



## CURSO 5

# IMPULSIONAR A CULTURA DIGITAL NO EMPREENDEDORISMO – PARTE 2

# Deep.



## IMPULSIONAR A CULTURA DIGITAL NO EMPREENDEDORISMO



### Unidade 1

#### Trabalho remoto

- 1.1. Noções básicas sobre trabalho remoto
- 1.2. Mitos sobre o trabalho remoto
- 1.3. Trabalho remoto em *coworking*
- 1.4. Trabalho remoto e custos associados
- 1.5. O escritório em casa no trabalho remoto
  - 1.5.1. Organizar um escritório em casa
  - 1.5.2. Boas práticas para preparar um espaço de trabalho
  - 1.5.3. Principais distrações no trabalho remoto
  - 1.5.4. Exercitar o foco no trabalho remoto
- 1.6. Ferramentas e métodos de autogestão
  - 1.6.1. Técnica *Pomodoro*
  - 1.6.2. Relatórios de desempenho



### Unidade 2

#### A nuvem e o seu papel nas organizações

- 2.1. Características
  - 2.1.1. Introdução
  - 2.1.2. Como funciona a computação em nuvem
  - 2.1.3. Benefícios da utilização da computação em nuvem
- 2.2. Equipas virtuais e geograficamente dispersas
  - 2.2.1. Características de uma equipa virtual
  - 2.2.2. Conclusão

## IMPULSIONAR A CULTURA DIGITAL NO EMPREENDEDORISMO

### Unidade 1: Trabalho remoto

#### 1.1. Noções básicas sobre trabalho remoto

##### Vantagens e desvantagens do trabalho remoto

O trabalho remoto, ou à distância, é um tema que divide opiniões. No topo da sua lista de vantagens está o **conforto**. Quer se trabalhe por conta própria ou por conta de outrem, ao trabalhar remotamente poupa-se **tempo**. Não é preciso acordar cedo para chegar a um escritório localizado a muitos quilómetros de distância de casa, poupando-se tempo nas deslocações.

Com o trabalho remoto é possível trabalhar a partir de qualquer sítio: na sala de estar, num centro comercial, numa biblioteca ou até mesmo num café. É possível trabalhar onde for mais adequado e sem supervisão direta. No entanto, esta falta de supervisão pode constituir um problema se não existir **autodisciplina** orientada para a execução de tarefas.

# IMPULSIONAR A CULTURA DIGITAL NO EMPREENDEDORISMO

# Deep.

## Unidade 1: Trabalho remoto

### 1.1. Noções básicas sobre trabalho remoto

#### O que nos motiva a trabalhar à distância?

A satisfação que advém do trabalho remoto **depende de cada pessoa**: da sua situação de vida, carácter e valores. Por exemplo, para jovens pais, com filhos pequenos, em início de carreira, o trabalho remoto permite conciliar as diferentes exigências e compromissos da vida profissional e familiar.

Para pessoas que privilegiam o equilíbrio entre a vida profissional e familiar, pode ser extenuante ter de estar sempre disponível para constantes solicitações. Sobretudo quando se trabalha com pessoas que não vêm inconveniente em trabalhar a diferentes horas do dia, no fim-de-semana e até mesmo nas férias.



## IMPULSIONAR A CULTURA DIGITAL NO EMPREENDEDORISMO

### Unidade 1: Trabalho remoto

#### 1.1. Noções básicas sobre trabalho remoto

Coloca-te agora na posição de uma pessoa que privilegia muito os contactos sociais. Ao abrir um negócio 100% *online*, e sem qualquer tipo de experiência nesta área, é possível que se sinta deslocado e com falta de contacto com colegas e clientes. Nestas situações, corre-se o risco de se sentir isolado e até mesmo deprimido.

Sendo uma pessoa que privilegia o contato direto com os outros, convém que embarcares num negócio *online* onde tenhas de trabalhar remotamente seja um processo progressivo para evitar possíveis abalos.

Que traços da tua personalidade e carácter te permitirão trabalhar remotamente e de forma eficaz? O que te pode impedir de trabalhar remotamente?

# IMPULSIONAR A CULTURA DIGITAL NO EMPREENDEDORISMO

# Deep.

## Unidade 1: Trabalho remoto

### 1.2. Mitos sobre o trabalho remoto

#### Mito 1

Um dos principais mitos sobre o trabalho à distância diz respeito aos ganhos. Geralmente, acredita-se que **quem trabalha remotamente ganha menos do que quem realiza trabalho presencial**. Tomemos como exemplo a situação seguinte.

Criaste uma empresa para o ensino de inglês à distância. O teu público-alvo são gestores de empresas internacionais. Trabalhas a partir de casa e dás aulas a partir de uma plataforma *online*. Anuncias os teus serviços através do teu perfil no LinkedIn e tens conseguido atrair a atenção de muitos gestores de recursos humanos. Depois de anunciares o valor dos teus serviços, um dos gestores que te contactou refere que os teus valores são muito elevados quando comparados com os valores cobrados por aulas presenciais.



## IMPULSIONAR A CULTURA DIGITAL NO EMPREENDEDORISMO

### Unidade 1: Trabalho remoto

#### 1.2. Mitos sobre o trabalho remoto

##### O que deve fazer um jovem empreendedor nesta situação?

- Provavelmente, comesças por concordar, pois são aulas *online* e, de facto, as aulas presenciais podem funcionar melhor.
- Por outro lado, tendo confiança nas tuas competências, deverás saber que o tipo de serviço de formação que estás a oferecer tem tanta qualidade *online* quanto no formato presencial. E, neste caso, tens toda a legitimidade para defender os valores que cobras.

##### Desconstrução do mito 1

Nesta situação específica, ao defender o valor que fixaste para os teus serviços, debes ter em conta o tempo investido na tua formação para aprenderes a trabalhar a partir de um ambiente virtual. Pensa: qual a percentagem de professores que está realmente habilitada para ensinar através de plataformas como o ZOOM, o Webex, o Slack ou o Microsoft Teams?

