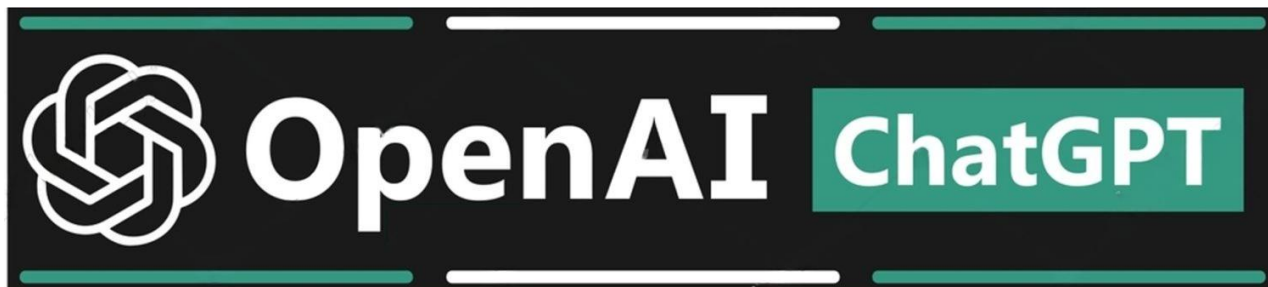


Guia Profissional para Usuários do ChatGPT

Obtendo respostas genéricas do ChatGPT? Este artigo oferece um guia profissional para refinar seus prompts, gerenciar projetos e obter resultados realmente impressionantes com a IA.



Adaptado de:

PHAM, Neil. **35 métodos profissionais para usuários do ChatGPT**. Disponível em: <https://www.aifire.co/>. Acesso em: 20 out. 2025.

Este artigo detalhará tudo o que você precisa saber para usar o ChatGPT com eficácia. Seja você um iniciante ou alguém que já o utiliza e deseja aprimorar suas habilidades, estas 35 dicas mudarão a maneira como você interage com a IA.

Primeiros passos: escolha o plano certo para você

Antes de nos aprofundarmos em técnicas avançadas, vamos entender os níveis de preços do ChatGPT para que você possa escolher o que melhor se adapta às suas necessidades. Esses recursos e limites podem mudar, portanto, você deve sempre consultar a página de preços da OpenAI para obter as informações mais atualizadas.

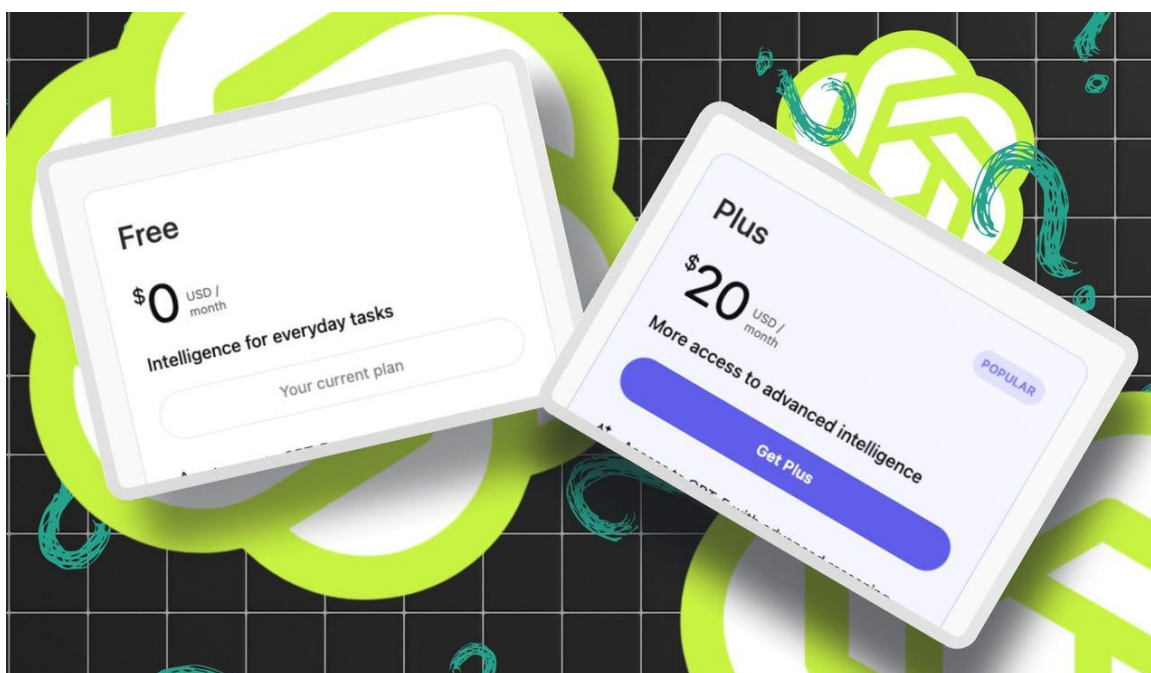
Plano gratuito (US\$ 0/mês)

	
VERSÃO GRATUITA	VERSÃO PLUS
Grátis \$ 0 <small>USD/mês</small>	Plus \$ 20 <small>USD/mês</small>
Explore como a IA pode ajudar nas tarefas diárias	Mais acesso à inteligência avançada
<ul style="list-style-type: none">✓ Acesso ao GPT-4o mini✓ Modo de voz padrão✓ Acesso limitado ao GPT-4o✓ Acesso limitado a uploads de arquivos, análise avançada de dados, navegação na web e geração de imagens✓ Use GPTs personalizados	<ul style="list-style-type: none">✦ GPT-5 com reflexão avançada✦ Mais mensagens e carregamentos✦ Mais criação de imagens com maior velocidade✦ Mais investigações e modo agente✦ Mais memória e contexto✦ Projetos, tarefas e GPTs personalizados✦ Geração de vídeos com o Sora✦ Agente Codex

- **Para quem é:** Usuários casuais, estudantes ou qualquer pessoa que queira experimentar os recursos da IA sem compromisso financeiro.

- **Principais características:**
 - Acesso ao modelo GPT-5 com um limite de mensagens específico (por exemplo, 10 mensagens a cada 5 horas). Esse limite pode variar.
 - Acesso limitado às capacidades de raciocínio complexas (por exemplo, uma vez por dia).
 - Geração básica de imagens com cota diária limitada.
 - Sem acesso ao recurso de geração de vídeo *do Sora*.
- **Recomendação:** Este plano é perfeito para começar. Você pode usá-lo para escrever e-mails, responder perguntas simples, resumir textos curtos ou simplesmente bater um papo para se familiarizar com a IA.

Plano Plus (US\$ 20/mês)



- **Para quem é:** Profissionais, criadores de conteúdo, desenvolvedores e usuários frequentes que precisam de IA para seu trabalho diário.
- **Principais características:**
 - Um limite de mensagens muito maior com GPT-5 (por exemplo, 160 mensagens a cada 4 horas), permitindo que você trabalhe por períodos mais longos sem interrupção.
 - Acesso mais amplo ao modelo de raciocínio avançado (por exemplo, 30 usos por semana), ideal para problemas matemáticos complexos, análise de dados e programação.
 - Um gerador de imagens melhor e mais rápido.
 - Acesso ao recurso de geração de vídeo Sora (por exemplo, vídeos de 5 segundos a 720p ou vídeos de 10 segundos a 480p).
 - O recurso Canvas para edição visual de texto.
 - Modo agente para executar tarefas mais complexas.

- **Recomendação:** Se você está constantemente atingindo os limites do plano gratuito ou precisa de recursos avançados para seu trabalho, o plano Plus oferece um excelente custo-benefício.

