

Fundamentos de prompting

Aprenda os blocos essenciais de um prompt claro e útil

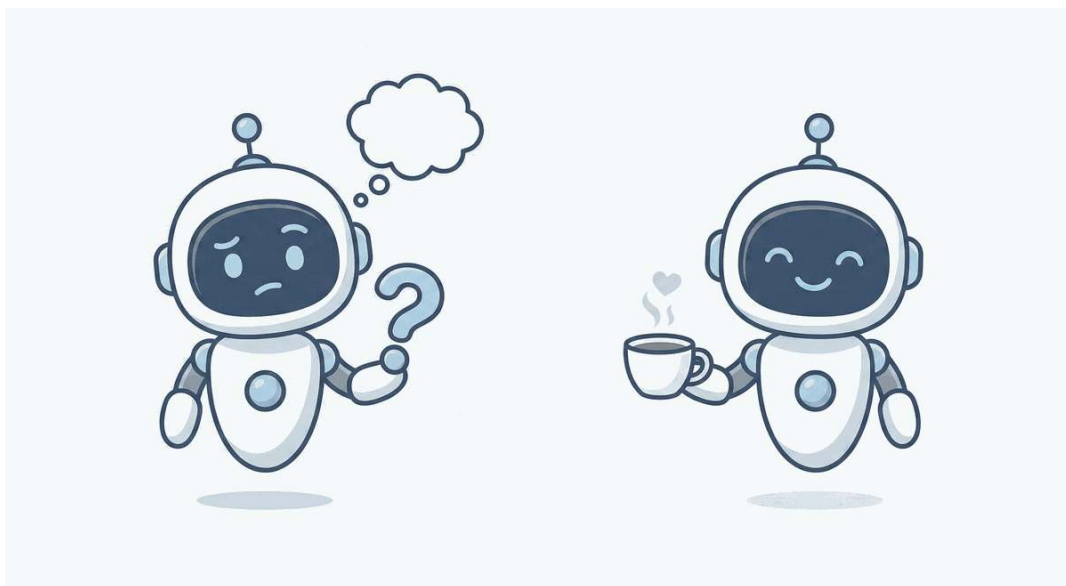
Tempo estimado de leitura: 5 minutos

1. Por que prompting importa

Imagine entrar em uma cafeteria e dizer apenas: “Café”.

Você pode receber um espresso, um cold brew ou um latte descafeinado. Se quiser algo específico, precisa pedir com mais clareza. Com IA é igual.

Prompting é a habilidade de pedir exatamente o que você quer. Não é programação. É comunicação bem feita.



2. Como a IA entende instruções

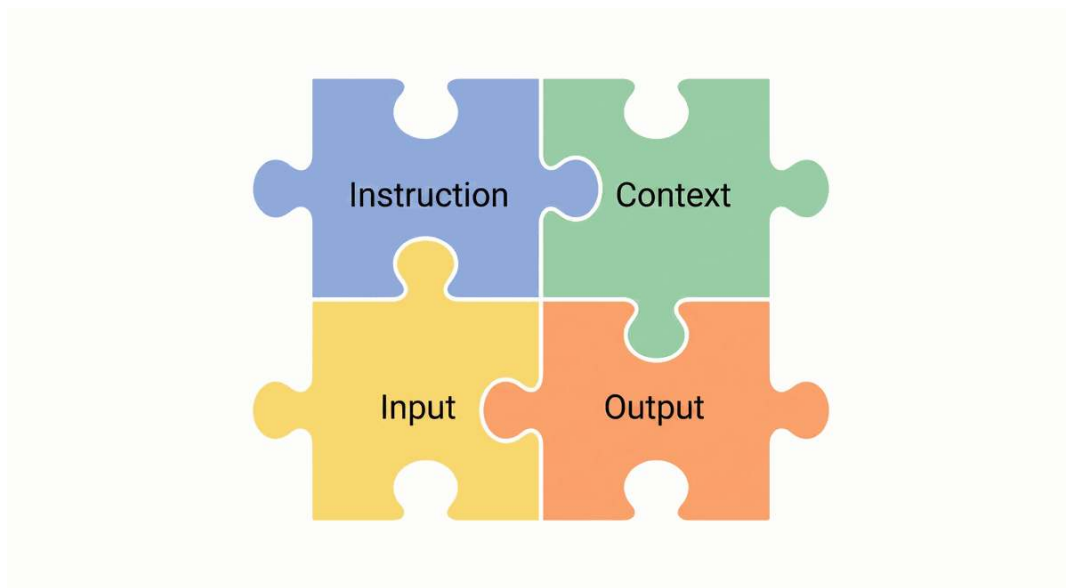
Pense na IA como alguém muito rápido, prestativo e bem literal. Ela sabe muita coisa, mas não conhece seu contexto até você explicar.

