



LAIR RIBEIRO

lair.ribeiro@gazetanews.com

Médico, com mestrado em cardiologia, e palestrante internacional, tendo se apresentado em mais de 20 países. É autor de vários livros que se tornaram best sellers.

Etiqueta profissional

Boa aparência é importante, mas não é o suficiente para viver profissionalmente. As normas de etiqueta profissional devem ser utilizadas do “Olá!” ao “Até logo”.

A etiqueta profissional não difere em muito da etiqueta que norteia o nosso convívio em sociedade, também conhecida como “boa educação”. Portanto, educação, aparência pessoal bem-cuidada, bons modos à mesa e civilidade são premissas básicas. Mas há particularidades que precisam ser conhecidas e respeitadas.

Para os cumprimentos que, em geral, vêm acompanhados de um aperto de mãos, siga estas dicas:

- Se for apresentado a alguém mais importante, espere que a pessoa lhe estenda a mão.
 - Se for um homem apresentado a uma mulher, espere que ela lhe estenda a mão.
 - O aperto de mãos deve ser sempre curto e firme.
 - Beijo no rosto, só no caso de antigos conhecidos.
- Cartões de visita costumam ser trocados no primeiro encon-



Se for apresentado a alguém mais importante, espere que a pessoa lhe estenda a mão.

tro de negócios, mas sem dobrar a pontinha do cartão!

Algumas coisas são intoleráveis no campo profissional, como:

- Fofocas, palavrões, mau humor e autopromoção.
- Participar de conversa alheia sem ser convidado (apesar da descontração que possa existir, a hierarquia deve ser sempre respeitada para evitar aborrecimen-

tos futuros).

- Criticar colegas ou concorrentes, principalmente se estiverem ausentes.
- Apresentar-se de maneira desleixada: deixar o paletó nas costas da cadeira, andar com o paletó jogado sobre os ombros, ou desabotoar o botão do colarinho e baixar o nó da gravata são sinais de desleixo.

A internet já começa a ter regras próprias de etiqueta. Conheça algumas:

- Seja sempre gentil e educado pois existem pessoas do outro lado da linha.
- Cuidado com o que fala, de quem fala e para quem fala.
- Seja claro e objetivo em seus e-mails; evite o uso excessivo de ícones e abreviaturas.

• Não escreva só em letras maiúsculas. Na internet, isso significa falar alto ou gritar.

• Padronize sua correspondência eletrônica de acordo com sua correspondência impressa.

• Respeite direitos autorais do que estiver na rede.

Mas nenhum comportamento, por mais exemplar que seja, é capaz de redimir um profissional que cometa um dos pecados a seguir, que são gravíssimos:

- Faltar com o respeito a clientes, fornecedores, superiores e subordinados.
- Dizer uma coisa e fazer outra.
- Utilizar sua influência para contratar ou promover pessoas de seu relacionamento particular sem que haja a qualificação necessária;
- Assediar alguém sexualmente.
- Praticar ou ser conivente com qualquer tipo de discriminação.
- Utilizar meios desonestos para obter informações sobre a concorrência ou sobre a empresa em que trabalha.
- Participar ou ser conivente com a prática de ganhos ilícitos e/ou negociações fraudulentas.

PERSONAL TRAINER

Acompanhamento Individual ou em Duplas
Consultoria Online

- ▶ Diminuição do percentual de gordura,
- ▶ Emagrecimento,
- ▶ Ganho de massa muscular,
- ▶ Síndromes metabólicas,
- ▶ Condicionamento físico,
- ▶ Reabilitação Física.


TEAM
CAROL MACEDO

Treinos : Athletic Factor Gym
📍 2301 w Sample Rd #5-3b
Pompano Beach 33064

CAROL MACEDO

Agendar com VANESSA
☎ +1 (561) 410-9729

Consultoria Esportiva
☎ +1 954 225 4828

📷 @carolmacedotrainer

📷 @teamcarolmacedo

👤 Carol Macedo