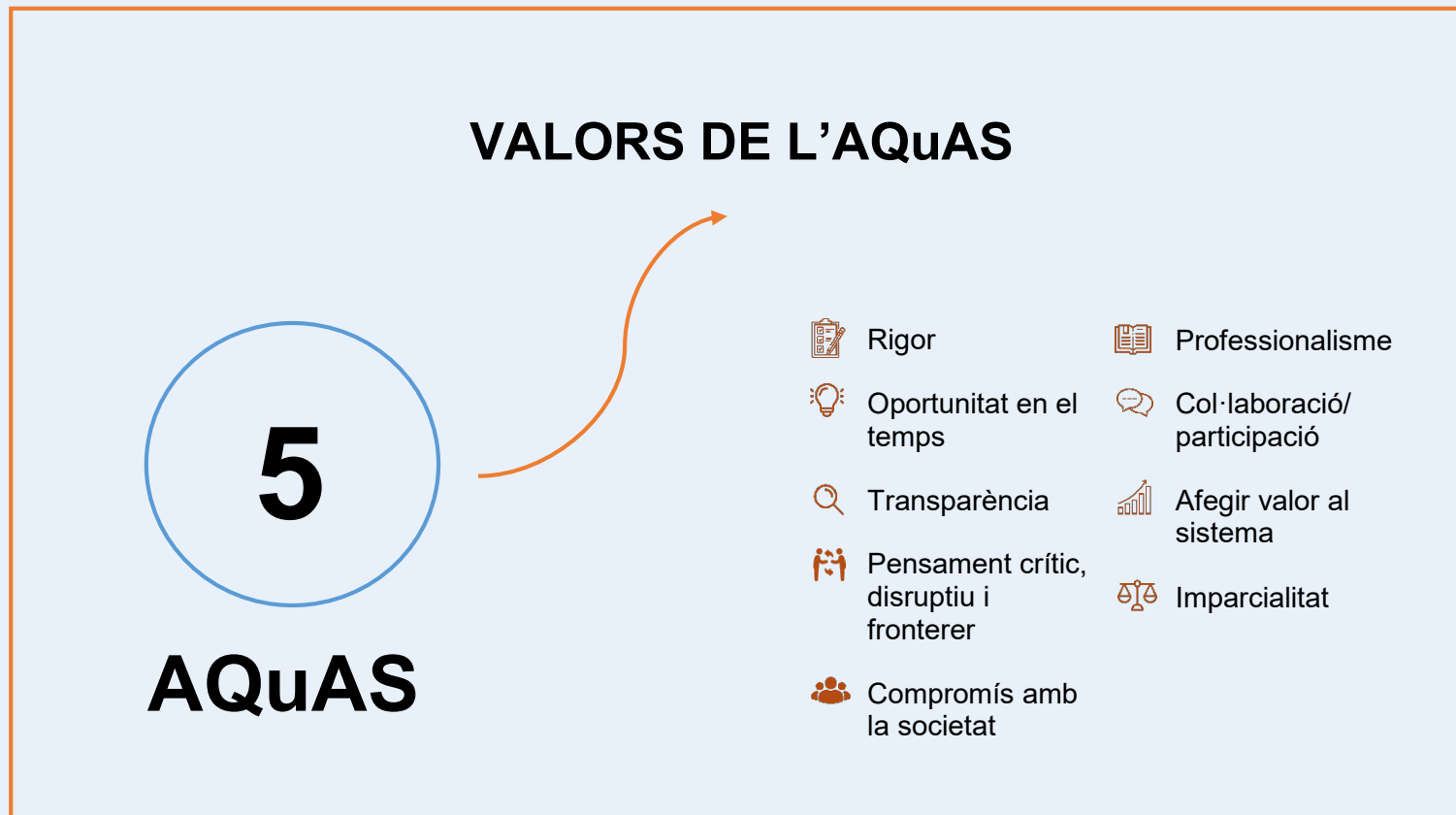
Es recomana comprovar la política de drets d'autoria (*copyright*) dels continguts que es comparteixin.