O modelo identifica padrões no que você escreve e responde com base neles. Quanto melhor o pedido, melhor a resposta.

Dica: escreva como se estivesse alinhando um colega novo sobre o trabalho.

3. Os quatro blocos de um prompt

Prompts bons costumam ter quatro ingredientes. Você nem sempre precisa dos quatro, mas eles funcionam como um ótimo checklist.



1. Instrução

O que a IA deve fazer? Comece com uma ação clara.

- Exemplos: escrever, resumir, traduzir, calcular.

2. Contexto

Que pano de fundo a IA precisa saber?

- Exemplos: para iniciantes, sou mãe com rotina corrida, isto é para um e-mail formal.

3. Entrada

Que material a IA precisa usar?

- Exemplos: um e-mail colado, uma lista de ingredientes, um relatório bagunçado.

4. Saída

Como você quer receber a resposta?

- Exemplos: lista com marcadores, parágrafo curto, tabela.

4. Exemplos bons e ruins

Alguns detalhes extras já mudam bastante a qualidade do resultado.

Cenário: montar um treino

Exemplo fraco:

Prompt de exemplo

```
Me dê um plano de treino.
```

Por que falha: está vago demais. A IA não sabe seu nível, seu objetivo nem se você tem equipamento.

Exemplo forte:

Prompt de exemplo

```
Crie um treino de 30 minutos para uma pessoa iniciante.  
Não tenho equipamentos e quero focar em cardio.  
Organize a resposta como uma lista numerada de exercícios.
```

[ABRIR NO APP](#)
Teste no PromptBoard

iPhone e iPad

Mac

Por que funciona: o pedido já traz objetivo, limite e formato.

~~Lorem ipsum dolor sit amet, consetetur adipisicing elit, sed do eiusmod tempor incididunt ut labore et dolore magna aliqua. Ut enim ad minim veniam, quis nostrud exercitation ullamco laboris nisi ut aliquip ex ea commodo consequat. Duis aute irure dolor in reprehenderit in voluptate velit esse cillum dolore eu fugiat nulla pariatur. Excepteur sint occaecat cupidatat non proident, sunt in culpa qui officia deserunt mollit anim id est laborum.~~

1. Continuing Instruction ✓
2. Termical Conditions ✓
3. Fast Mangation ✓
4. Competenous ment ✓
5. Identify of pitames ✓
6. Term instruction ✓
7. Optines to Instructions ✓
8. Evaluation lists ✓
9. Team analysis ✓

5. Modelos simples

Você não precisa começar do zero. Modelos ajudam a sair do lugar mais rápido.

Modelo explicador

Use quando estiver aprendendo algo novo.

Prompt de exemplo

Explique [Tema] para mim como se eu fosse [Público/Idade]. Use uma analogia para facilitar o entendimento.

Modelo editor

Use para melhorar um texto.

Prompt de exemplo

Revise este texto com foco em [Objetivo, ex. clareza/gramática]. Mantenha o tom [Tom, ex. profissional/amigável].

Modelo gerador de ideias

Use quando estiver travado.

Prompt de exemplo

Me dê 10 ideias para [Projeto]. Foque em ideias que sejam [Restrição, ex. baratas/rápidas].

6. Exercícios práticos

Teste estes exemplos no app.

Exercício 1: lapidar um e-mail

Cole um rascunho e peça:

Prompt de exemplo

Reescreva este e-mail para ficar mais educado e conciso.

Exercício 2: planejar o jantar

Liste três ingredientes que você já tem e peça:

Prompt de exemplo

Sugira uma receita com frango, arroz e limões que fique pronta em menos de 30 minutos.

ABRIR NO APP
Teste no PromptBoard

iPhone e iPad

Mac



7. Checklist rápida

Antes de enviar seu próximo prompt, confira:

- Está específico?
- Dei contexto suficiente?
- Pedi um formato?