## IMPULSIONAR A CULTURA DIGITAL NO EMPREENDEDORISMO

### Unidade 1: Trabalho remoto

#### 1.2. Mitos sobre o trabalho remoto

##### Mito 2

Só trabalhando presencialmente num escritório é que é possível transmitir, a parceiros e clientes, a verdadeira “alma” de uma empresa. Isto porque **os espaços físicos são os únicos sítios onde nos podemos relacionar** com colegas ou com superiores e desenvolver outro tipo de atividades de interação: reuniões de equipa; formações; almoços e jantares; etc.

##### Desconstrução do mito 2

Cumprindo as regras de etiqueta para uma comunicação fluída e tirando partido das funcionalidade das diferentes plataformas colaborativas, é possível estabelecer relações próximas com colegas e superiores. Nota que existem empresas especializadas, por exemplo, em contratação *online*. Isto significa que toda a relação que criam com os candidatos é feito com recurso a meios digitais. O que realmente conta é a nossa capacidade de trabalho, desempenho e profissionalismo, que deverão ser os mesmos *online* e *offline*.

## IMPULSIONAR A CULTURA DIGITAL NO EMPREENDEDORISMO

### Unidade 1: Trabalho remoto

#### 1.2. Mitos sobre o trabalho remoto

##### Mito 3

**Trabalhar num computador é altamente prejudicial.**

##### Desconstrução do mito 3

Trabalhar demasiadas horas sentado frente a um ecrã, na posição errada e sem fazer pausas, é que é realmente prejudicial. É necessário conhecer os princípios básicos da ergonomia no trabalho, que se devem aplicar quer estejas a trabalhar num escritório, quer à distância.

Outro benefício do trabalho remoto, neste caso a partir de casa, é a possibilidade de preparar refeições mais saudáveis. Muitas pessoas que sofrem de doenças, como a diabetes, optam por trabalhar em casa pois conseguem ter mais tempo para planear as refeições e comer a horas certas.

O tempo poupado em deslocações pode ainda ser aproveitado para a prática regular de exercício físico.

## IMPULSIONAR A CULTURA DIGITAL NO EMPREENDEDORISMO

### Unidade 1: Trabalho remoto

#### 1.2. Mitos sobre o trabalho remoto

##### Mito 4

Um dos argumentos utilizados para defender o trabalho remoto é o de que **é possível trabalhar a partir de qualquer lugar do mundo.**

##### Desconstrução do mito 4

Na teoria, esta afirmação é verdadeira, mas, na prática, não necessariamente. A concentração e o foco são elementos fulcrais na execução eficaz de tarefas. E isto funciona quer no trabalho no escritório, quer no trabalho remoto. Conseguias estar focado a trabalhar junto a uma piscina de um hotel ou num café movimentado? O que conta mesmo são as competências de cada pessoa. Independentemente da tua resposta, o que é mesmo importante é trabalhar a partir de um local com uma ligação de Internet estável.

## IMPULSIONAR A CULTURA DIGITAL NO EMPREENDEDORISMO

### Unidade 1: Trabalho remoto

#### 1.2. Mitos sobre o trabalho remoto

##### Mito 5

Como o trabalho remoto não é uma prática generalizada, um dos comentários mais comuns que poderás ouvir de familiares e amigos é algo como “**passas o dia inteiro sentado frente a um computador sem fazer nada**”. Como estás em casa, partem do pressuposto que tens demasiado tempo livre e que estás disponível para ir à compras, cozinhar, limpar a casa, etc.

##### Desconstrução do mito 5

Tens de ser capaz de estabelecer bem os limites dos teus horários e comunicar isso claramente aos outros. A responsabilidade de trabalhar remotamente, quer seja por conta de outrem ou por conta própria, é a mesma. Tens tarefas para cumprir em prazos estabelecidos.

## IMPULSIONAR A CULTURA DIGITAL NO EMPREENDEDORISMO

### Unidade 1: Trabalho remoto

#### 1.3. Trabalho remoto em *coworking*

A popularidade crescente do trabalho à distância entre os *freelancers* e, recentemente, devido à pandemia, mesmo entre trabalhadores por conta de outrem impulsionou o desenvolvimento da indústria do *coworking*. Nos espaços de *coworking* tens a possibilidade de alugar uma secretária num espaço partilhado (*open space*) ou um escritório por um determinado período. É a solução ideal para quem não tem condições para trabalhar a partir de casa.

Mediante o pagamento de uma renda, nestes espaços tens acesso a secretária, equipamento de escritório, salas de conferência, espaços para relaxar, etc. Procura alguns destes espaços em Portugal em:

- Regus [www.regus.pt](http://www.regus.pt)
- Easy Offices <https://www.easyoffices.com/pt>
- Portugal Coworking <https://portugalcoworking.pt/>



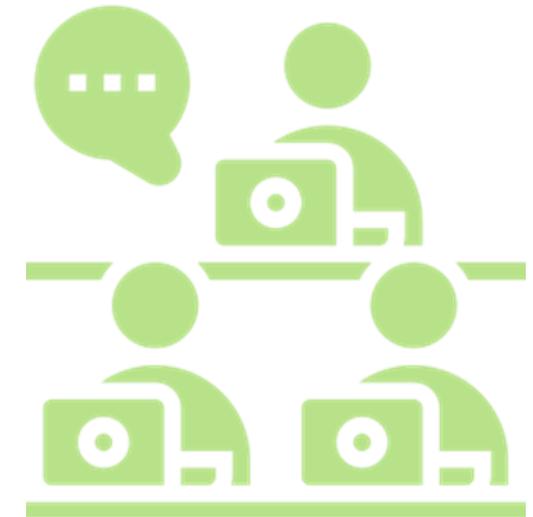
## IMPULSIONAR A CULTURA DIGITAL NO EMPREENDEDORISMO

### Unidade 1: Trabalho remoto

#### 1.4. Trabalho remoto e custos associados

A trabalhar a tempo inteiro remotamente, a partir de casa, pagas **custos fixos de água, eletricidade, Internet e valor do aluguer do apartamento**. Alguns empregadores reembolsam aos seus funcionários parte desses custos, mas esta é uma situação excecional.

