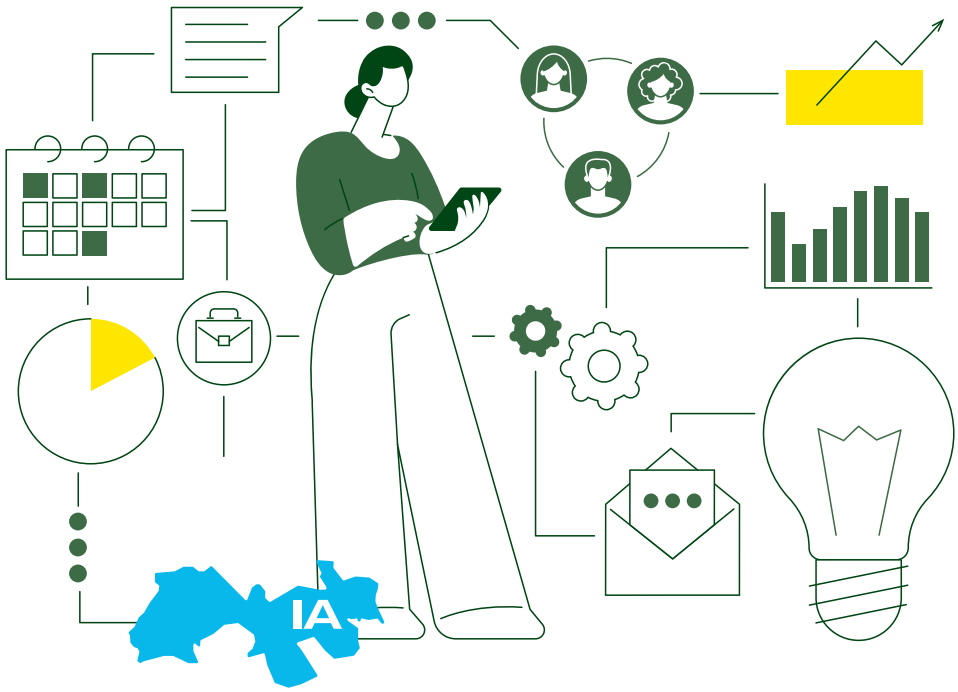
Conecta
MJ-Centro
IA

Plan de Asesoramiento

Descubriendo la IA. Conceptos básicos y aplicaciones cotidianas

Módulo 3
Primeros pasos con ChatGPT



Asociación para el Desarrollo Integral
Mancha Júcar-Centro

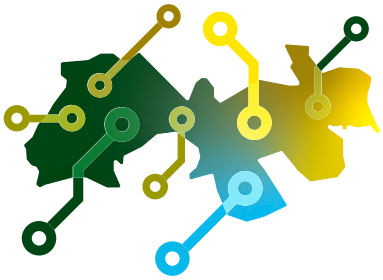
Cofinanciado por la Unión Europea

GOBIERNO DE ESPAÑA MINISTERIO DE AGRICULTURA, ALIMENTACIÓN Y MEDIO AMBIENTE

Castilla-La Mancha

DIPUTACIÓN DE ALBACETE

LEADER



Conecta

Mancha Jucar-Centro_IA

La Plataforma de Asesoramiento
en Inteligencia Artificial de la
ADI Mancha Júcar-Centro

Introducción

La inteligencia artificial (IA) ofrece herramientas prácticas que puedes usar fácilmente en tu día a día en la Comarca Mancha Júcar-Centro, y una de las más accesibles es ChatGPT.

En este módulo, descubrirás cómo la IA puede ayudarte en tareas comunes y aprenderás a dar tus primeros pasos con ChatGPT, una herramienta gratuita que te permite escribir mensajes, hacer listas o generar ideas con solo darle instrucciones.

Exploraremos qué es ChatGPT, para qué puedes usarlo, qué significa un "prompt" y cómo escribir uno bueno, todo con ejemplos relacionados con la realidad territorial de la Comarca Mancha Júcar-Centro.

Al final, tendrás las bases para usar ChatGPT de forma sencilla y útil en tu día a día

Contenido principal

Qué es ChatGPT

ChatGPT es una inteligencia artificial desarrollada por la empresa OpenAI que escribe textos según lo que le pides, como si fuera un ayudante digital.