Es recomana vetllar per no fer publicitat directa ni indirecta d'empreses amb ànim de lucre.

Es recomana que les participacions personals en xarxes socials sobre els objectius i l'activitat de l'AQuAS, o en representació de l'AQuAS, es comuniquin amb antelació a l'equip de comunicació.

Es confia en la professionalitat i el criteri de les persones que treballen a l'AQuAS en les seves comunicacions en xarxes socials i es recomana que no entrin en contradicció amb els valors, missió i visió de la institució.

Pla Estratègic AQuAS 2017-2020



La [missió i visió](#) de l'AQuAS es pot consultar a la seva pàgina web. Els [valors](#) de l'AQuAS es poden consultar en el seu Pla Estratègic.

Segons la guia de xarxes socials de la Generalitat (1), els comentaris a les xarxes socials haurien de:

- Ser pertinents i no allunyar-se del tema tractat.
- Mantenir el respecte i no ofendre ni atemptar contra la dignitat d'altres persones.
- No contenir dades de caràcter personal.
- No tenir com a objectiu enganyar, desorientar o estafar la ciutadania.
- No violentar cap llei de drets d'autoria i propietat intel·lectual.
- No ser contingut promocional ni *spam*.

Les [normes de participació](#) es poden consultar a l'espai de Serveis Digitals i Experiència Ciutadana de la Generalitat de Catalunya

Sempre que sigui possible, es recomana compartir enllaços a espais webs corporatius per tal de generar tràfic i contribuir així al seu posicionament com a font d'informació de referència.

Consells i recomanacions de seguretat

- Mantenir els sistemes operatius i programes actualitzats a la darrera versió.
- Protegir els dispositius amb contrasenya i amb bloqueig automàtic.
- Utilitzar les aplicacions oficials.
- Utilitzar contrasenyes complexes, renovar-les de manera periòdica i utilitzar una contrasenya única per a cada servei. Activar el segon factor d'autenticació sempre que sigui possible.
- Prioritzar la connexió pròpia a Internet i evitar xarxes de tercers, especialment xarxes wifi desconegudes.

Com trobar continguts rellevants

Consultar continguts dins d'una xarxa social es pot fer mitjançant la cerca de paraules i de *hashtags*. Els *hashtags* són etiquetes d'informació que faciliten trobar continguts d'aquella temàtica. Alguns d'ells són creats per la institució amb objectius de marca i d'usabilitat.

Normalment, s'inclouen alguns *hashtags* d'ús freqüents per als continguts de l'AQuAS. Recomanem prioritzar el seu ús abans de crear-ne nous.

Tot seguit, es presenta un recull dels *hashtags*^a més utilitzats en els comptes corporatius de l'AQuAS a les xarxes socials i que recomanem utilitzar també en els perfils personals.

#AQuAS

L'utilitzem quan publiquem un informe nou per identificar ràpidament la nostra producció científica i el coneixement que generem.

#ArticleAQuAS

L'utilitzem quan hi ha una publicació en una revista científica amb autoria explícita de l'AQuAS d'algun investigador o investigadora de la institució.

^a Informació subjecte a canvis segons necessitats.

#EssencialSalut

Totes les recomanacions del projecte Essencial i les notícies d'aquesta iniciativa.

#DecisionsCompartides

Totes les notícies d'aquesta iniciativa.

#JoAvaluo

L'utilitzem per reforçar el concepte d'avaluació de tecnologies sanitàries.

#JoAQuAS

Es va crear al març del 2020, inicialment per motius de la pandèmia, per diverses campanyes de conscienciació i posicionament de la institució.

#ObservatoriDesigualts

Totes les notícies de l'Observatori de les Desigualtats en Salut.

#ObservatoridelaMort

Totes les notícies de l'Observatori de la Mort.

#CentralResultats

Totes les notícies de Central de Resultats.

#JoSocHipàtia

Campanya de conscienciació sobre gènere i recerca del projecte d'Hipàtia.