Em alguns países da UE é possível incluir o valor do aluguer de um apartamento nos custos operacionais de uma empresa registada. Para tal, é necessário registar a empresa nessa morada.



## IMPULSIONAR A CULTURA DIGITAL NO EMPREENDEDORISMO

### Unidade 1: Trabalho remoto

#### 1.4. Trabalho remoto e custos associados

Cada vez mais empresas optam por organizar o trabalho de forma remota. Em alguns casos, até nem existe uma sede de empresa e todos os funcionários trabalham à distância e organizam o seu trabalho a partir de ambientes e plataformas digitais existentes no mercado. Esta é uma forma de reduzir custos e manter um negócio a funcionar de forma eficaz.

**Um trabalhador em regime remoto é menos dispendioso para uma empresa** e, por essa razão, pode auferir um salário mais elevado. Por outro lado, o funcionário não paga os custos de deslocação diária de automóvel ou transportes públicos.

# Deep.



*WIN-WIN!*

## IMPULSIONAR A CULTURA DIGITAL NO EMPREENDEDORISMO

### Unidade 1: Trabalho remoto

#### 1.5. O escritório em casa no trabalho remoto

##### 1.5.1. Organizar um escritório em casa

Uma das questões a ter em conta no que toca ao trabalho remoto é a **definição de uma fronteira entre o tempo de trabalho e o tempo livre**. Ter instalados nos mesmos dispositivos móveis — computador, *tablet* e *smartphones* — as ferramentas de trabalho e as plataformas de rede sociais e/ou serviços como a Netflix podem causar alguma indefinição de limites.

Outros fatores igualmente relevantes para demarcar estes limites são:

- ter um espaço devidamente organizado e delineado;
- determinar um horário de trabalho;
- elaborar um plano de trabalho diário objetivo;
- eliminar distrações, como as tarefas diárias.



## IMPULSIONAR A CULTURA DIGITAL NO EMPREENDEDORISMO

### Unidade 1: Trabalho remoto

#### 1.5. O escritório em casa no trabalho remoto

##### 1.5.1. Organizar um escritório em casa

O trabalho remoto é uma forma de organização de trabalho que potencia o equilíbrio entre a vida profissional e pessoal. Existem empresas que dão aos seus trabalhadores a possibilidade de trabalhar remotamente em dias previamente escolhidos. Por outro lado, trabalhar remotamente a tempo integral pode causar a alguns trabalhadores situações de *stress* e sentimentos de isolamento. Nesses casos, as empresas devem adotar medidas de inclusão dos empregadores que estão deslocados da empresa.

Sendo um empreendedor e trabalhando por conta própria, é necessário ter em mente todos estes aspetos. É importante que estejas preparado para lidar com a motivação e/ou a desmotivação que pode surgir quando se trabalha remotamente.



## IMPULSIONAR A CULTURA DIGITAL NO EMPREENDEDORISMO

### Unidade 1: Trabalho remoto

#### 1.5. O escritório em casa no trabalho remoto

##### 1.5.2. Boas práticas para preparar um espaço de trabalho

Para desempenhares as tuas tarefas eficazmente, é importante assegurares que tens um espaço de trabalho adequado e devidamente organizado. É errado pensar que se pode trabalhar bem com o computador nos joelhos, enquanto se cozinha, no quarto, etc. De seguida, damos-te algumas dicas de como organizar esse espaço.

- Assegura-te de que o espaço escolhido reúne as condições ideais para a concentração. Se não for um escritório isolado e caso tenhas de usar espaços comuns, como a sala ou a cozinha, certifica-te de que dentro dessas áreas **a zona de trabalho está devidamente demarcada.**



## IMPULSIONAR A CULTURA DIGITAL NO EMPREENDEDORISMO

### Unidade 1: Trabalho remoto

#### 1.5. O escritório em casa no trabalho remoto

##### 1.5.2. Boas práticas para preparar um espaço de trabalho

- Nesse espaço de trabalho, **é importante haver uma boa secretária/mesa, uma cadeira confortável e boa iluminação.**
- Inspira-te em ideias de *design* para *home office* no Instagram ou no Pinterest. Existem muitas ideias e formas de **reorganizar espaços** fazendo uso dos recursos que se têm.
- **No que toca à cadeira, é importante assegurar um correto apoio dos pés e das costas.** E lembra-te de que, mesmo que tenhas a melhor cadeira do mercado, nenhuma cadeira foi concebida para que estejas sentado oito horas seguidas. Por isso, são aconselhadas pausas regulares durante a jornada de trabalho.



## IMPULSIONAR A CULTURA DIGITAL NO EMPREENDEDORISMO

### Unidade 1: Trabalho remoto

#### 1.5. O escritório em casa no trabalho remoto

##### 1.5.2. Boas práticas para preparar um espaço de trabalho

- O trabalho remoto, como qualquer outro trabalho hoje em dia, é feito maioritariamente com recurso a computadores. Por isso, outro aspeto a observar com a atenção é a exposição continuada a ecrãs. Existem ecrãs que asseguram condições para exposições demoradas, mas ainda assim **é importante fazer pausas regulares e manter a hidratação da vista**. A distância média recomendada que se deve manter em relação a um ecrã é de 70-80cm.
- Acrescenta ao teu espaço de trabalho um **quadro branco, de cortiça ou magnético**, que podes utilizar para organizar informação relativa ao teu plano de trabalho, tarefas diárias, etc.