Plano Pro (US\$ 200/mês)

Plus	Pro
\$ 20 USD / mês	\$ 200 USD / mês
Mais acesso à inteligência avançada	Acesso completo ao melhor do ChatGPT
Seu plano atual	Assinar Pro
<ul style="list-style-type: none">GPT-5 com reflexão avançadaMais mensagens e carregamentosMais criação de imagens com maior velocidadeMais memória e contextoMais investigações e modo agenteProjetos, tarefas, GPTs personalizadosGeração de vídeos com o SoraAgente Codex	<ul style="list-style-type: none">GPT-5 com reflexão proMensagens e carregamentos ilimitadosCriação de imagens ilimitada e mais rápidaO máximo de memória e contextoO máximo de investigações e do modo agenteProjetos, tarefas e GPTs personalizados ampliadosGeração ampliada de vídeos com o SoraAgente Codex ampliadoPrévia experimental de novos recursos

- **Para quem é:** Pequenas empresas, profissionais com cargas de trabalho muito altas ou pesquisadores que precisam de recursos ilimitados de IA.
- **Principais características:**
 - Acesso ilimitado a todos os modelos GPT-5.
 - O melhor modelo de raciocínio disponível sem limites.
 - Criação de imagens ilimitada e mais rápida.
 - Geração de vídeo Sora de alta qualidade (até 20 segundos a 1080p, sem marca d'água).
 - Acesso prioritário aos recursos mais recentes antes que sejam amplamente lançados.
- **Recomendação:** Este plano é para usuários profissionais que consideram a IA uma parte indispensável do seu fluxo de trabalho e exigem o mais alto desempenho.

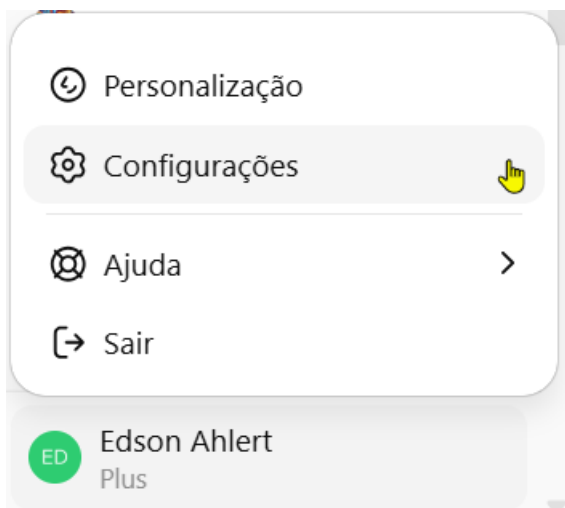
Para a maioria das pessoas, começar com o plano gratuito é a escolha mais sensata. Depois que você se familiarizar com ele e quiser mais, fazer o upgrade para o plano Plus é uma decisão que vale a pena.

Configuração essencial da conta: faça do ChatGPT seu assistente pessoal

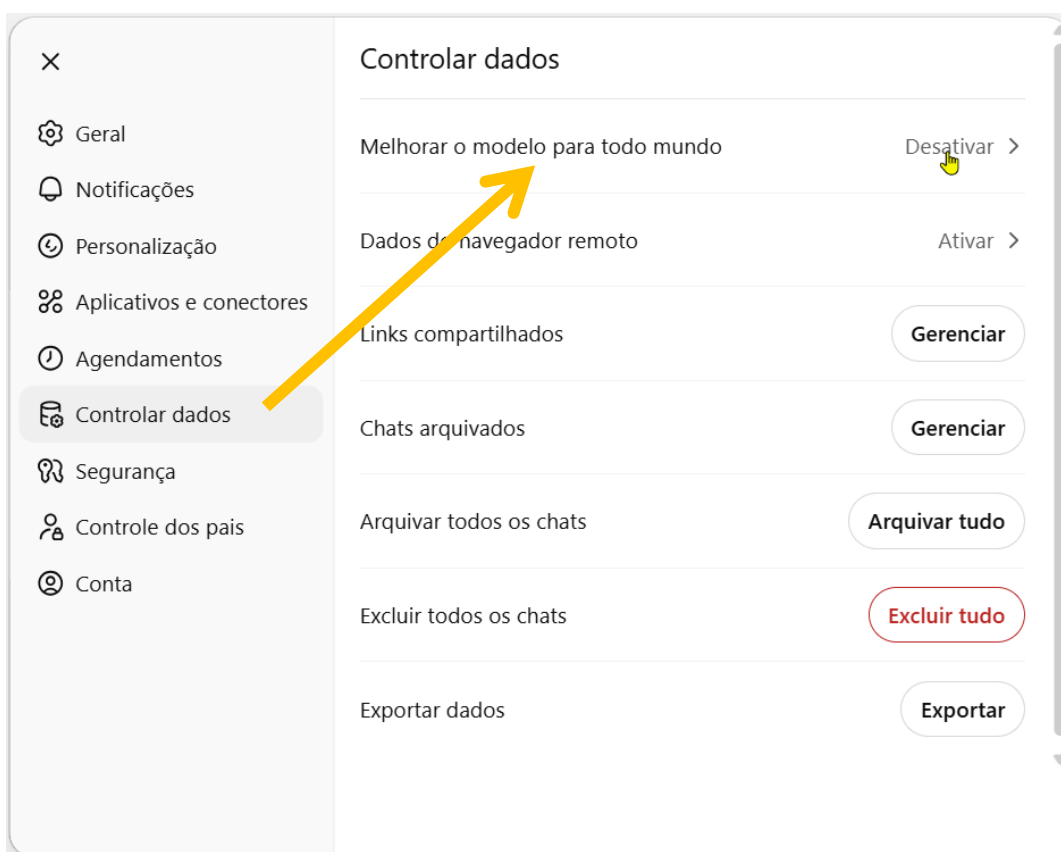
1. Proteja sua privacidade

Uma das maiores preocupações ao usar IA é a privacidade. Veja como você pode controlar seus dados:

- **Acesse Configurações → Controles de dados.**



- **Desative a opção "Melhorar o modelo para todos":** se não quiser que suas conversas sejam usadas para treinar futuros modelos de IA, desative esta opção. Isso é especialmente importante se você trabalha com informações confidenciais de clientes ou da empresa.



- **Use o "Bate-papo Temporário":** pense nisso como o modo anônimo do ChatGPT. As conversas neste modo não serão salvas no seu histórico e não serão usadas para treinamento de modelos. É útil quando você deseja discutir um problema pessoal, uma ideia secreta de negócio ou colar um texto sensível.

Chat temporário

Este chat não aparecerá no histórico, não usará ou atualizará a memória do ChatGPT, nem será usado para treinar nossos modelos. Por segurança, podemos manter uma cópia por até 30 dias.