#PADRIS

Totes les notícies del Programa d'Analítica de Dades per a la Recerca i la Innovació en Salut (PADRIS).

#RecercaPADRIS

Campanya de testimonis de recerca del Programa d'Analítica de Dades per a la Recerca i la Innovació en Salut (PADRIS).

#ExpertAQuAS

Articles llargs de LinkedIn.

#jobsAQuAS

Ofertes de feina d'AQuAS.

#AQuASTalent

Noves incorporacions a l'equip de treball d'AQuAS.

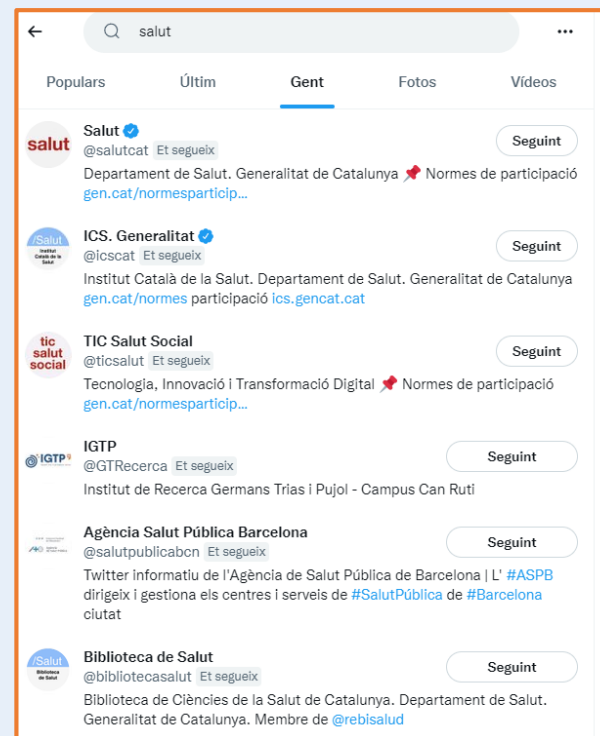
Com ampliar la meva xarxa de contactes

Una manera d'ampliar els teus contactes a xarxes socials és a través de continguts d'interès. Identificar continguts rellevants del teu àmbit professional és un procés que pot començar amb la cerca dels següents perfils:

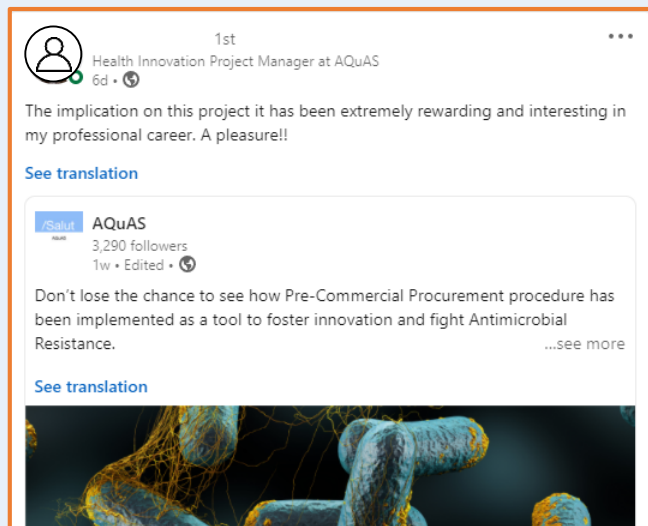
- Institució on treballes
- Institucions on has treballat
- On has estudiat
- Persones amb qui treballes o has treballat
- Institucions del sector on treballes
- Persones d'altres institucions amb qui col·labores
- Institucions del sector acadèmic del teu interès

Autors de recerca del teu àmbit

Quan un usuari et segueix, no estàs obligat a seguir-lo tu també. Recorda que la llista de persones a qui segueixes a Twitter és pública. Revisar la llista de persones a qui segueix un perfil d'interès pot servir-te d'inspiració per trobar altres perfils d'interès.