## IMPULSIONAR A CULTURA DIGITAL NO EMPREENDEDORISMO

# Deep.

### Unidade 1: Trabalho remoto

#### 1.5. O escritório em casa no trabalho remoto

##### 1.5.3. Principais distrações no trabalho remoto

Ter de trabalhar quando estão pessoas em casa. Muitos familiares podem não entender as exigências do trabalho remoto e fazer interrupções frequentes durante o dia. Simples perguntas como “já pagaste a conta da Internet?” podem-se tornar em conversas de uma hora.

**É importante que sejas capaz de identificar e eliminar estes distratores.** Muitas vezes não são externos, residem sim na tua capacidade de concentração e foco.



## IMPULSIONAR A CULTURA DIGITAL NO EMPREENDEDORISMO

### Unidade 1: Trabalho remoto

#### 1.5. O escritório em casa no trabalho remoto

##### 1.5.3. Principais distrações no trabalho remoto

Trabalhar a partir de casa pode constituir um enorme desafio no que toca aos diferentes elementos de distração que existem. Por outro lado, existem situações em que trabalhar em casa elimina outro tipo de distratores que existem no trabalho presencial. **Estando sozinho, ganha-se em produtividade quando não existem constantes distrações, ruídos, conversas com colegas, etc.**

Trabalhar a partir de casa é um enorme desafio. Exige uma elevada dose de foco e outra de controlo. É crucial o estabelecimento de limites, caso contrário facilmente se cai na tentação de repartir o tempo de trabalho com a realização de tarefas domésticas. O que inevitavelmente levará a *stress* e queda de produtividade.



## IMPULSIONAR A CULTURA DIGITAL NO EMPREENDEDORISMO

### Unidade 1: Trabalho remoto

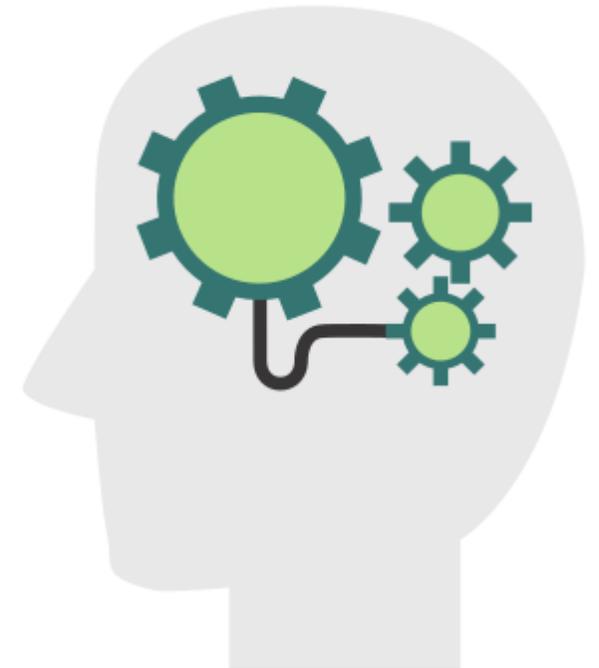
#### 1.5. O escritório em casa no trabalho remoto

##### 1.5.4. Exercitar o foco no trabalho remoto

Quais os distratores que têm uma influência direta no teu trabalho?

**Os distratores mais comuns são os telemóveis e as caixas de *email*, com as suas notificações contínuas.**

Antes de iniciar qualquer tarefa, silencia o teu telefone. Se não puderes fazer isto porque, por exemplo, estás à espera de um contacto importante por parte de um cliente, desliga outras notificações e utiliza mesmo só a função telefone. É deste nível de concentração que o teu cérebro precisa para entrar num estado de foco completo.



## IMPULSIONAR A CULTURA DIGITAL NO EMPREENDEDORISMO

### Unidade 1: Trabalho remoto

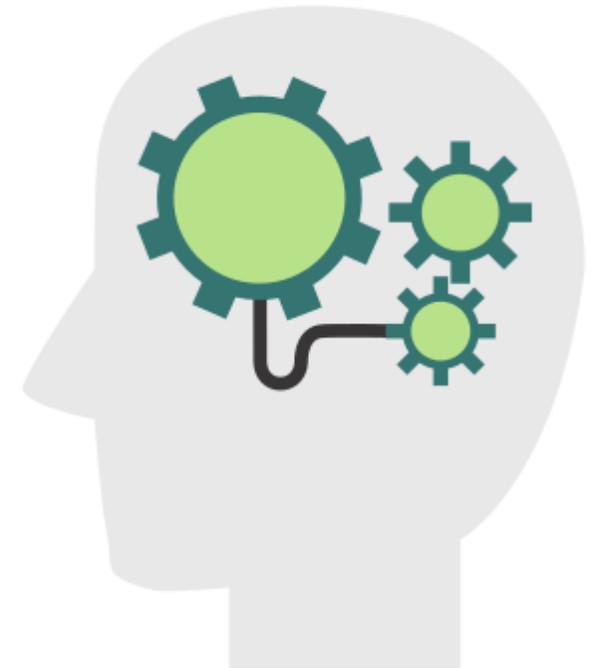
#### 1.5. O escritório em casa no trabalho remoto

##### 1.5.4. Exercitar o foco no trabalho remoto

O termo “**deep work**” (trabalho profundo) foi usado pela primeira vez por Cal Newport no seu livro *Deep Work — Rules for focused success in a distracted world* (*Trabalho profundo — Regras para se manter focado num mundo cheio de distrações*). Nesta obra, argumenta-se que estamos rodeados de distrações que limitam a nossa capacidade de nos manter focados em fases de trabalho profundo, isto é, em fases que temos de dedicar toda a nossa atenção e foco ao desenvolvimento de um determinado trabalho.

Newport define “**deep work**” como “atividades profissionais realizadas em estado de concentração, com o máximo aproveitamento das capacidades cognitivas. Estas atividades criam novos valores, melhoram as competências e são difíceis de repetir.”