Está disponible de forma gratuita en chat.openai.com y para funcionar sólo necesitas un teléfono, una tablet o un ordenador y una conexión a Internet. ¡No es necesario que tengas ningún conocimientos técnico previo para poder usarla!

ChatGPT Puede redactar mensajes, crear listas, responder preguntas o dar ideas, todo en pocos segundos. Es una herramienta muy útil que entiende instrucciones claras y te ayuda a ahorrar tiempo en actividades diarias, en tu vida personal y en tu parcela profesional.

Para qué puede usarse ChatGPT

ChatGPT tiene muchos usos prácticos que puedes incorporar en tu vida, desde tareas simples hasta el desarrollo de ideas creativas.

Puede ayudarte a comunicarte, organizarte o resolver dudas rápidas solo escribiendo lo que necesitas. Es como un compañero que te apoya en lo que hagas.

Aquí tienes algunos usos generales de ChatGPT :

- ChatGPT puede usarse para escribir mensajes para promocionar tu empresa.
  - » ***Ejemplo:*** "Escribe un mensaje invitando a turistas a visitar los paisajes de viñedo en La Roda y alojarse en mi casa rural, que se llama "Campos de Viñedos".
- ChatGPT puede ayudarte a crear listas de tareas.
  - » ***Ejemplo:*** "Dame una lista de 5 recetas que contengan queso manchego".
- ChatGPT puede generar ideas para promocionar productos.
  - » ***Ejemplo:*** "Dame 3 ideas para promocionar el aceite de Tarazona en las ferias gastronómicas de la Comarca".
- ChatGPT puede redactar avisos para eventos.
  - » ***Ejemplo:*** "Redacta un texto para avisar a los vecinos de la localidad de la celebración de una asamblea el viernes".
- ChatGPT puede explicar conceptos de forma sencilla.
  - » ***Ejemplo:*** "Explica en 5 líneas cómo gestionar mi cultivo de champiñones para optimizar su rendimiento".
- ChatGPT puede escribir mensajes para clientes.
  - » ***Ejemplo:*** Crea un mensaje para ofrecer mi azafrán a través de WhatsApp".
- ChatGPT puede dar consejos prácticos.
  - » ***Ejemplo:*** "Dame 4 consejos para atraer visitantes a mi casa rural".
- ChatGPT puede planificar actividades cortas.
  - » ***Ejemplo:*** "Propón una ruta de 5 horas de duración para visitar algunos lugares actividades turísticas de la Comarca Mancha Júcar-Centro".

Qué es un prompt

Un prompt es la instrucción que le das a ChatGPT para que realice una tarea por ti, como una orden simple y directa. Es la forma en que le dices qué quieres conseguir.

Por ejemplo, si escribes en ChatGPT "Escribe un mensaje para promocionar mi aceite" ese es el prompt, y ChatGPT te dará un texto listo para usar.

Cómo escribir un buen prompt para conseguir lo que quiero

Escribir un buen prompt es fácil si sigues una estructura clara:

1. Empieza con una acción como “escribe”, “dame” o “sugiere”.
2. 2. Añade detalles sobre lo que quieres (como “un mensaje corto para vender productos de carpintería metálica de Villarrobledo” o “una lista de 5 tareas para los cuidados de los paisajes naturales en la Comarca Mancha Júcar-Centro”).
3. Si lo deseas, termina con cómo lo quieres (como “en tono amable” o “que sea breve”).

Un ejemplo de buen prompt podría ser: “Escribe un mensaje corto invitando a turistas a visitar la Feria taurina de Tarazona de la Mancha”.

Un consejo: Sé concreto. En lugar de “Dame algo para mi negocio”, prueba a escribir algo como “Dame 3 ideas para promocionar mi bodega en los eventos de la Comarca Mancha Júcar-Centro”.

Si la respuesta no es lo que esperas, ajusta el prompt con más detalles o cambia las palabras.