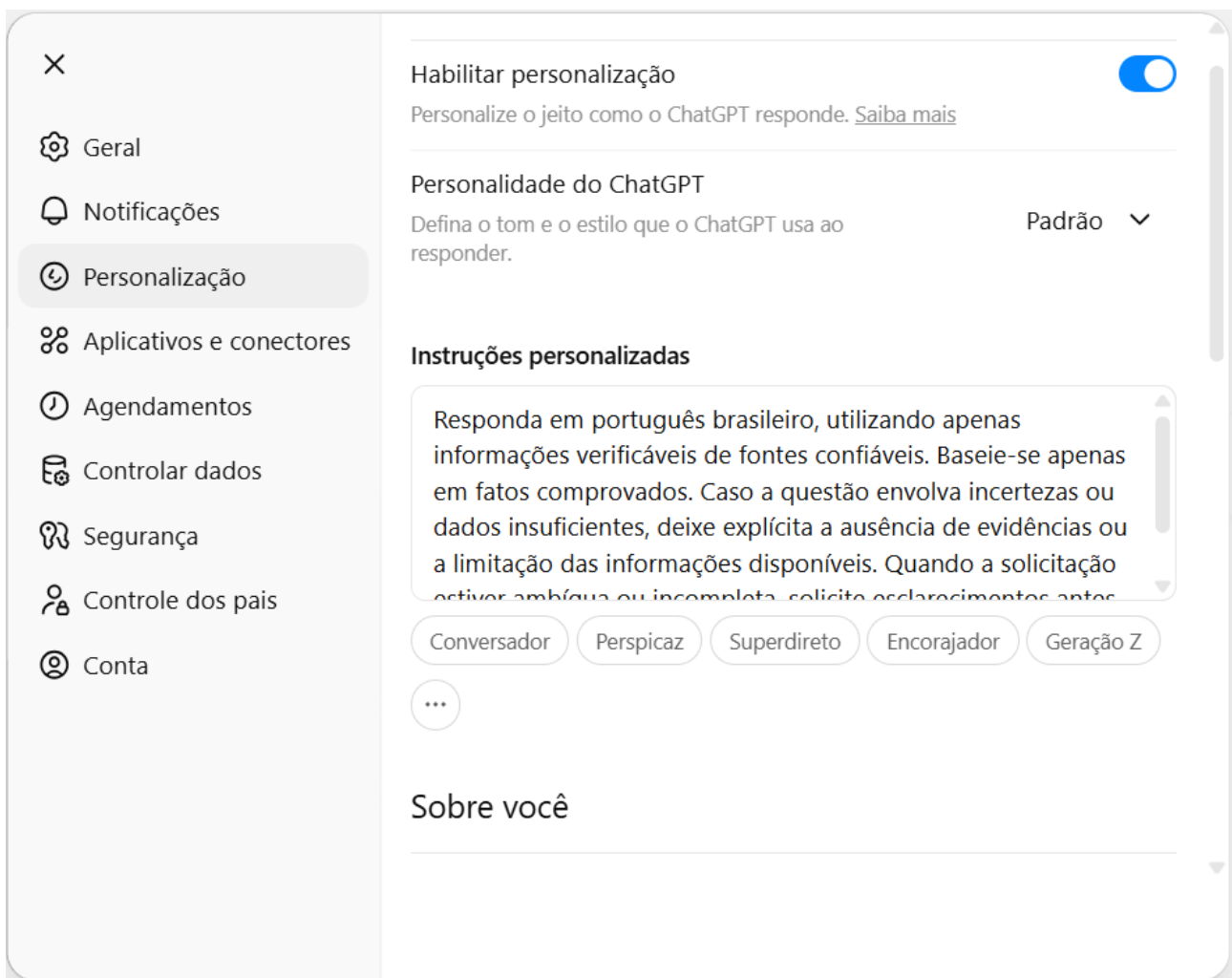
+ Pergunte alguma coisa



- **Exportar dados ou excluir sua conta:** você tem controle total sobre seus dados. Você pode solicitar uma cópia de todas as suas conversas ou excluir sua conta completamente a qualquer momento.

2. Personalize sua experiência

Esta seção é extremamente importante para que o ChatGPT entenda você melhor. Acesse **Configurações** → **Personalização**. Aqui, você pode fornecer informações para que a IA possa dar respostas mais personalizadas para você.



O que incluir:

- **Seu nome:** Para tornar as conversas mais amigáveis.

- **Sua função/ocupação:** Ajuda a IA a fornecer respostas relevantes para sua área profissional. Por exemplo, uma resposta para um especialista em marketing será diferente de uma para um programador.
- **Seu estilo de resposta preferido:** Você prefere respostas curtas e objetivas ou explicações detalhadas e aprofundadas?
- **Requisitos específicos para seu trabalho:** Quaisquer regras ou formatos que você sempre deseja que a IA siga.

Exemplo de instruções personalizadas:

“Responda em português brasileiro, utilizando apenas informações verificáveis de fontes confiáveis. Baseie-se apenas em fatos comprovados. Caso a questão envolva incertezas ou dados insuficientes, deixe explícita a ausência de evidências ou a limitação das informações disponíveis. Quando a solicitação estiver ambígua ou incompleta, solicite esclarecimentos antes de responder.”

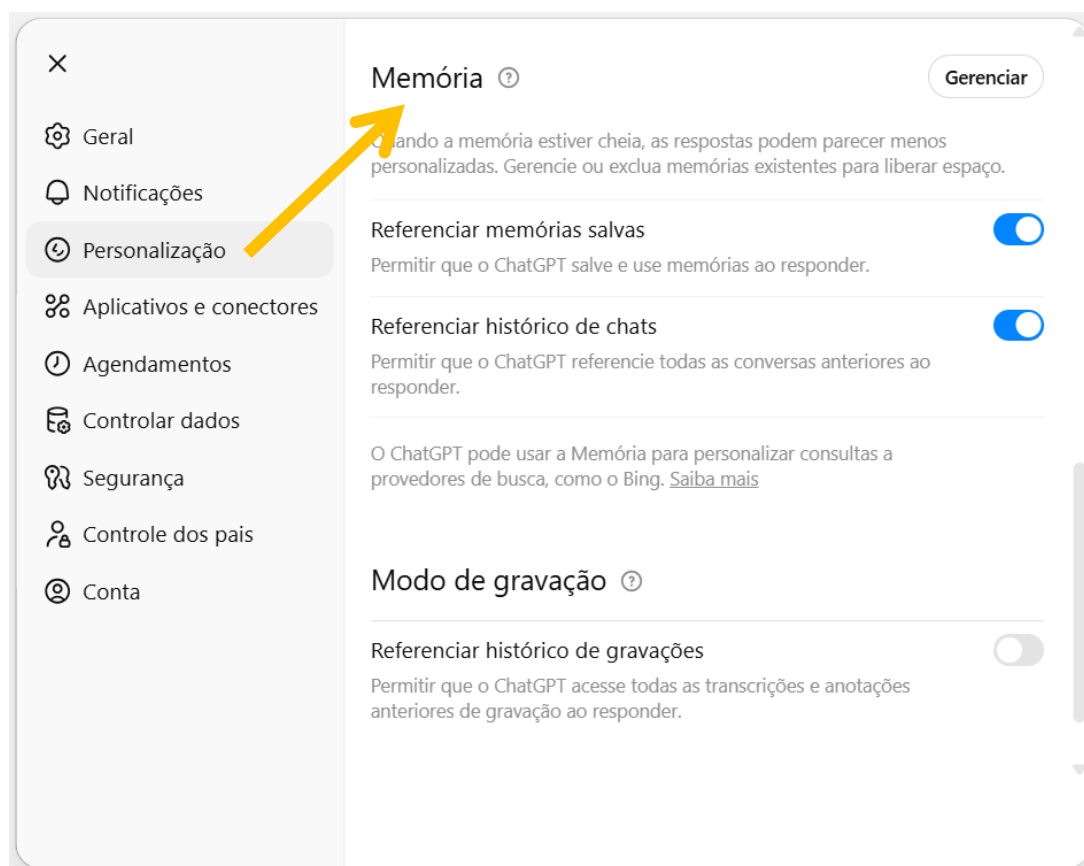
3. Habilite recursos avançados

Para aproveitar ao máximo o ChatGPT, certifique-se de que estes recursos estejam habilitados em **Configurações** → **Avançado**:



- **Pesquisa na web:** Este é o recurso mais importante, permitindo que o ChatGPT acesse as informações mais recentes da internet. Sem ele, o conhecimento da IA fica limitado ao tempo em que foi treinada.
- **Voz avançada:** permite que você tenha uma conversa falada com a IA, o que é muito natural e conveniente quando você está em movimento.
- **Lousa (Canvas):** um espaço de trabalho onde você pode editar documentos com a ajuda da IA.
- **Intérprete de código:** permite que o ChatGPT execute código, analise arquivos de dados (como *Excel*, *CSV*), crie gráficos e realize cálculos complexos.