# Deep.



## IMPULSIONAR A CULTURA DIGITAL NO EMPREENDEDORISMO

### Unidade 1: Trabalho remoto

#### 1.5. O escritório em casa no trabalho remoto

##### 1.5.4. Exercitar o foco no trabalho remoto

Num mundo tecnologicamente desenvolvido, somos constantemente invadidos por quantidades massivas de informação que não podemos processar. Desta forma, perdemos a nossa capacidade natural de concentração. Para ser bem-sucedido, é preciso exercitar a mente a atingir níveis máximos de concentração durante a execução de tarefas.

**É possível regular o nosso nível de concentração recorrendo a sons transmitidos numa frequência uniforme, semelhantes ao ruído branco.** Estes sons são gerados, por exemplo, naturalmente por um comboio em movimento ou o ruído de fundo de um café. É possível encontrar este tipo de sons em: <https://www.noisli.com> ou <https://coffitivity.com>



# IMPULSIONAR A CULTURA DIGITAL NO EMPREENDEDORISMO

# Deep.

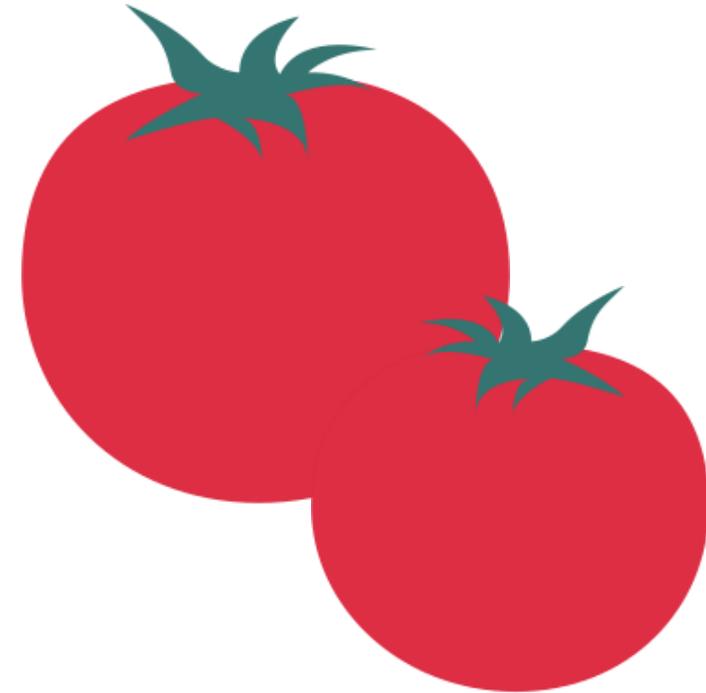
## Unidade 1: Trabalho remoto

### 1.6. Ferramentas e métodos de autogestão

#### 1.6.1. Técnica *Pomodoro*

A Técnica *Pomodoro* (tomate, em italiano) é **um sistema de gestão do tempo** que visa focar a atenção, eliminando as distrações e favorecendo a execução de tarefas.

Por exemplo, imagina que estás a preparar-te para trabalhar num artigo. Preparas o local, vais buscar um café e sentas-te ao computador. Abres um ficheiro Word em branco e comesas e escrever a primeira frase. De repente, lembras-te de que no dia anterior recebeste um *email* de um cliente que precisava urgentemente de algo, por isso decides abrir a caixa de *email*.



## IMPULSIONAR A CULTURA DIGITAL NO EMPREENDEDORISMO

# Deep.

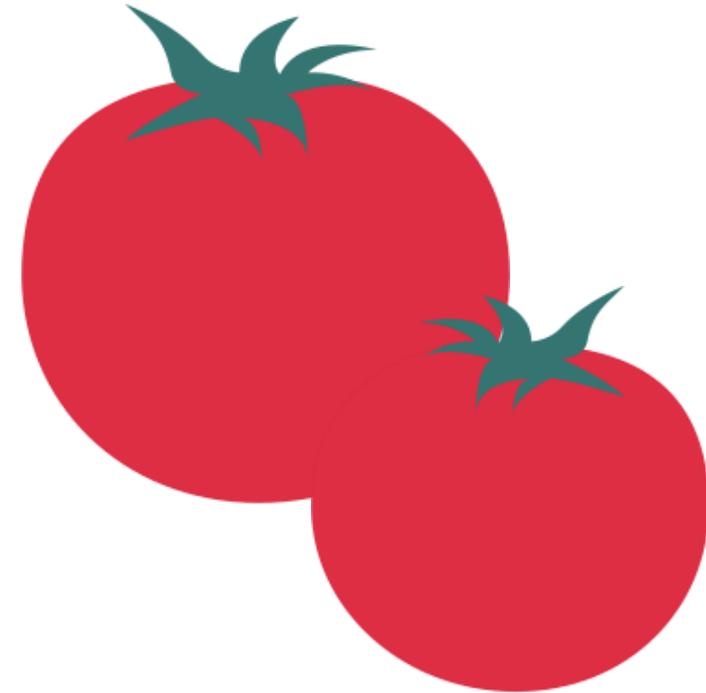
### Unidade 1: Trabalho remoto

#### 1.6. Ferramentas e métodos de autogestão

##### 1.6.1. Técnica *Pomodoro*

Assim que dás resposta a esse pedido, chegam mais dois outros *emails*. Um deles é do teu mecânico, sobre a tua marcação de inspeção para terça-feira. Abres o calendário para anotar a data. Ao escrever, apercebes-te de que o mecânico não indicou a hora da marcação. Por isso, escreves-lhe um *email* a pedir os detalhes. Começas a escrever o *email*, mas, antes de o enviáres, o teu telefone toca. É o teu contabilista, com algumas perguntas relacionadas com o trabalho. Com o contabilista ainda em linha, procuras na secretária a fatura que te está a pedir.

A questão é: qual destas tarefas conseguiste realizar do princípio ao fim? Ah! E entretanto o teu café arrefeceu!



