



RECURSO GRATUITO

Guía rápida: ChatGPT paso a paso

Esta guía te acompaña en tus primeras pruebas con ChatGPT. Sigue los pasos en orden, sin prisa, y repite los ejemplos las veces que necesites.

Primeros pasos

1 Abre ChatGPT

Entra en ChatGPT desde tu navegador o desde la aplicación oficial. Si no sabes cuál es, pide ayuda a una persona de confianza la primera vez.

Consejo: Evita enlaces raros recibidos por SMS o WhatsApp. Es mejor escribir la dirección en el navegador o usar la aplicación oficial.

2 Escribe una pregunta sencilla

Empieza con una tarea pequeña. Por ejemplo, pedir una explicación, un resumen o una lista.

PRUEBA ESTO

Explícame qué es ChatGPT con palabras sencillas y en 5 frases.

3 Pide que vaya más despacio

Si la respuesta es larga o difícil, no pasa nada. Puedes pedirle que la cambie.

PRUEBA ESTO

Hazlo más sencillo, con frases cortas y un ejemplo de la vida diaria.

4 Usa corchetes para cambiar detalles

Cuando veas un texto como [persona] o [tema], cambia esa parte por lo que necesites.

PRUEBA ESTO

Ayúdame a escribir un mensaje amable para [persona]. Quiero decirle: [lo que quieres decir].

5 Comprueba lo importante

ChatGPT puede equivocarse. Si se trata de salud, dinero, trámites, leyes o seguridad, usa la respuesta solo como orientación y confirma con una fuente oficial.

Ejercicio de 10 minutos

- Pídele a ChatGPT que te explique una noticia con palabras sencillas.
- Pídele una versión más corta.
- Pídele un ejemplo.
- Pídele tres preguntas para seguir aprendiendo sobre ese tema.

Recuerda

No compartas contraseñas, códigos, datos bancarios, DNI ni información privada. ChatGPT es una ayuda, no una autoridad para decisiones importantes.

Recurso gratuito de IA para Jubilados. Preparado para imprimir o guardar como PDF desde el navegador.