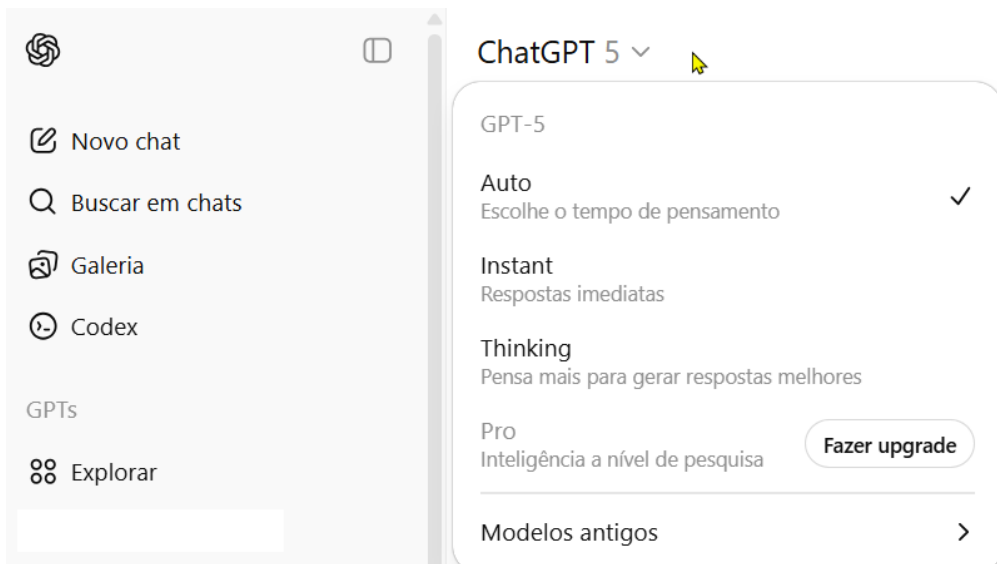
4. Configure a memória e a personalização



Ao ativar "**Memórias salvas referenciadas**" e "**Histórico de bate-papo referenciado**", você permite que o ChatGPT aprenda com suas conversas anteriores. Com o tempo, ele se lembrará de suas preferências, projetos e estilo. Por exemplo, se você costuma pedir postagens em redes sociais com um tom humorístico, ele se lembrará disso. Você pode visualizar, gerenciar ou excluir memórias específicas a qualquer momento para garantir que a IA se lembre apenas do que você deseja.

O modelo certo para cada tarefa

5. Escolha seu modelo com sabedoria



Na interface do ChatGPT, muitas vezes você pode escolher entre diferentes modelos:

- **Instantâneo/Automático:** Use para perguntas simples e rápidas que não exigem raciocínio profundo. Por exemplo: "Qual é a capital de Portugal?" ou "Traduza 'olá' para o espanhol".
- **Modelos de pensamento:** use para tarefas que exigem lógica, matemática, planejamento ou resolução de problemas complexos. Esses modelos "pensam" com mais cuidado e são menos propensos a cometer erros simples.
- **Modelos legados:** Às vezes, versões mais antigas de um modelo podem ter um desempenho melhor para determinadas tarefas específicas. Você pode ativar a opção "Mostrar modelos adicionais" nas configurações para acessá-los.

Exemplo:

Ei, Ahlert. Tudo pronto para começar?

Tenho um orçamento de R\$ 1.000 para impulsionar as vendas e a visibilidade de uma pequena padaria artesanal local. Crie um plano integrado de marketing e gestão operacional para a primeira semana, incluindo ações digitais e de campo, metas mensuráveis, papéis da equipe e indicadores de desempenho.

+



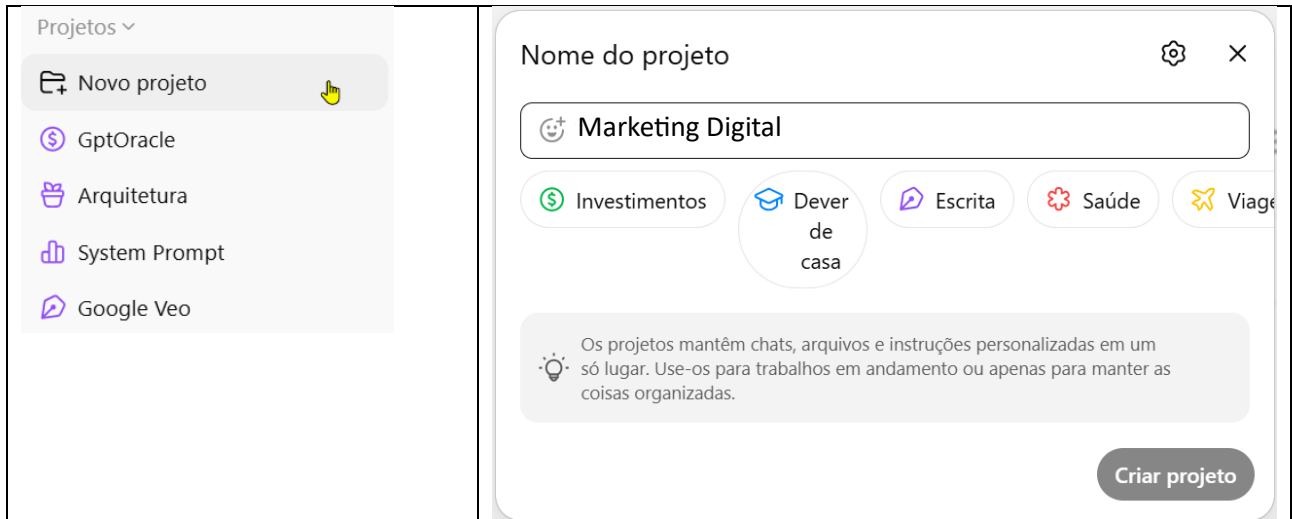
- **Pergunta simples:** "Resuma o filme 'A Origem' em três frases." → Use o modelo **Instantâneo/Automático**.
- **Pergunta complexa:** "Tenho um orçamento de R\$ 1.000 para impulsionar as vendas e a visibilidade de uma pequena padaria artesanal local. Crie um plano integrado de marketing e gestão operacional para a primeira semana, incluindo ações digitais e de campo, metas mensuráveis, papéis da equipe e indicadores de desempenho." → Use um **modelo de pensamento** para obter os melhores resultados.

Projetos: Sua arma secreta para organização

6. Domine o recurso Projetos

Projetos é um dos recursos mais úteis, porém menos conhecidos. Pense neles como pastas dedicadas, cada uma projetada para ser um assistente de IA focado em um único tópico.

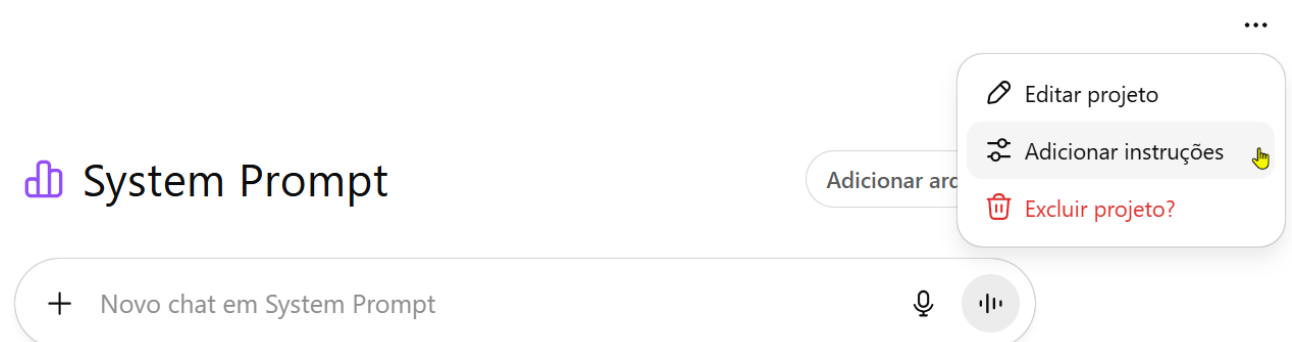
O que os Projetos podem fazer:



- **Bate-papos relacionados ao grupo:** todas as conversas sobre um tópico (por exemplo, "Marketing Digital") são armazenadas em um só lugar.
- **Armazenar arquivos:** você pode enviar PDFs, imagens e documentos de texto para fornecer contexto ao projeto. A IA usará esses arquivos como base de conhecimento.
- **Aplice instruções personalizadas específicas:** cada projeto pode ter suas próprias instruções personalizadas, diferentes das instruções gerais.
- **Crie memória somente para o projeto:** conversas e conhecimentos dentro de um projeto não serão misturados com outros projetos, evitando que a IA fique "confusa".