## IMPULSIONAR A CULTURA DIGITAL NO EMPREENDEDORISMO

### Unidade 1: Trabalho remoto

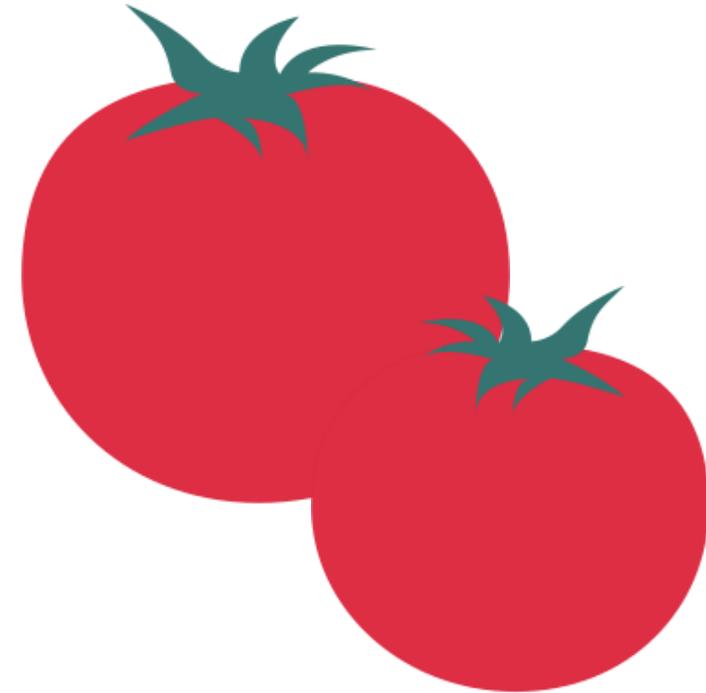
#### 1.6. Ferramentas e métodos de autogestão

##### 1.6.1. Técnica *Pomodoro*

A Técnica *Pomodoro* foi concebida como exercício de foco profundo. Para pôr esta técnica em prática, é necessário começar com uma lista de tarefas preparada previamente. Para fazer uma lista de tarefas eficaz, relembra a metodologia SMART abordada na primeira parte deste curso.

#### Etapas da técnica do tomate

1. Remover os distratores: silenciar o telefone, desligar as notificações e encerrar a caixa de correio.
2. Preparar o espaço de trabalho e reproduzir os sons facilitadores de foco.
3. Selecionar uma tarefa da lista.
4. Ajustar um temporizador para 25 minutos.



## IMPULSIONAR A CULTURA DIGITAL NO EMPREENDEDORISMO

### Unidade 1: Trabalho remoto

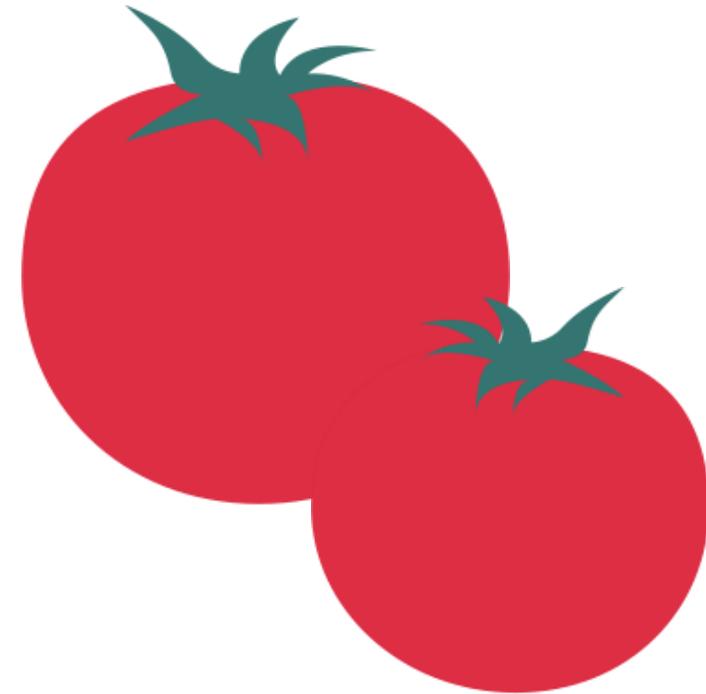
#### 1.6. Ferramentas e métodos de autogestão

##### 1.6.1. Técnica Técnica *Pomodoro*

#### Etapas da Técnica *Pomodoro*

5. Quando o alarme tocar, o primeiro ciclo está concluído e deves fazer uma pausa.
6. Após uma pausa de 3-5 minutos, ajusta novamente o temporizador para 25 minutos.
7. Após estes três ciclos com pausas curtas, faz um ciclo longo (cerca de 15 minutos).
8. Volta à primeira etapa.

Podes utilizar um temporizador manual, mas existem também aplicações especialmente desenvolvidas para exercitar esta técnica sem que precises de um temporizador.