Primeros pasos con ChatGPT

Aprender a utilizar ChatGPT será muy importante para los Planes de Asesoramiento que estás trabajando porque va a ser la herramienta básica que usaremos para que empieces a familiarizarte con el mundo de la inteligencia artificial. Así que presta especial atención en los pasos que describimos, verás como usar ChatGPT es muy fácil y divertido.

Paso 1: Tener un dispositivo para poder acceder y una conexión a Internet.

ChatGPT es una herramienta que funciona en Internet, así que necesitas un dispositivo como un móvil, una tableta o un ordenador, y una conexión a Internet (wifi o datos, da igual). No hace falta que sea algo muy caro o avanzado, solo que pueda abrir una página web. También necesitarás una cuenta para usarlo, pero te explicamos cómo hacerla más adelante.

Paso 2: Ir a la página de ChatGPT

Abre el navegador que usas para Internet (Chrome, Safari o Firefox) haciendo doble click sobre su icono en el escritorio, por ejemplo.

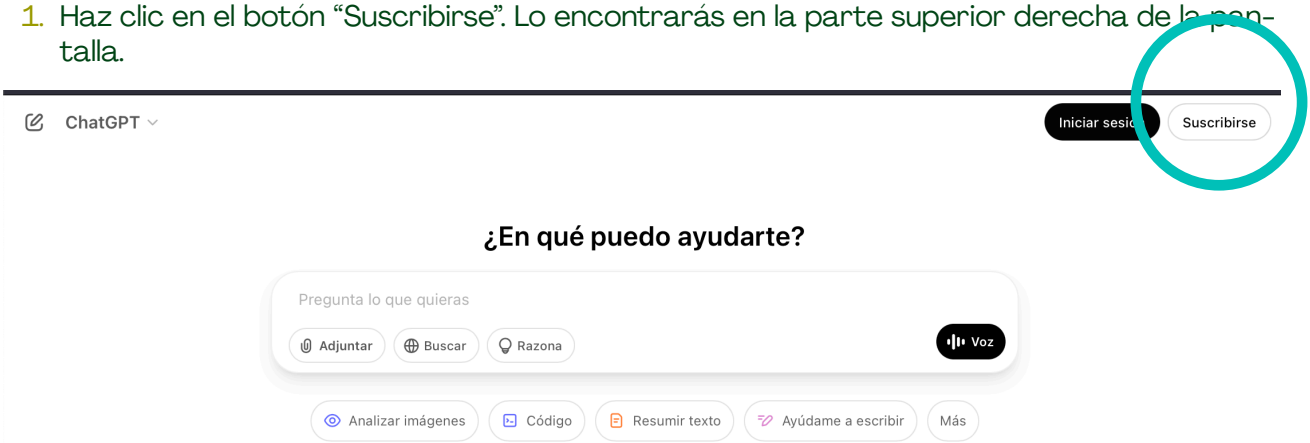
En tu navegador, escribe en la barra de direcciones: chat.openai.com, que es la dirección web de ChatGPT.

Cuando llegues, verás una pantalla muy sencilla con una frase en grande "¿En qué puedo ayudarte? Debajo de esta frase encontrarás una cajita con el texto "Pregunta lo que quieras". Pincha ahí y comienza a escribir tu consulta. Prueba a escribir algo como "Dime qué puedo comer hoy". Te sorprenderá su respuesta!

Puedes seguir preguntando, pero te recomendamos que crees una cuenta y te registres. Así ChatGPT guardará todas tus preguntas y podrás recordar lo que consultaste días anteriores. Te explicamos cómo hacerlo.

