

# Curso de Inteligencia Artificial para tu día a día profesional desde cero

## MÓDULO 1: ChatGPT como Asistente en tus Tareas Diarias

**Duración:** 3 horas

### 1. Objetivos de aprendizaje

- Identificar tareas diarias que pueden ser automatizadas o facilitadas por ChatGPT.
- Utilizar ChatGPT para redactar, resumir, traducir y organizar información profesional.
- Aplicar prompts efectivos y personalizados en contextos reales de trabajo.
- Valorar los beneficios inmediatos de la IA en la productividad diaria.

### 2. Contenidos y subtemas

- **¿Qué es ChatGPT y cómo puede ayudarte hoy?**  
Justificación: Permite romper el hielo y aterrizar la IA en necesidades concretas.
- **Navegación y primeros pasos en ChatGPT**  
Justificación: La base técnica mínima para operar la herramienta.
- **Mapeo exprés de tareas**  
Justificación: Personaliza el aprendizaje desde el minuto uno.
- **Prompts básicos y cómo adaptarlos a tu día a día**  
Justificación: Base de la interacción con la IA; necesario para el resto del curso.
- **Aplicaciones inmediatas: correos, resúmenes, listas, instrucciones**  
Justificación: Casos cotidianos y de alto impacto para todo profesional.

### 3. Actividades y ejercicios prácticos paso a paso

#### a) Mapeo exprés personal:

1. Cada participante anota 5 tareas que realiza frecuentemente y le gustaría optimizar o automatizar.
2. Breve puesta en común (puede ser en pizarrón o mural digital).
3. El facilitador ayuda a traducir tareas en posibilidades de prompts ("¿Qué instrucciones le darías a ChatGPT para que te ayude con esto?").

#### b) Primeros pasos en ChatGPT:

1. Registro y exploración guiada de la interfaz.
2. Prueba de comandos simples:
  - "Resume este texto..."
  - "Redacta un correo para..."
  - "Traduce este mensaje..."

#### c) Ejercicios prácticos:

1. Redactar un correo profesional (respuesta, solicitud, agradecimiento).
2. Solicitar el resumen de un texto largo (puede ser una noticia, manual, email real).

3. Crear una lista de instrucciones paso a paso para una tarea frecuente.
4. Solicitar respuestas tipo “preguntas frecuentes” de su área laboral.

**d) Cierre práctico:**

1. Cada participante presenta un ejemplo real de uso, explica el prompt utilizado y comparte la respuesta de ChatGPT.

## 4. Prompts de ejemplo listos para usar

- **Redacción de correo:**  
“Redacta un correo profesional para solicitar información sobre el estado de un pedido al proveedor X. Sé cordial y breve.”
- **Resumen de texto:**  
“Resume el siguiente texto en 5 puntos clave para que pueda compartirlo con mi equipo.”
- **Traducción:**  
“Traduce este correo del español al inglés, manteniendo un tono formal.”
- **Lista de instrucciones:**  
“Crea una lista paso a paso para organizar una reunión semanal de seguimiento de proyectos.”
- **FAQ laboral:**  
“Genera 5 preguntas frecuentes con sus respuestas sobre el proceso de facturación en una empresa de servicios.”

**Anotaciones para adaptación:**

- Cambia el destinatario, el tema o el tono según la necesidad (“para un cliente exigente”, “en lenguaje sencillo”, “en tono motivador”, etc.).

## 5. Dinámicas grupales sugeridas

- **Tormenta de prompts:** Los participantes lanzan retos al grupo (“¿cómo pedirías a ChatGPT que te ayude con...?”) y colaboran para perfeccionar los prompts en voz alta.
- **Role play IA:** Un participante hace de usuario, otro de “ChatGPT humano”, para ejercitar la claridad y especificidad de los prompts.

## 6. Entregables y criterios de evaluación

- **Lista personalizada de tareas/procesos** donde pueden usar IA (debe reflejar su contexto real).
- **Set de prompts adaptados** a su profesión (mínimo 3), listos para copiar/pegar.
- **Documento breve** con ejemplos de respuestas generadas.