## IMPULSIONAR A CULTURA DIGITAL NO EMPREENDEDORISMO

### Unidade 1: Trabalho remoto

#### 1.6. Ferramentas e métodos de autogestão

##### 1.6.1. Técnica *Pomodoro*

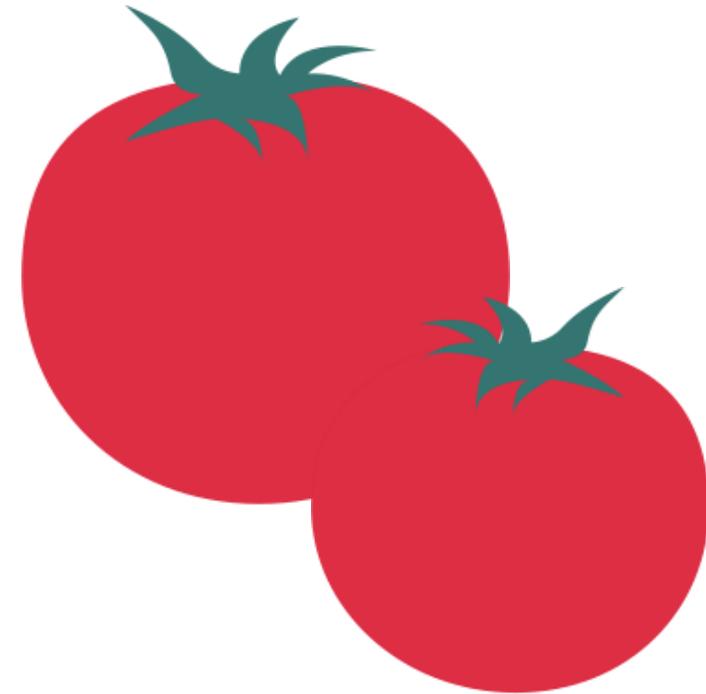
#### Aplicações para a Técnica *Pomodoro*

##### [Focus keeper](#)

Aplicação de fácil utilização e intuitiva que cria estatísticas a partir do teu trabalho na Técnica *Pomodoro*. Disponível para iOS e Android.

##### [Toggl](#)

Dispõe de um *plug-in pomodoro time tracking* para os navegadores de Internet Chrome e Firefox, além de um poderoso sistema de relatórios de trabalho remoto.



## IMPULSIONAR A CULTURA DIGITAL NO EMPREENDEDORISMO

### Unidade 1: Trabalho remoto

#### 1.6. Ferramentas e métodos de autogestão

##### 1.6.2. Relatórios de desempenho

Quando se opta pelo trabalho remoto e/ou um horário flexível, pode-se facilmente perder o controlo do tempo despendido num determinado projeto. Dessa forma, torna-se impossível perceber se o tempo gasto num determinado projeto foi realmente compensador.

É frequente, no trabalho remoto, ser pago por projeto e não pelo número de horas. Nesse sentido, **é importante ter uma referência exata do tempo de trabalho** usado para referência futura.

Para avaliares o teu desempenho objetivamente, utiliza ferramentas e aplicações que te possam fornecer relatórios sobre o tempo que usas para realizar determinadas tarefas e/ou projetos.



## IMPULSIONAR A CULTURA DIGITAL NO EMPREENDEDORISMO

### Unidade 1: Trabalho remoto

#### 1.6. Ferramentas e métodos de autogestão

##### 1.6.2. Relatórios de desempenho

#### Aplicações para controlo de desempenho

O [Toggl](#) permite:

- criar listas de clientes;
- atribuir projetos e tarefas a clientes/colaboradores;
- cronometrar tarefas;
- emitir relatórios de tempo;
- ter versão gratuita para 5 utilizadores;
- utilizar o *plug-in* nos navegadores Chrome ou Firefox, para trabalhar em intervalos compatíveis com a Técnica *pomodoro*.



## IMPULSIONAR A CULTURA DIGITAL NO EMPREENDEDORISMO

### Unidade 1: Trabalho remoto

#### 1.6. Ferramentas e métodos de autogestão

##### 1.6.2. Relatórios de desempenho

#### Aplicações para controlo de desempenho

O [ICProject](#) permite:

- usar as funcionalidades da metodologia Kanban;
- gerir o fluxo de tarefas em projetos através de relatórios individuais sobre o tempo gasto em cada tarefa;
- ter uma versão gratuita para equipas de 3 a 5 utilizadores.



## IMPULSIONAR A CULTURA DIGITAL NO EMPREENDEDORISMO

### Unidade 2: A nuvem e o seu papel nas organizações

#### 2.1. Características

##### 2.1.1. Introdução

A crescente digitalização traz para o nosso vocabulário novas palavras, e diariamente adotamos estrangeirismos dessa área: o termo “nuvem” é a tradução de *cloud*, sendo que ambos são utilizados correntemente em Portugal. Provavelmente já ouviste falar em nuvem, e são cada vez mais as pessoas que optam por guardar os seus documentos em na nuvem.

À partida parece um conceito abstrato, mas **a nuvem é uma infraestrutura física, uma rede de servidores remotos concebida para armazenar e gerir dados e informação.** Podem também executar aplicações e disponibilizar serviços. Por exemplo, a nuvem permite-te aceder ao histórico e anexos de correio eletrónico a partir de qualquer dispositivo e localização, utilizando serviços como o Gmail ou o Yahoo. Outro exemplo é o Office 365, que te permite aceder a toda a tua informação e dados a partir de qualquer navegador de Internet.

# IMPULSIONAR A CULTURA DIGITAL NO EMPREENDEDORISMO

# Deep.

## Unidade 2: A nuvem e o seu papel nas organizações

### 2.1. Características

#### 2.1.2. Como funciona a computação em nuvem

O funcionamento das nuvens à escala a que assistimos hoje em dia deve-se à crescente virtualização. **São criados vários computadores virtuais ligados a um único computador físico.** Estes computadores virtuais têm as mesmas funcionalidades que um computador físico.

A ligação de várias máquinas virtuais a um único servidor permite uma melhor utilização dos recursos de *hardware* de um computador físico, bem como servir muitos potenciais clientes ao mesmo tempo, fazendo baixar os preços de serviço e permitindo ajustar o serviço às necessidades dos clientes.

Os serviços nas nuvens têm de estar sempre disponíveis, independentemente de possíveis falhas nos servidores. Este problema é resolvido mantendo cópias (*backups*) em múltiplos locais.



## IMPULSIONAR A CULTURA DIGITAL NO EMPREENDEDORISMO

### Unidade 2: A nuvem e o seu papel nas organizações

#### 2.1. Características

##### 2.1.2. Como funciona a computação em nuvem

Para que compreendas melhor, usemos o **exemplo** seguinte para ilustrar.