7. Crie assistentes de IA especializados

É aqui que o poder dos Projetos realmente brilha. Você pode criar assistentes de IA altamente personalizados.



Instruções



Qual é a melhor forma do ChatGPT ajudar você com este projeto?

Você pode pedir ao ChatGPT para se concentrar em determinados tópicos ou usar um determinado tom ou formato para as respostas.

Responda de forma técnica, direta e crítica. Aponte falhas, vieses ou premissas frágeis com base em evidências. Fundamente concordâncias e divergências com razões claras e fontes confiáveis. Indique limites e alternativas sempre que necessário.

Cancelar

Salvar

Exemplos de projetos poderosos:

- **Assistente de criação de conteúdo do YouTube:**

Você forneceu três recursos principais:

1. **Diretrizes de marca** (logotipo, cores, identidade visual geral)
2. **Uma lista de vídeos anteriormente bem-sucedidos** (para comparar tom, estilo e fatores de desempenho)
3. **Análise demográfica do público** (para alinhar ideias ao que mais ressoa com seus espectadores)

Com base nisso, o papel da IA é atuar como seu **Especialista em Estratégia de YouTube**. Isso significa:

- Sempre que você solicitar ideias de conteúdo, ela gerará **3 títulos de vídeo chamativos e que parem o scroll** — cada um com **menos de 60 caracteres** para maximizar o potencial de cliques.
- Cada título virá acompanhado de **uma descrição curta e envolvente**, otimizada para curiosidade e tempo de exibição.
- O tom **sempre será enérgico, positivo e motivador** — consistente com a personalidade da sua marca.
- Ela também considerará seus **dados de desempenho anteriores e o perfil do público**, garantindo que as ideias pareçam **tanto novas quanto alinhadas à marca**.

- **Arquivos enviados:** Diretrizes da marca (logotipo, cores), uma lista de vídeos de sucesso anteriores, análise demográfica do público.
- **Instruções personalizadas para o projeto:** "Você é especialista em estratégia para o YouTube. Quando eu pedir ideias, sugira 3 títulos chamativos (com menos de 60 caracteres) e uma breve descrição. O tom deve ser sempre enérgico e positivo."

- **Orientador Acadêmico de Estudantes Universitários:**

- Você enviou materiais como planos de curso, anotações de aula e exemplos de redações com pontuação alta.
- O papel aqui é atuar como um tutor acadêmico. Sempre que você perguntar sobre um conceito, a explicação deve ser clara, acessível para iniciantes e ilustrada com um exemplo de microeconomia. As respostas também devem estar alinhadas aos requisitos oficiais do programa.

- **Arquivos enviados:** programas de curso, notas de aula, exemplos de redações com notas altas.

- **Instruções personalizadas para o projeto:** "Você é um tutor acadêmico. Quando eu perguntar sobre um conceito, explique-o em linguagem simples e forneça um exemplo relacionado à microeconomia. Sempre verifique os arquivos do programa para garantir que a resposta esteja alinhada aos requisitos do curso."

- **Coach de Perda de Peso e Nutrição:**

- Você forneceu um diário alimentar diário, um cronograma de treinos e, opcionalmente, resultados de exames de saúde, caso deseje compartilhá-los.
- O papel aqui é atuar como um especialista em nutrição. Quando você listar os alimentos, a tarefa será estimar a ingestão total de calorias e recomendar substituições mais saudáveis. O objetivo final é perder cerca de 2 kg em um mês.

- **Arquivos enviados:** Registro alimentar diário, plano de exercícios, resultados de testes de saúde (se você se sentir confortável).
- **Instruções personalizadas para o projeto:** "Você é um especialista em nutrição. Quando eu fornecer uma lista de alimentos, calcule a contagem aproximada de calorias e sugira alternativas mais saudáveis. Minha meta é perder 2 kg em um mês."

Dica profissional: ao criar um novo projeto, escolha "**Somente memória do projeto**". Isso garante que a IA nesse projeto aprenda apenas com as conversas e arquivos contidos nele, ajudando-a a se tornar uma verdadeira especialista no assunto.

Técnicas Essenciais de Solicitação

A qualidade das suas respostas depende muito da qualidade das suas perguntas.

8. Fale como um humano

Não tente escrever comandos complexos como se estivesse programando. Escreva como se estivesse enviando uma mensagem para um amigo muito inteligente.

- **Bom:** "Quero cozinhar um prato vietnamita para duas pessoas hoje à noite, mas não tenho muito tempo. Você pode sugerir algo delicioso que seja fácil de preparar em menos de 30 minutos? Por favor, me envie também a receita."

No que você está pensando hoje?

Quero cozinhar um prato vietnamita para duas pessoas hoje à noite, mas não tenho muito tempo. Você pode sugerir algo delicioso que seja fácil de preparar em menos de 30 minutos? Por favor, me envie também a receita.



- **Não tão bom:** "Solicito uma receita culinária vietnamita, otimizada para um tempo de preparação e cozimento de menos de 30 minutos, para dois clientes."

9. Seja direto e específico

A imprecisão leva a respostas genéricas.

- **Vago:** "Fale-me sobre como escrever um CV."

+ Fale-me sobre como escrever um CV



- **Melhor:** "Como posso montar um currículo para uma vaga de Analista Júnior de Marketing? Eu ainda não tenho experiência profissional, apenas vivência em projetos e atividades de grupos universitários. Quais seções o currículo deve incluir?"

Como posso montar um currículo para uma vaga de Analista Júnior de Marketing?
Eu ainda não tenho experiência profissional, apenas vivência em projetos e atividades de grupos universitários. Quais seções o currículo deve incluir?

+



10. Forneça um contexto rico

Pense na fórmula dos 5 Ws: Quem, O quê, Quando, Onde, Por quê. Quanto mais informações você fornecer, mais precisa será a resposta.

Exemplo:

Aja como um consultor de finanças pessoais.

Eu sou um **freelancer de 25 anos**, com uma **renda instável de cerca de R\$ 6.500 por mês**. Quero **começar a economizar para comprar uma casa nos próximos 10 anos**.

Por favor, proponha um **plano simples de alocação mensal da renda** que eu possa começar a aplicar imediatamente.

Considere que **meus gastos mensais em Lajeado** são de aproximadamente **R\$ 4.300 por mês**.

11. Especifique o formato desejado

Diga ao ChatGPT exatamente como você quer que a saída seja formatada.

- "Crie uma tabela com um cronograma de academia para iniciantes. As colunas devem incluir: Dia, Grupo Muscular, Exercício, Séries e Repetições."
- "Converta este texto para o formato JSON."
- "Liste os benefícios da leitura de livros em uma lista com marcadores."
- "Crie uma lista de verificação passo a passo sobre o que fazer antes de viajar para o exterior."

12. Dê exemplos (bons e ruins)

Esta é uma técnica muito poderosa. Mostre ao ChatGPT exatamente o que você quer e o que não quer.