**Criterios de calidad:**

- Claridad y aplicabilidad de los prompts.
- Coherencia entre las tareas seleccionadas y el uso propuesto de ChatGPT.
- Variedad en los casos de uso.

## 7. Recomendaciones de herramientas y recursos

- **ChatGPT** (web/app oficial)
- **Plantilla: Lista de Tareas Susceptibles de Automatizar** (editable, para uso posterior)
- **Guía rápida: Cómo registrarte y empezar en ChatGPT**
- **Plantilla digital para prompts reutilizables**

## Buenas prácticas de prompt engineering para este módulo

- Ser específico en la solicitud (“Redacta un correo para X con tono cordial...”)
- Indicar contexto (“Dirigido a un jefe”, “Para compartir en WhatsApp”)
- Solicitar formatos claros (“En lista de puntos”, “En 3 frases”, “En lenguaje sencillo”)
- Probar iteraciones y revisar la respuesta, no conformarse con la primera versión.

## Métodos para personalizar ChatGPT según profesión

- Ejercitar la adaptación de prompts usando términos propios del área:  
Ejemplo: “Redacta un correo para informar sobre un retraso en la entrega de un pedido de suministros médicos” (profesional de salud/logística).

---

# MÓDULO 2: Creando Documentos Profesionales con ChatGPT

**Duración:** 3 horas

## 1. Objetivos de aprendizaje

- Producir documentos profesionales (correos, informes, propuestas, mensajes) de calidad con ayuda de ChatGPT.
- Mejorar textos existentes mediante técnicas de revisión y edición asistida.
- Aplicar prompts avanzados y personalizados para cada tipo de documento.
- Evaluar la utilidad y pertinencia de los textos generados con IA.

## 2. Contenidos y subtemas

- **Resumir y sintetizar documentos extensos**  
Justificación: Ahorra tiempo y facilita la comunicación interna.
- **Elaborar presentaciones, informes, propuestas desde cero**  
Justificación: Casos reales de aplicación en múltiples profesiones.
- **Crear mensajes para distintos públicos**  
Justificación: La comunicación efectiva es transversal en el trabajo.
- **Taller de mejora de textos reales**  
Justificación: Se aprende más sobre la herramienta editando textos propios.
- **Técnicas y tips para prompts efectivos y personalizados**  
Justificación: Empodera al participante para explotar al máximo la herramienta.

## 3. Actividades y ejercicios prácticos paso a paso

### a) Resumen de documentos extensos:

1. Elige un documento real de tu trabajo (puede ser un informe, manual, email, artículo).
2. Pide a ChatGPT un resumen en formato breve o en puntos clave.
3. Compara el resumen con el texto original y ajusta el prompt si es necesario (por ejemplo, pedir mayor claridad, enfoque en ciertos aspectos, etc.).

### b) Creación de nuevos documentos:

1. Pide a ChatGPT que genere una propuesta comercial, informe o presentación, según tu necesidad.

2. Indica destinatario, objetivo y tono (“presentación para directorio”, “propuesta para cliente nuevo”, etc.).
3. Revisa, edita y perfecciona el texto generado junto con el grupo y el facilitador.

#### **c) Mejora de textos propios:**

1. Trae un correo, informe, presentación real que quieras mejorar.
2. Copia el texto a ChatGPT y pide sugerencias de mejora: claridad, formalidad, ortografía, impacto, etc.
3. Implementa los cambios y comparte el antes/después con un compañero para retroalimentación.

## **4. Prompts de ejemplo listos para usar**

- **Resumen de documento:**  
“Resume el siguiente informe en máximo 5 líneas, destacando los resultados principales y recomendaciones.”
- **Creación de propuesta:**  
“Elabora una propuesta comercial para un cliente interesado en nuestros servicios de consultoría en recursos humanos. Sé persuasivo y claro.”
- **Mensaje para clientes:**  
“Redacta un mensaje breve y cordial para informar a nuestros clientes de un cambio en el horario de atención.”
- **Mejora de texto:**  
“Revisa el siguiente texto y sugiere mejoras en redacción, claridad y formalidad para que sea adecuado para un reporte ejecutivo.”