Imagina que o servidor se compara a um edifício de escritórios. Alugar um edifício de escritórios pode representar um enorme desafio: há custos de renda elevados, custos relacionados com a manutenção, espaços demasiado grandes para as reais necessidades das empresas, etc.. Neste último caso, seria estratégico dividir o espaço em vários escritórios de diferentes tamanhos. Desta forma, um único edifício de escritórios pode acomodar muitas empresas que pagam uma renda em função das suas necessidades reais, e o espaço disponível no edifício é utilizado na sua totalidade.



## IMPULSIONAR A CULTURA DIGITAL NO EMPREENDEDORISMO

### Unidade 2: A nuvem e o seu papel nas organizações

#### 2.1. Características

##### 2.1.3. Benefícios da utilização da computação em nuvem

Existem muitos benefícios associados à utilização de nuvens, que dependem largamente das necessidades de cada empresa.

#### **Custos mais baixos**

Não se tem de suportar os custos associados à infraestrutura de um servidor, ao seu funcionamento e desenvolvimento.

#### **Acesso aos dados a partir de qualquer local**

Este é um aspeto fundamental para o trabalho remoto, pois permite o acesso aos mesmos ficheiros e ferramentas por parte de equipas de colaboradores em qualquer parte do mundo, independentemente dos dispositivos que utilizem.



## IMPULSIONAR A CULTURA DIGITAL NO EMPREENDEDORISMO

### Unidade 2: A nuvem e o seu papel nas organizações

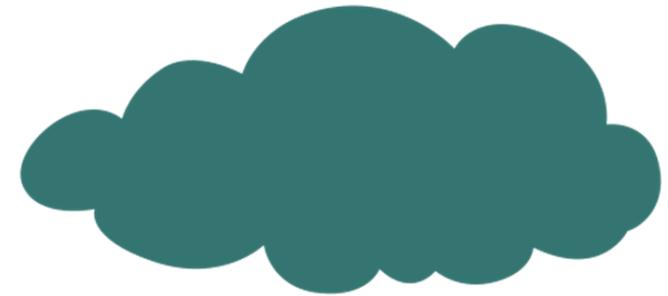
#### 2.1. Características

##### 2.1.3. Benefícios da utilização da computação em nuvem

#### Escalabilidade

Ao utilizares os serviços de um prestador de serviços em nuvem, **podes seleccionar a quantidade exata de recursos necessários para o teu negócio num determinado momento.**

O que é que isto significa? Vamos supor que a tua empresa desenvolveu uma nova e revolucionária aplicação. Uma vez que, inicialmente, se espera um número reduzido de utilizadores, disponibilizas o teu serviço pagando apenas o valor necessário relativo aos recursos usados. A longo prazo, e com o aumento do número de utilizadores, poderás aumentar os recursos necessários, aumentando também os teus custos.



# IMPULSIONAR A CULTURA DIGITAL NO EMPREENDEDORISMO



## Unidade 2: A nuvem e o seu papel nas organizações



### 2.1. Características

#### 2.1.3. Benefícios da utilização da computação em nuvem



#### Segurança

Os serviços de nuvem oferecem cada vez mais níveis de segurança elevados ao nível da proteção de dados. Ao armazenares documentos no exterior do teu dispositivo, **minimizas o risco de perda de dados**, o que seria inevitável em caso de roubo ou destruição do teu dispositivo.

# Deep.



# IMPULSIONAR A CULTURA DIGITAL NO EMPREENDEDORISMO

## Unidade 2: A nuvem e o seu papel nas organizações

### 2.2. Equipas virtuais e geograficamente dispersas

#### 2.2.1. Características de uma equipa virtual

Uma equipa virtual é definido como um **grupo de pessoas que trabalha em conjunto numa tarefa ou projeto, mas que estão geograficamente distantes umas das outras**. Estas pessoas podem estar em fusos horários diferentes e ser de origens culturais diferentes ou, pelo contrário, podem estar no mesmo país, até na mesma cidade, mas, por alguma razão, cooperam através da tecnologia.

A organização do trabalho da equipa virtual utiliza as soluções tecnológicas disponíveis, especialmente a computação em nuvem. Sem esta tecnologia, seria impossível uma equipa virtual trabalhar remotamente.

# Deep.



# IMPULSIONAR A CULTURA DIGITAL NO EMPREENDEDORISMO

# Deep.

## Unidade 2: A nuvem e o seu papel nas organizações

### 2.2. Equipas virtuais e geograficamente dispersas

#### 2.2.1. Características de uma equipa virtual

#### Exemplos de empresas em trabalho remoto

- Zapier: mais de 300 empregados a viver em 28 países em 17 fusos horários.
- Toggl: mais de 80 empregados a viver em 19 fusos horários.
- Buffer: mais de 85 empregados em 15 países.

Estas empresas têm em comum o facto de serem empresas de TI e de *marketing* digital. Este perfil permite-lhes contratar colaboradores altamente qualificados e devidamente preparados para as exigências do trabalho remoto.



# IMPULSIONAR A CULTURA DIGITAL NO EMPREENDEDORISMO

## Unidade 2: A nuvem e o seu papel nas organizações

### 2.2. Equipas virtuais e geograficamente dispersas

#### 2.2.2. Conclusão

Parabéns, concluíste a segunda parte do curso “Impulsionar a cultura digital no empreendedorismo”!

Terminamos com um desafio. Ao entrares no mercado de trabalho, quer trabalhes a partir de casa ou num escritório alugado, assegura-te de que:

- o espaço está devidamente adaptado às tuas necessidades e cumpre com todas as questões ligadas à ergonomia e segurança;
- adotas técnicas que te permitam trabalhar focado;
- utilizas uma ferramenta que te permita saber exatamente o tempo que despendes em cada projeto;
- utilizas serviços em nuvem.

# Deep.



## Bom trabalho!



IMPULSIONAR A CULTURA DIGITAL NO EMPREENDEDORISMO

Deep.