Exemplo:

Você é um redator de mídias sociais.

Preciso de **5 frases de abertura (ganchos)** para um post sobre **protetor solar**.

Siga este **bom exemplo**:

"90% das pessoas estão aplicando protetor solar do jeito errado. Entenda o motivo."

Evite este **mau exemplo**:

"O protetor solar é muito importante para a sua pele."

O **bom exemplo** desperta **curiosidade** e é **específico**.

O **mau exemplo** é **genérico e pouco envolvente**.

Estratégias avançadas de conversação

13. Não aceite o primeiro rascunho

O maior ponto forte do ChatGPT é sua capacidade de iteração. Após receber uma resposta, peça para ele fazer edições.

- "Reescreva este parágrafo para ser mais conciso, com menos de 50 palavras, mas mantenha a ideia principal."
- "Deixe esse tom mais profissional e formal."
- "Adicione um pouco de humor a esta resposta."
- "Explique isso novamente usando uma analogia mais simples."

14. Use o recurso de derivação / ramificação

Esse recurso permite que você explore diferentes direções a partir do mesmo ponto de partida sem perder sua conversa original.

Se desejar, posso gerar

executivo de acompanhamento

Você quer que eu me

Derivar novo chat a partir desta mensagem...

Ler em voz alta

em estrutura para IA + planilha + relatório

didático ou ferramenta de consultoria.

Derivar novo chat a partir desta mensagem



1. Após receber uma resposta, clique no ícone de três pontos ao lado dela.
2. Selecione "Derivar novo chat a partir desta mensagem".
3. Neste novo ramo, você pode tentar uma abordagem completamente diferente.
4. Você pode alternar facilmente entre os ramos para comparar os resultados.

Exemplo: você pede ao ChatGPT para escrever um e-mail de candidatura a emprego. Em seguida, você pode criar uma ramificação para pedir que ele reescreva o e-mail em um tom mais amigável e outra ramificação para reescrevê-lo em um tom mais assertivo.

15. Divida grandes projetos em etapas

Para tarefas complexas, não peça à IA para fazer tudo de uma vez. Divida-as em etapas menores.

Exemplo:

Vamos criar um plano de negócios para uma confeitaria online.

Este plano será dividido em **4 partes**:

1. **Resumo Executivo**
2. **Análise de Mercado**
3. **Plano de Marketing**
4. **Projeções Financeiras**

Por enquanto, vamos começar apenas com a **Parte 1: o Resumo Executivo**.

Por favor, redija essa seção.

Depois que o ChatGPT concluir a Parte 1, você poderá revisar, editar e então solicitar que ele prossiga com a Parte 2.

16. Peça ao ChatGPT para declarar suas suposições

Quando você não tiver certeza se forneceu informações suficientes, peça à IA para listar suas suposições.

Quero que você me ajude a planejar uma viagem de 5 dias para Lisboa.

Antes de começar, **liste as suposições que você está fazendo** sobre:

- meu **orçamento**,
- minhas **preferências de viagem** (aventura vs. relaxamento), e
- o **meio de transporte** que utilizarei.

Você pode então revisar a lista de suposições e corrigir qualquer coisa que esteja errada, garantindo que ambos estejam na mesma página.

17. Deixe o ChatGPT fazer perguntas a você

Esta é uma ótima maneira de obter sugestões altamente personalizadas.

Quero melhorar minhas habilidades de gestão do tempo.

Por favor, **faça-me 5 perguntas** para compreender melhor **meus desafios e hábitos atuais**.

Com base nas minhas respostas, **proponha uma estratégia adequada para mim**.

Trabalhando com arquivos e mídia

18. Verifique os fatos e as fontes

A IA pode apresentar informações incorretas com segurança, um fenômeno conhecido como "alucinação". Ao solicitar informações factuais:

- **Peça fontes:** sempre peça ao ChatGPT para fornecer links para suas fontes de informação.
- **Verifique os links:** clique nos links para ver se eles realmente contêm as informações.
- **Referência cruzada:** compare informações de várias fontes confiáveis.

- **Tenha cuidado com dados e eventos recentes:** a IA pode não ter os dados mais recentes.

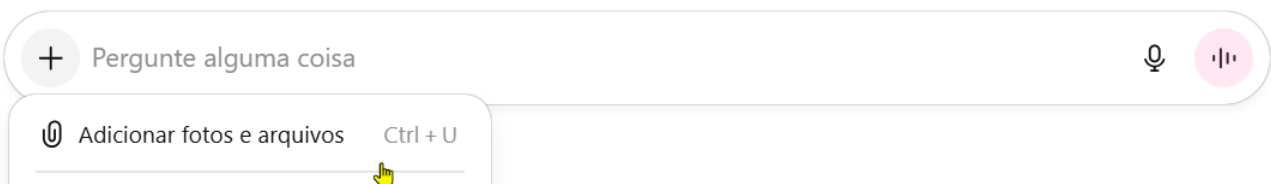
19. Carregar e analisar documentos

Este é um dos recursos mais poderosos. Você pode fazer upload de:

- **PDFs:** artigos de pesquisa, relatórios financeiros, manuais do usuário.
- **Imagens:** Capturas de tela, gráficos, fotos.
- **Arquivos de texto:** dados brutos, notas, transcrições de reuniões.

Exemplo:

Tudo pronto? Então vamos lá!

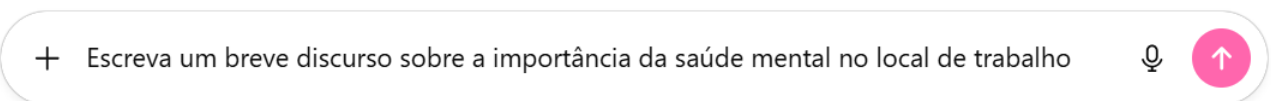


Aqui está um PDF com o relatório financeiro da empresa referente ao terceiro trimestre (Q3). Por favor, resuma os principais pontos, identifique 3 tendências positivas e 2 riscos potenciais. Cite números específicos do relatório em suas observações.

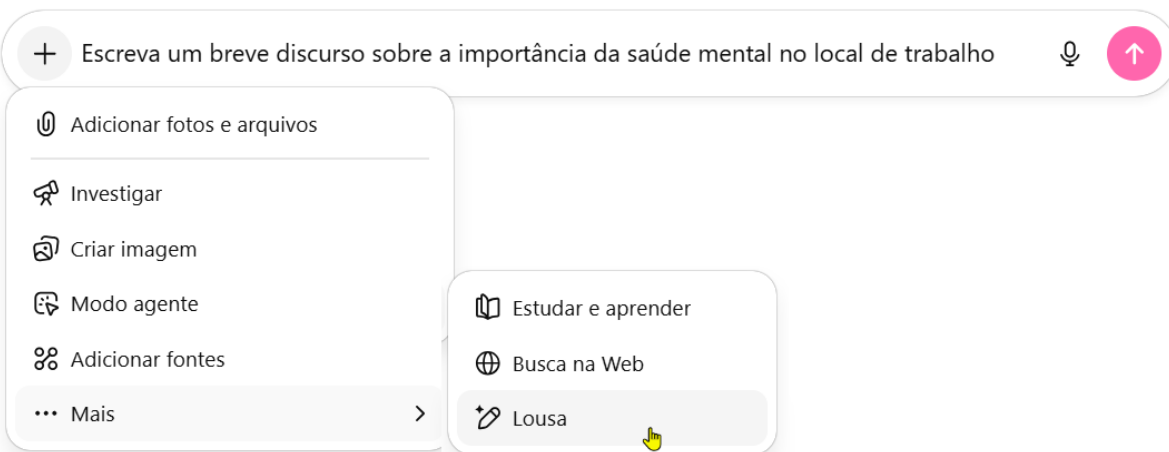
20. Use a Lousa (Canvas) para edição colaborativa

A Lousa (Canvas) cria um documento editável ao lado do seu bate-papo, como o Google Docs com um assistente de IA.