Paso 3: Crear y verificar tu cuenta

1. Haz clic en el botón "Suscribirse". Lo encontrarás en la parte superior derecha de la pantalla.

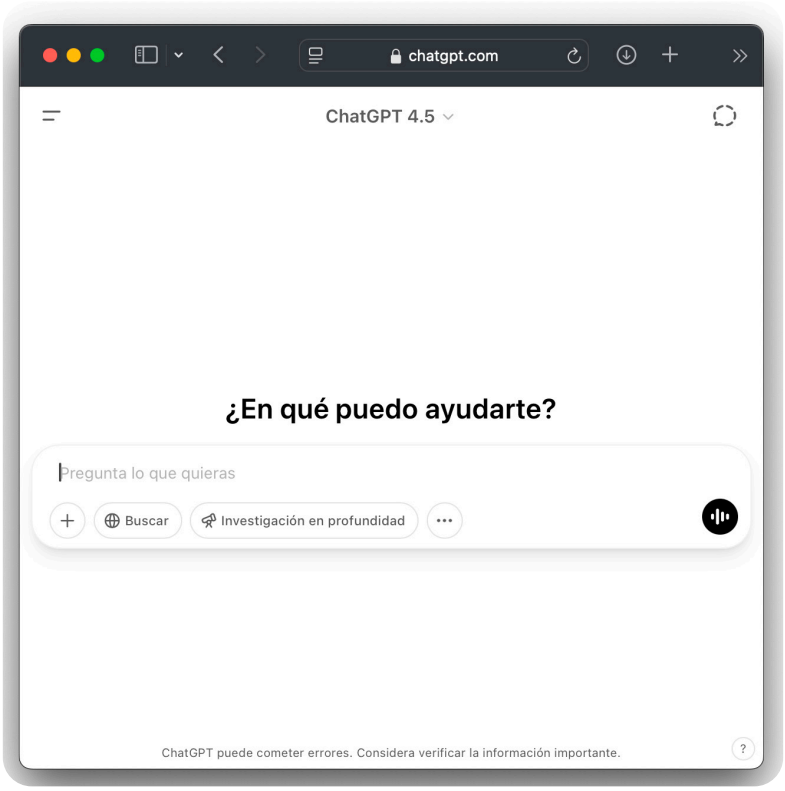


2. Se abrirá a continuación un formulario para crear tu cuenta.
3. Este formulario te pedirá un correo electrónico. Escribe en la caja de texto el correo electrónico que quieras vincular a tu cuenta de ChatGPT. Te recomendamos usar el que utilices en tus gestiones diarias.
4. Pincha en continuar.
5. Ahora, inventa una contraseña para tu cuenta de ChatGPT. Que sea algo que puedas recordar fácilmente pero que tampoco sea demasiado fácil (te recomendamos anotarla). Escríbela en la caja de texto donde leerás "Contraseña".
6. Haz clic en "Continuar".
7. El siguiente paso será verificar la cuenta que acabas de crear. Te enviarán un email al correo electrónico que has usado en el paso anterior. Abre este correo, busca el mensaje que te han enviado desde la cuenta de OpenAI (si no lo encuentras busca también en la carpeta "Spam", a veces el sistema los envía ahí).

Abre el correo de OpenAI y haz clic en el enlace que viene dentro para confirmar que eres tú. Con eso habrás verificado la cuenta y ya podrás entrar en ChatGPT con tu correo electrónico y tu contraseña.

Paso 4: Entrar por primera vez

1. Escribe de nuevo la dirección chat.openai.com en tu navegador.
2. Ahora haz clic en el botón “Iniciar sesión” que encontrarás en la parte superior derecha de la pantalla de bienvenida de ChatGPT.
3. Escribe en la caja de texto el correo electrónico que usaste en el registro. Pincha en continuar.
4. Escribe ahora la contraseña que creaste en el paso 3 y pulsa “continuar”.
5. Si todo está bien, entrarás a una pantalla nueva. Verás una página muy limpia con un texto grande en el que leerás “¿En qué puedo ayudarte?” y debajo, un rectángulo con el texto”pregunta lo que quieras” donde puedes escribir.
6. Enhorabuena, ¡ya estás dentro de ChatGPT con tu propio nombre de usuario!



Paso 5: Empezar a usarlo

Ahora viene lo divertido: hablar con ChatGPT.

En la caja de texto que está justo debajo de “¿En qué puedo ayudarte?”, escribe algo sencillo para probar. Eso se llama escribir un prompt.

Puedes escribir, por ejemplo:

"Hola, ¿qué puedes hacer por mí?"

- O algo más útil como:

"¿Qué hago de comida hoy?"

Para enviar el mensaje y que ChatGPT responda, presiona la tecla "Enter" en tu teclado o pulsa el botón de enviar (suele ser una flechita que aparece en la parte inferior derecha de la caja de texto).

En unos segundos, ChatGPT te contestará justo debajo de donde escribiste.

