

L U M B R E



Pruébalo tú: tus primeros pasos con un chat de IA

Materia: Tecnología

08/10/2026

Antes de empezar

Los cinco pasos para escribir tu primera pregunta a un chat de IA, seis preguntas que sirven de verdad, las cuatro frases para que te conteste mejor y lo que jamás debes escribir ahí.

QUÉ APRENDERÁS

- Usar un chat de IA con confianza, reformulando las preguntas y protegiendo los datos personales.

Pruébalo tú: tus primeros pasos con un chat de IA

Un chat de inteligencia artificial es como escribirle un mensaje a alguien que leyó muchísimo y tiene toda la paciencia del mundo: tú preguntas, él contesta, y si no te convenció le pides que lo explique distinto.

No necesitas instalar nada raro ni «saber de computadoras». Se usa desde el navegador del celular o de la computadora, igual que cuando buscas el clima.

VIDEO

Curso Inteligencia Artificial GRATIS - IA desde cero (ChatGPT Paso a Paso)

Curso de inteligencia artificial desde cero, ChatGPT paso a paso, canal IA Para Empresarios.



Escanea para verlo en Lumbre

<https://www.youtube.com/watch?v=Z6NmquEJI7E>

Los cinco pasos, uno por uno

ACTIVIDAD INTERACTIVA DISPONIBLE EN
LUMBRE

1. De cero a tu primera pregunta



Preguntas que sí sirven

- «Dame una receta con pollo, arroz y zanahoria para dos personas, que no pique.»
- «Explicame qué dice este recibo de luz: ¿por qué subió tanto?» (sin escribir tu número de servicio ni tus datos)
- «Escríbele a mi hija un mensaje de agradecimiento, corto y con mi forma de hablar.»
- «¿Qué preguntas debo hacerle a mi médico por mi presión alta?»
- «Resume este texto en tres ideas:» y pegas la carta o la hoja que no entiendes
- «¿Cómo hago para agrandar la letra de mi celular?»

Lo que NUNCA se escribe en un chat

Nunca escribas en un chat: contraseñas, número de tarjeta o de cuenta, tu CURP, tu dirección, ni fotos de tus documentos, recetas o estudios médicos. Eso ya no regresa.

Y la regla de oro: lo que la IA diga sobre tu salud, tu dinero o tus papeles no sustituye a tu médico, a tu banco ni a un abogado. Se pregunta con una persona de carne y hueso antes de hacer cualquier cambio.

2. La IA te contesta que podrías dejar una pastilla para la presión. ¿Qué haces?

- ☐ Lo confirmo con mi médico antes de cambiar cualquier cosa
- ☐ Dejo la pastilla porque la IA me dijo que ya no la necesito
- ☐ Le subo la dosis por mi cuenta, «ajustándola» con la IA
- ☐ Le mando mis estudios y le pido que me haga mi receta nueva

3. Si la respuesta no te sirvió, puedes pedirle que la explique más corta, más fácil o con otro ejemplo.

- ☐ Verdadero
- ☐ Falso

4. Empareja lo que te pasó con la frase que le puedes decir a la IA.

4.	No le entendiste a la respuesta	-----
4.	Te contestó demasiadas cosas	-----
4.	Necesitas un mensaje para alguien	-----
4.	Tu pregunta estaba incompleta	-----

Opciones: «Explicámo como si tuviera doce años» · «Respóndeme solo en tres líneas» · «Ponlo como mensaje para mi hija, con tono cariñoso» · «Antes de responder, pregúntame lo que necesites saber»

5. ¿Qué pregunta le harías hoy a un chat de IA sobre algo que traes pendiente?

Escribe la pregunta y luego una versión mejorada: un solo tema, con el detalle que a ti te importa. Después pruébala en un chat.

Referencia curricular

Materia:	Tecnología
-----------------	------------

Versión interactiva completa (con actividades, videos y autoevaluación):



<https://empresa.lumbre.lat/object/prueballo-tu-tus-primeros-pasos-con-un-chat-de-ia>

Material educativo generado desde Lumbre · lumbre.lat