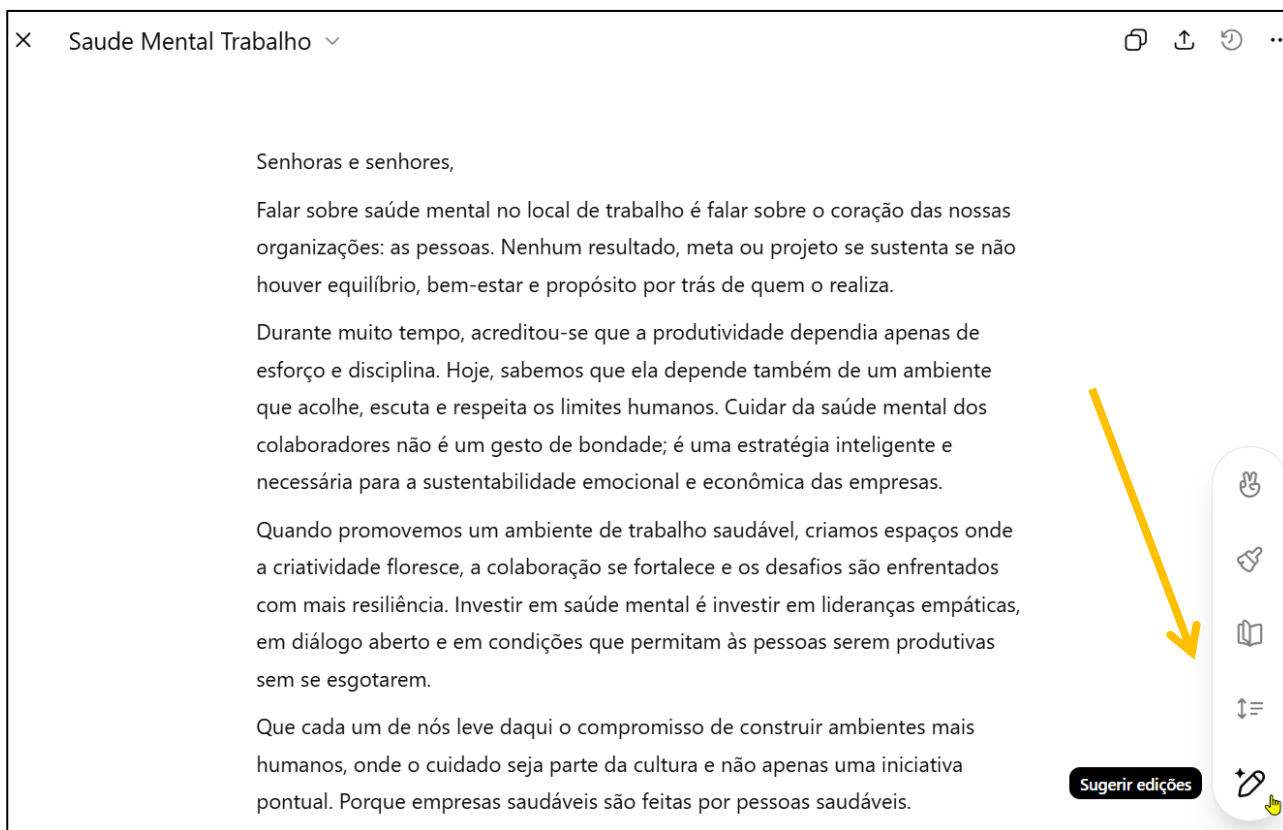
1. Comece com um prompt, por exemplo: "Escreva um breve discurso sobre a importância da saúde mental no local de trabalho".



2. Clique no botão de adição e selecione o modo Lousa (Canvas).



3. Edite o texto diretamente no documento.
4. Use sugestões de IA para melhorias (por exemplo, "Ajustar tamanho", "Nível de Leitura", "Adicionar uma chamada para ação").



5. Selecione uma parte específica do texto e dê instruções apenas para essa parte.

Imagem e Capacidades Visuais

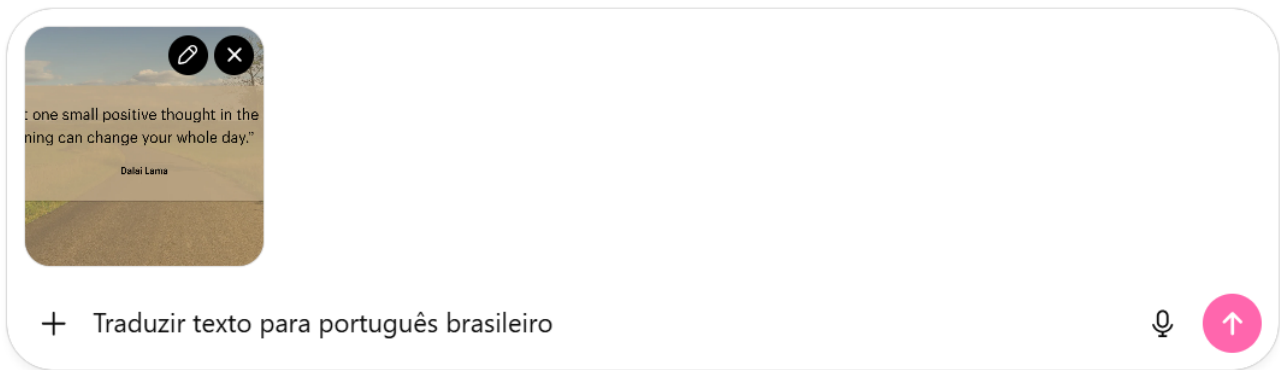
21. Use imagens como prompts

O ChatGPT pode "ver" e entender imagens.

- **Contar objetos:** (Observação: nem sempre é 100% preciso).
- **Ler texto de capturas de tela (OCR):** Muito útil para extrair texto de imagens.
- **Descreva o que está acontecendo nas fotos.**
- **Extraia informações de gráficos e tabelas.**

Dica profissional: para extrair texto, use o prompt: "Por favor, realize o OCR nesta imagem e me forneça todo o texto em um formato que eu possa copiar."

Ou apenas: "Traduzir texto para português brasileiro."



22. Use o chat temporário para privacidade

Como mencionado anteriormente, ao discutir tópicos delicados, ative o **Bate-papo temporário**.

Chat temporário

Este chat não aparecerá no histórico, não usará ou atualizará a memória do ChatGPT, nem será usado para treinar nossos modelos. Por segurança, podemos manter uma cópia por até 30 dias.



- A conversa não será salva.
- Não será usado para treinamento de IA.
- Não será armazenado na memória.
- Perfeito para discussões pessoais ou confidenciais.

Meta-Prompting: Usando IA para Melhorar a IA

23. Peça ao ChatGPT para escrever prompts melhores

Este é um truque avançado. Deixe a IA ajudar você a se comunicar com ela de forma mais eficaz.

Quero usar você para planejar conteúdo para meu canal no Instagram sobre culinária vegana. Por favor, sugira 5 prompts detalhados e eficazes que eu possa usar para gerar ideias de posts, receitas e vídeos curtos.

O ChatGPT fornecerá prompts bem estruturados que você pode usar imediatamente.

1. Ideias de post educativo com storytelling

Prompt:

Gere 10 ideias de posts curtos para Instagram sobre culinária vegana que combinem *educação e storytelling pessoal*.

Contexto: público iniciante em alimentação vegana, busca praticidade e sabor.

Cada ideia deve incluir:

- "Título chamativo (máx. 50 caracteres)"
- "Breve descrição do conteúdo do post"
- "Um *gancho narrativo* (ex: "quando descobri que podia fazer queijo sem leite...")"
- "Sugestão de imagem ou vídeo curto (ex: "close-up derretendo o queijo vegano")"
- "CTA (ex: "Salve essa dica pra testar no fim de semana!")"