#### **Anotaciones para adaptación:**

- Modifica según sector: “propuesta para cliente de arquitectura”, “mensaje interno para equipo de ventas”, etc.
- Indica restricciones de extensión o formato.

## **5. Dinámicas grupales sugeridas**

- **Taller de revisión cruzada:** Por parejas, intercambian textos y usan ChatGPT para mejorarlos, después comparten resultados.
- **Batalla de prompts:** Se lanza un reto (“Redacta el mejor correo de seguimiento”), se prueban distintos prompts y el grupo vota por el más efectivo.

## **6. Entregables y criterios de evaluación**

- **Documento profesional real** generado y perfeccionado con ChatGPT.
- **Guía personal de prompts** efectivos y adaptados.
- **Checklist** de calidad y utilidad de los textos (incluye claridad, coherencia, adecuación al público, tono y corrección gramatical).

#### **Criterios de calidad:**

- Pertinencia y claridad del documento.
- Adaptación al contexto y público.
- Aplicación de mejoras sugeridas.

## **7. Recomendaciones de herramientas y recursos**

- ChatGPT

- **Plantilla para estructurar prompts según tipo de documento**
- **Checklist para revisar textos generados con IA**
- **Banco de ejemplos de prompts efectivos**

## **Buenas prácticas de prompt engineering para este módulo**

- Definir claramente objetivo, destinatario y extensión.
- Pedir revisiones (“Reescribe este texto en tono formal”, “Hazlo más conciso”).
- Experimentar con varios prompts y comparar resultados.
- Solicitar estructura o formato (“En formato de presentación”, “Incluye una conclusión”).

## **Métodos para personalizar ChatGPT según profesión**

- Ejercicios con documentos propios: cada participante sube o copia un texto de su ámbito y experimenta mejoras.
- Prompts sectoriales: se sugiere adaptar ejemplos según sector (ej. legal, educativo, comercial, etc.).

---

# **MÓDULO 3: Genera Imágenes para tu Trabajo con ChatGPT**

**Duración:** 3 horas

## **1. Objetivos de aprendizaje**

- Comprender el potencial y limitaciones de la generación de imágenes con IA (DALL-E).
- Aplicar prompts visuales efectivos para crear imágenes profesionales adaptadas a su área.
- Integrar imágenes generadas con IA en materiales laborales (presentaciones, redes, materiales educativos, informes).
- Evaluar y ajustar imágenes para que sean útiles y pertinentes.

## **2. Contenidos y subtemas**

- **¿Qué es DALL-E y cómo funciona la generación de imágenes con IA?**  
Justificación: Fundamenta la confianza en la herramienta y abre la creatividad.
- **Casos de uso en el trabajo:** Presentaciones, redes sociales, materiales, propuestas, identidad visual.  
Justificación: Aplica a situaciones reales y variadas.
- **Prompts visuales y estilos:** Cómo describir lo que queremos, ajustes y experimentación.  
Justificación: Desarrolla la habilidad crítica para obtener resultados útiles.
- **Personalización y mejora de imágenes:** Ajustes según el público y objetivo.  
Justificación: Garantiza imágenes relevantes y profesionales.

## **3. Actividades y ejercicios prácticos paso a paso**

### **a) Introducción práctica:**

1. Demostración en vivo: cómo ingresar a DALL-E desde ChatGPT, dónde y cómo se escribe el prompt visual.

### **b) Ejercicio de creación de imágenes:**

1. Cada participante elige un caso real: imagen para presentación, post, material educativo, propuesta, etc.
2. Redacta un prompt visual claro (descripción, estilo, formato, colores, público objetivo).

3. Genera la imagen y revisa el resultado.
4. Realiza ajustes en el prompt para mejorar la imagen (más realista, más simple, cambio de colores, añadir o quitar elementos).
5. Descarga y utiliza la imagen en un material real.

**c) Integración texto-imagen:**

1. Usa un texto generado previamente (ejemplo: resumen, mensaje clave, título de presentación).
2. Crea una imagen alineada con ese texto para lograr coherencia visual.

**d) Galería y feedback:**

1. Cada participante muestra su mejor imagen y explica cómo llegó al resultado final.

## 4. Prompts de ejemplo listos para usar

- **Para presentación:**

“Crea una imagen profesional de una sala de reuniones moderna, con personas colaborando, en tonos azules y estilo minimalista.”