Com fer continguts amb impacte



Utilitza les xarxes socials al teu favor. Comunicar reflexions, compartir els teus assoliments professionals, fer una expressió d'interès d'algun tema i apropar el coneixement que es genera en el teu lloc de treball són maneres recomanables de ser present a les xarxes socials. Les opinions es poden expressar des de les xarxes socials en els perfils personals.

La institució on treballes difon, a través de les xarxes socials, els productes en què estàs implicat/da, els valors de la institució com poden ser el rigor científic, la participació, l'evidència científica, l'avaluació, la innovació, l'anàlítica de dades i la recerca i, d'igual manera, totes les feines transversals i de suport.

L'impacte que pot tenir un contingut a xarxes socials el decideixen les persones que interaccionen amb aquest contingut en forma de lectura, expressió d'haver agradat, compartir la informació i fer comentaris a una publicació.

Aportar informació veraç (3) i un missatge ben escrit són els requisits mínims a nivell de perfil personal.

Aportar informació veraç, correcta i de qualitat amb un missatge ben escrit, un enllaç, una imatge, *hashtags* i una crida a l'acció són els requisits habituals a nivell de perfil corporatiu.



Fer aportacions i resoldre possibles dubtes

Fer aportacions a les de xarxes socials de l'AQuAS es pot fer de tres maneres diferents:

1. Des d'una xarxa social, amb el teu perfil personal, pots comentar, dir que t'agrada, compartir continguts o compartir fent al mateix temps un comentari dels continguts del compte corporatiu de l'AQuAS. L'únic requisit és fer-ho amb correcció i seguint les normes de participació.
2. Contacta amb l'equip de Comunicació per email: comunicacio.aquas@gencat.cat
3. Fes un contingut propi i menciona l'AQuAS.

En cas de dubte sobre l'ús de xarxes socials, es recomana contactar amb l'equip de Comunicació per [email](#).



Twitter



@AQuAScat

Twitter (1,6) permet publicar missatges de text i conversar amb altres usuaris, coneguts o no coneguts personalment. Les publicacions i les converses són públiques i àgils. Hi ha molta velocitat de publicació, de manera que els

continguts són bastant efímers. És útil per informar i comunicar ràpidament, però també permet diàleg i controvèrsia.

Tipus de perfils

Hi ha perfils personals, perfils corporatius, perfils anònims o de difícil identificació i perfils falsos.

Continguts i freqüència de publicacions

Per donar-nos d'alta en aquesta xarxa social, només cal una imatge i un nom. Els perfils es poden completar amb una fotografia personal, una imatge de fons i una descripció personal o biografia breu.

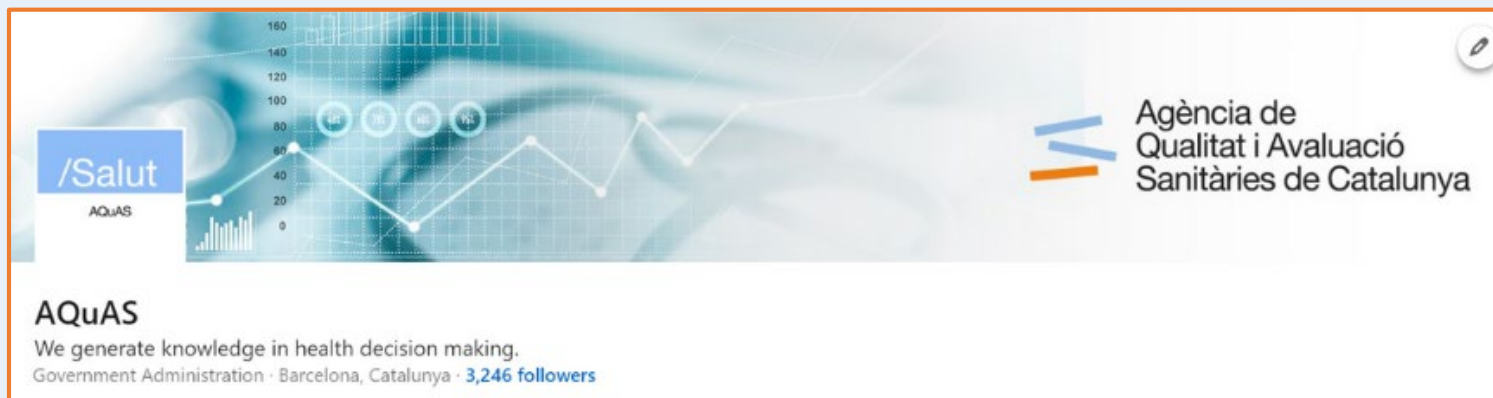
Els tipus de publicacions que es poden fer a Twitter són continguts propis i també es poden compartir continguts d'altres. A més a més, es poden destacar missatges fixant-los en el nostre perfil i també es poden fer petites enquestes d'una setmana màxim de durada i d'extensió textual limitada. Un altre tipus de publicació que es pot fer són els fils, que són diferents missatges a continuació l'un de l'altre i que permeten un text d'extensió superior a la que permet una publicació individual a Twitter.