2. Receitas rápidas em formato de Reels

Prompt:



Crie 5 roteiros para vídeos curtos de até 30 segundos com receitas veganas simples e apetitosas.

Modelos de prompt prontos para uso

Aqui estão 12 modelos de prompt poderosos que você pode copiar e personalizar. Cada modelo vem com um exemplo detalhado.

24. Melhoria de e-mail

Modelo:

Reescreva o e-mail abaixo para que soe mais profissional e amigável, mas ainda claro em relação ao meu pedido.

Reduza-o para cerca de 100 palavras.

Em seguida, **sugira 3 linhas de assunto atraentes**.

[Cole seu e-mail aqui]

Exemplo:

- **E-mail original:** "Olá, Edson, estou escrevendo para perguntar sobre o relatório. Quando você vai me enviar? Preciso dele com urgência."
- **Sugestão:** "Por favor, reescreva o e-mail abaixo... Assunto: 'Olá, Edson, estou escrevendo para perguntar sobre o relatório. Quando você vai enviá-lo? Preciso dele com urgência.'"

25. Resumo do Documento

Modelo:

Enviei um artigo de pesquisa.

Por favor, **resuma-o em 5 tópicos principais**, direcionados a um **público leigo, sem conhecimento técnico na área**.

Em seguida, **extraia a citação mais impactante do artigo**.

Exemplo: (Após enviar um PDF) "Eu enviei... Por favor, resuma..."

26. Aprendendo novos tópicos

Modelo:

Explique o tema [tema] para mim como se eu tivesse 12 anos.

Use analogias simples.

Depois de terminar a explicação, crie um pequeno quiz com 3 perguntas de múltipla escolha para testar meu entendimento, incluindo o gabarito.

Exemplo: "Explique-me o tópico 'Computação em Nuvem' como se eu tivesse 12 anos..."

27. Brainstorming de Ideias

Modelo:

Estou em busca de ideias para [seu objetivo].

Por favor, liste 10 ideias únicas.

Para cada ideia, apresente no formato:

- Nome da Ideia (1 frase)
- Principal Benefício
- Os Três Primeiros Passos para implementá-la.

Exemplo: "Estou procurando ideias para um projeto paralelo de fim de semana que possa gerar renda extra. Liste 10 ideias..."

28. Organização de Dados

Modelo:

Converta a lista desorganizada abaixo em uma tabela com as seguintes colunas:

[nome da coluna 1], [nome da coluna 2], [nome da coluna 3].

Classifique a tabela pela coluna [nome da coluna] em ordem crescente.

[Cole seus dados aqui]

Exemplo: "Converta a lista confusa abaixo em uma tabela com as colunas: Nome do produto, Preço, Estoque. Classifique a tabela por Preço... 'Camiseta - \$ 10 - 50, Jeans - \$ 20 - 30...'"

29. Planejamento de Apresentação

Modelo:

Crie um esboço detalhado para uma apresentação de 10 minutos sobre o tema [tema].

O esboço deve incluir:

- Introdução
- 3 pontos principais (cada um com 2 subtópicos)

- **Conclusão**

Antes de começar, **faça-me 2 perguntas** para entender melhor **quem é o público da apresentação**.

Exemplo: "Crie um esboço detalhado para uma apresentação de 10 minutos sobre 'Os benefícios da meditação diária'..."

30. Edição de conteúdo

Modelo:

Aja como um editor profissional.

Revise o parágrafo abaixo para melhorar a **clareza e a fluidez**, mantendo o **meu tom original**.

Depois de concluir, **liste as principais alterações que você fez**.

[Cole seu parágrafo aqui]

Exemplo: "Aja como um editor profissional... 'Aprender um novo idioma é uma coisa muito boa. Ajuda seu cérebro. Você pode conversar com mais pessoas.'"

31. Análise de Dados

Modelo:

A partir do arquivo CSV que acabei de enviar, contendo dados de uma pesquisa de satisfação de clientes, responda às seguintes perguntas:

1. Quais são as 3 reclamações mais comuns?
2. Qual é a pontuação média de satisfação em uma escala de 0 a 10?
3. Sugira um tipo de gráfico adequado para visualizar a satisfação por faixa etária.

Exemplo: (Após enviar um arquivo CSV) "Do arquivo CSV que acabei de enviar..."

32. Tradução

Modelo:

Traduza o seguinte trecho para [idioma].

Tente **preservar o tom humorístico e informal**.

Se houver **expressões idiomáticas ou frases que não possam ser traduzidas literalmente**, **signalize-as** e **sugira uma frase equivalente** no idioma de destino ([idioma]).

Exemplo: "Traduza o seguinte trecho para o inglês. 'Ugh, o trânsito de hoje foi um pesadelo.' Tente preservar o tom..."

33. Coaching Pessoal

Modelo:

Aja como um [papel, por exemplo: coach de carreira].
Meu objetivo é [seu objetivo].
Por favor, **faça-me 5 perguntas diagnósticas** para entender melhor **minha situação atual**.
Com base nas minhas respostas, **proponha um plano de ação em 3 etapas** que eu possa começar **ainda nesta semana**.

Exemplo: "Atuar como coach de carreira. Meu objetivo é encontrar meu primeiro emprego depois da formatura..."

34. Comparação de produtos

Modelo:

Crie uma tabela comparativa detalhada entre [Produto A] e [Produto B].

Os **critérios de comparação** devem incluir:

- Preço
- Principais recursos
- Perfil de usuário indicado
- Vantagens
- Desvantagens.

Exemplo: "Crie uma tabela de comparação detalhada entre o iPhone 15 e o Samsung Galaxy S24..."

35. Escrita Criativa

Modelo:

Escreva um(a) [gênero, por exemplo: conto, poema] sobre [tema].

A história deve conter **um elemento surpreendente** (por exemplo, **um final inesperado**).

Depois de escrevê-la, **sugira 3 maneiras diferentes de desenvolver essa história em uma obra maior**.

Exemplo: "Escreva um conto sobre um gato de rua na cidade. A história deve ter um final surpreendente..."

Principais conclusões para o sucesso



1. **Comunique-se naturalmente:** escreva como se estivesse falando com um amigo inteligente.

2. **Use Projetos:** organize suas conversas em espaços de trabalho focados com contexto específico.
3. **Sempre verifique os fatos:** a IA pode estar errada. Não confie nela cegamente.
4. **Repita e refine:** não aceite o primeiro rascunho. Sempre peça edições para obter melhores resultados.
5. **Seja específico:** quanto mais contexto e detalhes você fornecer, melhores serão os resultados.

Conclusão: sua jornada de IA começa agora

O ChatGPT não é uma solução mágica que sabe tudo, mas é uma ferramenta incrivelmente poderosa quando usada corretamente. Assim como aprender qualquer nova habilidade, é preciso prática para dominá-la.

Comece com o plano gratuito e experimente estas técnicas. Concentre-se em usar linguagem natural, configurar Projetos para suas tarefas mais comuns e sempre verificar informações importantes.

O objetivo não é se tornar um especialista em IA da noite para o dia, mas transformar gradualmente o ChatGPT em um assistente personalizado que entenda suas necessidades e ajude você a trabalhar com mais eficiência.

Lembre-se: a IA é uma ferramenta para ampliar suas habilidades, não para substituir seu pensamento. Quanto melhor você se comunicar com ela, mais poderosa ela se tornará para suas necessidades específicas.

O que você criará com essas novas habilidades? As possibilidades são infinitas, e sua jornada impulsionada pela IA começa na sua próxima conversa.

Prof Edson Ahlert. – iagora.tec.br

Univates / 2025.