- **Para post en redes sociales:**

“Genera una ilustración llamativa sobre trabajo remoto, con una persona usando computadora en casa, estilo flat design, colores vivos.”

- **Para material educativo:**

“Dibuja una infografía simple que explique el ciclo del agua, con íconos claros y texto legible en español.”

- **Para identidad visual:**

“Diseña una imagen tipo banner corporativo para una empresa de tecnología, con fondo geométrico y el eslogan ‘Innovando el futuro.’”

**Anotaciones para adaptación:**

- Especificar público (niños, adultos, profesionales).
- Elegir estilo (realista, ilustrativo, minimalista, vintage, etc.).
- Indicar formato o relación de aspecto (cuadrada, horizontal, etc.).
- Cambiar temática según sector.

## 5. Dinámicas grupales sugeridas

- **Ronda creativa de imágenes:** Cada uno crea una imagen para el reto del día (por ejemplo, “Mejor imagen para explicar el trabajo en equipo”), comparten y votan por la más efectiva.
- **Laboratorio de prompts:** En equipos, intentan mejorar un mismo prompt para obtener resultados distintos y eligen el mejor.

## 6. Entregables y criterios de evaluación

- **1-3 imágenes aplicadas a una necesidad real** (con breve descripción del uso).
- **Mini-portafolio digital** (carpeta o documento con imágenes + explicaciones).
- **Lista de prompts visuales exitosos.**

**Criterios de calidad:**

- Relevancia de la imagen para el objetivo planteado.
- Claridad y creatividad del prompt.

- Capacidad de adaptación tras feedback.

## 7. Recomendaciones de herramientas y recursos

- ChatGPT con DALL-E integrado
- Plantilla para redactar prompts visuales
- Ejemplos de prompts según profesión/sector
- Recursos de diseño básico para integrar imágenes en presentaciones/documentos

## Buenas prácticas de prompt engineering para imágenes

- Describir el propósito de la imagen y el público objetivo.
- Indicar el estilo deseado (“realista”, “estilo cartoon”, “infografía”).
- Ser concreto con elementos clave (colores, objetos, ambiente).
- Experimentar variaciones y no conformarse con el primer resultado.

## Métodos para personalizar imágenes según profesión

- Listar situaciones visuales comunes del sector (ej. salud: imágenes educativas, arquitectura: renders conceptuales, docencia: infografías, etc.).
- Reutilizar prompts adaptados: “Crea una imagen que represente [concepto clave] en el contexto de [profesión/sector]”.

---

# MÓDULO 4: Tu Proyecto Personal Integrando ChatGPT y Generación de Imágenes

**Duración:** 3 horas

## 1. Objetivos de aprendizaje

- Integrar de manera autónoma texto e imagen generados por IA para resolver un desafío real de su entorno profesional.
- Presentar y argumentar soluciones basadas en IA ante colegas.
- Planificar la aplicación continua y escalable de la IA en su trabajo diario.

## 2. Contenidos y subtemas

- **Selección y planteamiento de un reto profesional real**  
Justificación: Da sentido práctico y personal a la integración de IA.
- **Desarrollo guiado paso a paso del proyecto (texto + imagen)**  
Justificación: Facilita el aprendizaje activo y aplicado.
- **Presentación y feedback colaborativo**  
Justificación: Fomenta el aprendizaje social y la mejora por observación.
- **Plan de acción y recursos para continuidad**  
Justificación: Garantiza la sostenibilidad del aprendizaje.

## 3. Actividades y ejercicios prácticos paso a paso

a) Planteamiento del reto:

1. Cada participante describe brevemente una necesidad de comunicación, gestión o presentación en su trabajo donde integrar IA (ejemplo: propuesta, manual, presentación, campaña, informe, etc.).

**b) Construcción del proyecto:**

1. Definir el objetivo, destinatario y formato del entregable.
2. Usar ChatGPT para redactar el contenido textual principal.
3. Utilizar DALL-E (vía ChatGPT) para crear imágenes complementarias alineadas al contenido.
4. Integrar texto e imagen en el formato seleccionado (PDF, PPT, documento, infografía, etc.).
5. Revisar y afinar el resultado.