Els missatges dels comptes personals poden ser en qualsevol idioma. Els missatges del perfil corporatiu de l'AQuAS majoritàriament són en català, però es poden publicar també missatges en castellà i en anglès.

La freqüència de publicació es recomana que sigui, com a mínim, d'1 missatge diari en el cas de perfils personals i de 4 missatges diaris en el cas de perfils corporatius. Es recomana que sempre hi hagi publicació pròpia i que no només es comparteixin elements d'altres comptes.

Linkedin

@AQuAS



Tipus de perfils

A LinkedIn (7) trobarem molt diferenciats els perfils personals, les pàgines d'empresa i els grups. També hi poden haver perfils anònims o de difícil identificació i perfils falsos.

Continguts i freqüència de publicacions

El perfil personal de LinkedIn permet publicar contingut propi i llegir continguts d'altres usuaris o institucions. El contingut propi poden ser articles breus o articles llargs. Els articles breus normalment s'utilitzen per compartir articles o reflexions d'interès i gairebé sempre s'adjunta algun enllaç extern. Els articles llargs acostumen a utilitzar-se per aprofundir en algun tema.

Per crear un perfil a LinkedIn, es recomana incloure una fotografia actual, utilitzar el nom verídic, enllaçar el perfil amb l'empresa actual on s'està treballant, mencionar algunes experiències laborals prèvies destacades (només cal indicar nom de l'empresa i anys en què hi ha hagut relació contractual) i la formació més rellevant que es vulgui destacar. Es recomana afegir una breu descripció personal. És possible introduir tota la informació, però és suficient i més recomanable que la informació més actual i rellevant hi sigui. És més útil pensar en el perfil de LinkedIn com en una targeta de presentació i no com a un curriculum vitae.

Les pàgines d'empresa tenen un funcionament diferent i permeten mostrar els perfils dels seus treballadors a LinkedIn i les ofertes de feina actives de l'empresa. Des dels perfils d'empresa es poden fer articles breus i compartir publicacions d'altres perfils. Els grups funcionen al voltant d'una temàtica d'interès i és necessària una activitat de dinamització.

Es recomana desactivar rebre avisos per correu electrònic de LinkedIn i gestionar un temps i un espai setmanal per gestionar directament aquesta xarxa social.

LinkedIn és molt interessant per estar informat directament a través d'altres professionals a qui no cal conèixer personalment, sobre publicacions rellevants de diferents sectors professionals. Podem reaccionar a aquests continguts: llegir-los, indicar que ens agraden o que ens semblen interessants, i compartir-los amb la nostra xarxa de contactes. També podem crear continguts propis, normalment vinculats a compartir un article o una notícia d'una publicació externa, sobre la qual podem fer una reflexió.