Paso 6: Aprender a darle órdenes claras

ChatGPT funciona mejor si le dices exactamente qué quieres. Como te decíamos antes, a esto se le llama "prompt". Por ejemplo:

- Si escribes:
- "Dime algo que pueda comer hoy", te dará una respuesta general.
- Pero si escribes: "Dame una receta fácil para hacer pollo con miel", te dará algo más útil y detallado.

Paso 7: Explorar y practicar

No hay límite, puedes preguntarle lo que sea: desde cómo organizar tu semana hasta cómo crear una cuenta de instagram o los pasos necesarios para la producción de aceite ecológico.

Lo interesante es que pruebes a preguntarle cosas que te interesen, esa será la manera de que empieces a sacar el máximo provecho a esta herramienta súper poderosa.

Si no entiendes algo de lo que te responde, pídele que lo explique de forma más sencilla (puedes usar expresiones del tipo "explícamelo como si tuviera 5 años",que funcionan muy bien. Y si te equivocas al escribir o no te gusta la respuesta, solo escribe otra cosa, ¡es muy paciente!

Algunos consejos extra

- Si no hablas inglés, no te preocupes, ChatGPT entiende español perfectamente.
- No necesitas descargar nada, todo pasa en la página web.

Dame una receta fácil para hacer pollo con miel

¡Claro! Aquí tienes una receta fácil y deliciosa de **pollo con miel** que puedes hacer en menos de 30 minutos:

🍯 Pollo con miel (para 2-3 personas)

Ingredientes:

- 2 pechugas de pollo (o 4 muslos deshuesados)
- 2 cucharadas de miel
- 2 cucharadas de salsa de soja
- 1 diente de ajo picado (opcional)
- 1 cucharada de aceite de oliva
- Sal y pimienta al gusto
- Semillas de sésamo y cebollino (opcional, para decorar)

Instrucciones:

1. **Corta el pollo** en tiras o cubos medianos.
2. **Salpimienta** el pollo al gusto.
3. En una sartén grande, **calienta el aceite** a fuego medio-alto.
4. Añade el pollo y **cocina** hasta que esté dorado por fuera y cocido por dentro (unos 7-10 minutos).
5. Mientras se cocina, en un cuenco pequeño mezcla la **miel, la salsa de soja y el ajo picado**.
6. Cuando el pollo esté hecho, baja un poco el fuego y **añade la mezcla de miel y soja** a la sartén.
7. **Remueve bien** para que el pollo se impregne de la salsa. Cocina unos 3-5 minutos más, hasta que la salsa espese ligeramente.
8. **Sirve caliente**, con arroz blanco, verduras salteadas o una ensalada.

¿Quieres que te dé una versión más especiada o con un toque picante?

Pregunta lo que quieras

Buscar | Investigación en profundidad

Resumen del módulo

En este módulo hemos visto cómo dar nuestros primeros pasos con ChatGPT, una herramienta gratuita de inteligencia artificial que nos ayuda a escribir mensajes, crear listas y generar ideas para nuestro día a día en la Comarca Mancha Júcar-Centro.

Hemos aprendido qué es, para qué sirve y cómo escribir buenos "prompts" con ejemplos prácticos. También hemos visto cómo empezar a usar ChatGPT desde cero, paso a paso, para sacarle provecho de forma sencilla.

Con esto, cerramos el módulo listos para aplicar ChatGPT en nuestra vida personal y profesional. ¡Un gran comienzo para aprovechar la IA!

Conecta
Mancha Jucar-Centro_IA
La Plataforma de Asesoramiento
en Inteligencia Artificial de la
ADI Mancha Júcar-Centro

Plan de Asesoramiento

Descubriendo la IA. Conceptos básicos y aplicaciones cotidianas

Módulo 3

Primeros pasos con ChatGPT

Asociación para el Desarrollo Integral
Mancha Júcar-Centro

Cofinanciado por la Unión Europea

GOBIERNO DE ESPAÑA MINISTERIO DE AGRICULTURA, ALIMENTACIÓN Y MEDIO AMBIENTE

Castilla-La Mancha

DIPUTACIÓN DE ALBACETE

LEADER