**c) Presentación final y feedback:**

1. Cada participante expone su solución al grupo, explica los prompts usados y el proceso seguido.
2. Recibe retroalimentación de pares y facilitador, ajusta su proyecto y lo deja listo para aplicar en su trabajo.

**d) Plan de acción personal:**

1. Reflexiona sobre próximos pasos y compromisos para seguir usando ChatGPT e IA.
2. Escribe un breve documento con metas y posibles aplicaciones a corto y mediano plazo.

## 4. Prompts de ejemplo listos para usar

- **Proyecto: Propuesta comercial con imagen:**

- "Redacta una propuesta comercial breve para ofrecer servicios de capacitación en línea a una empresa mediana. Hazlo persuasivo y profesional."
- "Crea una imagen tipo banner corporativo que refleje innovación y aprendizaje digital, en tonos azules y con el logo de una empresa ficticia."

- **Proyecto: Material educativo:**

- "Elabora un resumen didáctico sobre los pasos para la correcta atención al cliente."
- "Genera una ilustración simple para explicar la importancia de la atención personalizada."

**Anotaciones para adaptación:**

- Especificar formato y destinatario ("para presentación", "para folleto", "para campaña interna").
- Ajustar tono y estilo visual según la cultura de la organización.

## 5. Dinámicas grupales sugeridas

- **Galería de proyectos:** Exposición tipo feria donde todos presentan su producto final y explican el proceso creativo y técnico.
- **Ronda de feedback estructurado:** Cada participante recibe al menos 2 comentarios constructivos de colegas.

## 6. Entregables y criterios de evaluación

- **Proyecto integrado:** Documento, presentación o material real con texto + imagen.
- **Presentación final** (lista para compartir e implementar).
- **Plan de acción personal** para continuidad.

**Criterios de calidad:**

- Integración coherente de texto e imagen.



- Relevancia y aplicabilidad al contexto laboral real.
- Calidad de los prompts utilizados y capacidad de adaptación.
- Claridad en el plan de acción.

## 7. Recomendaciones de herramientas y recursos

- ChatGPT
- Plantillas de presentación/propuesta/infografía
- Guía para integrar imágenes en documentos
- Ejemplos de proyectos integrados exitosos

## Buenas prácticas de prompt engineering en proyectos integrados

- Claridad en el propósito y formato final.
- Integrar instrucciones para coherencia entre texto e imagen ("La imagen debe complementar el mensaje principal del texto...").
- Revisar y ajustar prompts hasta que ambos resultados (texto e imagen) sean consistentes.

## Métodos para personalizar el proyecto según profesión

- Acompañar con ejemplos por sector (salud, educación, comercial, legal, etc.).
- Sugerir bancos de prompts iniciales por área y estimular su personalización.

---

# PLAN DE ACCIÓN TRANSVERSAL PARA LA INTEGRACIÓN CONTINUA DE IA

1. **Diagnóstico mensual:**  
Revisa cada mes qué tareas o procesos nuevos puedes optimizar con ChatGPT.
2. **Banco personal de prompts:**  
Mantén una plantilla o repositorio de tus prompts más efectivos, clasificados por tema y tipo de tarea.
3. **Retroalimentación continua:**  
Comparte tus resultados y aprendizajes con colegas, ajusta prompts y explora nuevos casos de uso.
4. **Actualización constante:**  
Consulta recursos oficiales y cursos de actualización sobre IA y nuevas herramientas.
5. **Aplica en nuevos formatos:**  
Intégralo no solo en documentos, sino también en presentaciones, videos, capacitaciones y comunicaciones internas.
6. **Mide resultados:**  
Evalúa regularmente el impacto en tu productividad y calidad de trabajo.
7. **Comparte el conocimiento:**  
Lidera sesiones internas de "tips de IA" en tu área o equipo.

---

## RECURSOS RECOMENDADOS FINALES

- Sitio oficial de ChatGPT
- Foros y comunidades de IA práctica
- Plantillas y ejemplos compartidos en el curso

- **Canales de actualización y newsletter sobre IA aplicada**