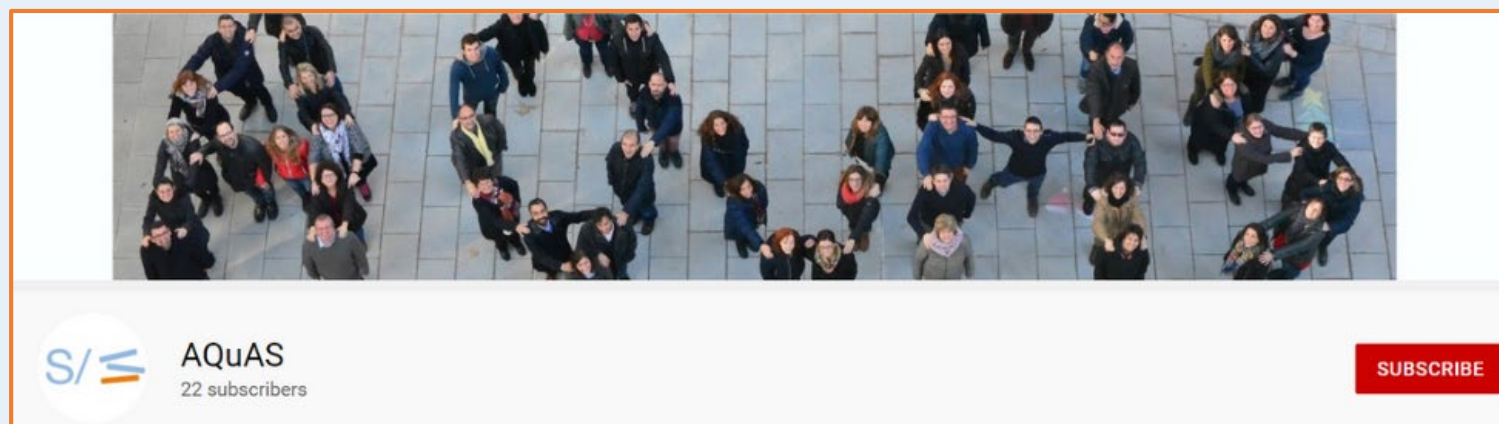
En les publicacions de comptes personals es recomana que la llengua utilitzada s'adeqüi al públic al qual volem incidir. El perfil corporatiu de l'AQuAS té com a llengua preferent el català, però també publica en castellà i en anglès.

La freqüència de publicació en perfils personals pot modular-se segons els nostres interessos, però recomanaríem 1 publicació cada dues setmanes per a un compte que vulgui ser actiu. La freqüència de publicació en perfils corporatius i perfils de grups es recomana que sigui d'un mínim de 2 publicacions setmanals.



Youtube

@AQuAS



Youtube (1,8) és una plataforma per publicar, veure i compartir vídeos. També permet reaccionar a aquests continguts indicant que ens agraden. S'ha convertit en l'estàndard de vídeos en línia i el seu cercador és el més utilitzat per trobar continguts audiovisuals. Cada vídeo inclou títol, descripció, categoria i etiquetes. A més de vídeos, els continguts audiovisuals es poden organitzar en llistes de reproducció, per exemple, sobre temàtiques o subtemàtiques.

Bibliografia

1. Guia de xarxes socials de la Generalitat de Catalunya. Barcelona: Generalitat de Catalunya; 2019.
2. Guia d'usos i estil de les xarxes socials de la UOC. Barcelona: Universitat Oberta de Catalunya.
3. Política de xarxes socials de l'Hospital Sant Joan de Déu Barcelona. Esplugues de Llobregat: Hospital Sant Joan de Déu; 2020.
4. [Normes de participació. Barcelona; Serveis Digitals i Experiència Ciutadana. Generalitat de Catalunya.](#)
5. Manual dels governs a Twitter. Barcelona: Generalitat de Catalunya; 2017.
6. [The Twitter Rules.](#)
7. [LinkedIn Professional Community Policies.](#)
8. [Youtube. Community guidelines.](#)

Salut/  Agència de Qualitat i Avaluació
Sanitàries de Catalunya