



¿Cómo utilizar las  
**redes sociales**  
de acuerdo a la  
**proyección profesional**  
que se desea obtener?

Es importante tener claro que **como profesionales nos proyectamos** mediante las redes sociales, ya sea con las cuentas personales o las cuentas que hemos generado para este fin en específico, por eso **es importante tener claras algunas formas en las que podemos fortalecer la proyección profesional** mediante el uso de redes sociales.

Para ayudarle a lograrlo, le presentamos las

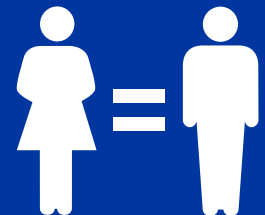
# 9 CONSEJOS

para el uso profesional de  
**REDES SOCIALES:**

# 1

Nuestro derecho  
**no es mayor** que el  
derecho de otra persona.

El **derecho a la libertad de expresión** en redes sociales **no debe ser una reacción o generación de contenido que irrespete los derechos de otros**, existen distintos perfiles o páginas que poseen **políticas de uso** las cuales debemos conocer antes de utilizarlas.



# 2 Las redes sociales no son para “todo”.



Cada vez crece la tendencia de solicitar todo tipo de información y/o servicios por redes sociales. Es importante conocer que **no “todo” lo podemos solicitar por estos medios**, así como usted no puede brindar muchos servicios en un comentario dentro de una red, así también **las empresas o instituciones poseen procedimientos** que no se brindan dentro de estas plataformas digitales.

# 3

## No se quede con la **información** a “**medias**”



Cuando hacemos uso de redes sociales es importante **profundizar en la información que se presenta y visitar los enlaces que se ofrecen**. Generar comentarios o indicar criterios solo por el título de la publicación, puede hacer que su **opinión sea poco fundamentada** al no conocer la información completa y esto puede **afectar su imagen profesional** ante las otras personas que lo leen.

Las redes sociales iniciaron con el objetivo de ser un punto de encuentro entre personas, aunque existe cada vez más el uso de estas plataformas como **medios de comunicación** por distintas empresas e instituciones, **las opiniones de personas externas no representan la opinión de estas**, por tanto antes de compartir información **verifique la fuente**, no sea parte de “cadenas de desinformación” hacia los demás.



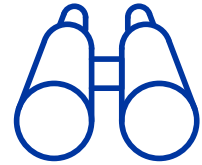
**4** En una red social  
**entran todos.**

El mayor uso que damos a las redes sociales es para informarnos, por eso es importante que verifiquemos la fuente de la información sobre la que opinamos o compartimos, su imagen profesional tendrá más valor si usted primero verifica la información que comparte.



5

Muchos  
temas son  
trascendentales.



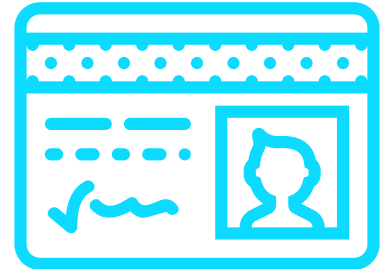
# 6

## Las redes sociales dicen mucho de nosotros.

Como usuario de las redes sociales, usted muchas veces ha visto comentarios irrespetuosos o innecesarios que **nos hacen pensar que la persona ignora el tema o posee una opinión equivocada por falta de información.** En el peor de los casos usted ha visto las discusiones irrespetuosas e innecesarias que se generan entre personas, por eso **tenga especial cuidado antes de comentar, no se deje llevar por el calor del momento** para que esto no afecte su imagen.

# 7

## Cuide sus datos personales.



Cada vez más las personas escriben en comentarios los **correos electrónicos** o bien los **números telefónicos** para que les envíen algún tipo de información. Recuerde que esos datos al ser públicos pueden ser tomados por terceros y **podrían incluirlo en bases de datos** de las cuáles a futuro recibirá spam o contenido sin valor.

# 8

## No pelee con los administradores de páginas.

Todas las páginas poseen administradores y **siempre hay una persona detrás de cada página en las redes sociales**, por eso cuando tenga alguna queja o duda refiérase con respeto y por los medios adecuados. Recuerde también que muchas veces la persona que administra la página **lo dirigirá a otra instancia** de acuerdo a lo que la empresa o institución establece.



# 9

Un consejo  
de oro.



## **Piense antes de publicar.**

Si hay algo que usted no diría en persona no lo diga en redes sociales, en las redes sociales todo se sabe y se está más expuesto que en el día a día, por eso **siempre piense antes de publicar en el beneficio que esto le puede dar a su proyección profesional.**



Fiscalía - Colegio Profesional de Psicólogos de Costa Rica.  
Oficina de Comunicación.