

Guia Básico

Acesso as IAGs Gratuitas

Preparação para Workshop "Inteligência Artificial Generativa: do zero ao uso profissional".

Überconsult®
The Partner Companies

Preparação para Workshop ON-LINE Überconsult
”Inteligência Artificial Generativa: do zero ao uso profissional”.

🎒 Bem-vindo ao Workshop IAG!

Parabéns por escolher aprofundar seus conhecimentos em Inteligência Artificial Generativa na Überconsult! Este guia inicial foi desenvolvido para auxiliar você na preparação completa de sua máquina (notebook ou laptop) com acesso às principais plataformas de IA Generativas gratuitas.

Por que preparar com antecedência? Ao realizar os cadastros nas plataformas antes do workshop, você poderá:

- Participar ativamente das atividades práticas desde o início;
- Evitar esperas ou problemas técnicos durante as sessões;
- Explorar até antecipadamente as ferramentas com tranquilidade;
- Participar do workshop totalmente preparado.

"Desafie-se a dar o primeiro passo rumo ao futuro: cadastre-se previamente nas plataformas de IA generativa e chegue preparado para transformar conhecimento em prática desde o primeiro minuto do workshop."

⚠ REGRA OURO: PRIVACIDADE E SEGURANÇA

Antes de começar qualquer cadastro e principalmente usar qualquer IA, leia isto com atenção:

O que NUNCA compartilhar com ferramentas de IA:

⊘ Dados Pessoais Sensíveis:

- CPF, RG, CNH ou outros documentos de identidade.
- Endereço completo ou localização precisa;
- Data de nascimento completa.

⊘ Informações Financeiras:

- Senhas de bancos ou plataformas financeiras;
- Números de cartão de crédito ou débito;
- Dados de contas bancárias;
- Informações de investimentos;

⊘ Dados de Terceiros:

- Informações de clientes, colegas ou amigos;
- Fotos ou vídeos de outras pessoas;
- E-mails ou contatos de terceiros;

⊘ Informações Empresariais Confidenciais:

- Estratégias comerciais não publicadas;
- Dados internos ou projetos sigilosos;
- Informações que violem NDA (acordo de confidencialidade);
- Código-fonte proprietário ou patentes;

Por que isso importa?

Todas as suas interações com ferramentas de IA generativa podem ser utilizadas para:

- Treinamento e melhoria dos modelos de IA;
- Análise de padrões de uso;
- Possível influência em respostas futuras para outros usuários;

Dica: *Use dados fictícios ou genéricos para testes. Exemplo: "João Silva" em vez de seu nome real em testes iniciais.*

📱 O que você precisa ter à mão ANTES de começar

Organize os seguintes itens antes de iniciar os cadastros:

✓ Computador/Notebook/Laptop com acesso à internet estável;
✓ Um e-mail válido (pessoal, não corporativo) – Evite usar e-mail com estrutura nome.sobrenome@site-gmail.com principalmente se nome e sobrenome forem o seu de fato. Crie no gmail outra conta e e-mail para usar.
✓ Seu telefone celular próximo (para receber códigos de verificação SMS) se for solicitado e imprescindível;
✓ Um navegador atualizado (Chrome, Safari, Firefox, Edge);
✓ Blocos de notas ou aplicativo de senhas (para anotar credenciais/senhas criadas);
✓ Tempo disponível (30-40 minutos para completar todos os cadastros);
✓ Paciência e tranquilidade (alguns cadastros têm várias etapas de verificação) e são chatos...

🎯 Dicas Estratégicas para Cadastro Rápido

Siga estas sugestões para agilizar o processo:

1. Use Login Social Sempre que Possível (Google, Apple, Microsoft...)

- Login com conta Google, Apple ou Microsoft é mais rápido que criar senha;
- Reduz o risco de esquecer senhas;
- Acelera o processo de verificação.

2. Tenha Seu E-mail Aberto

- Mantenha uma aba do navegador aberta com seu e-mail ou App Gmail aberto;
- Muitas plataformas enviam links de verificação;
- Facilita confirmar códigos rapidamente;

3. Use o Mesmo E-mail em Todas as Plataformas

- Simplifica o gerenciamento de contas;
- Facilita recuperação de senha;
- Centraliza notificações em um único lugar;

4. Tenha o Telefone Próximo

- Algumas plataformas enviam SMS para verificação;
- Algumas podem solicitar ligação automática com código verbal;
- Tenha papel e caneta para anotar códigos;

5. Crie Uma Senha Forte (quando necessário)

- Mínimo 8 caracteres;
- Combinação de letras maiúsculas, minúsculas, números e símbolos
- Exemplo: "WorkshopIA2025!" é mais seguro que "senha123"
- Importante: Use um gerenciador de senhas (Bitwarden, 1Password, KeePass - todos gratuitos – se desejar)

🛠️ As 11 Plataformas de IA para Cadastro

Abaixo se encontra instruções detalhadas para cada plataforma. Ordene seus cadastros da forma que preferir, mas recomendamos começar pelas plataformas mais simples (Gemini, Copilot) antes das mais complexas.

1 GEMINI (Google AI)

Acesso: https://gemini.google.com/

Dificuldade: ⭐ Muito Fácil
Tempo estimado: 1-2 minutos (se você tem Gmail e estiver logado)

Requisitos:

- Conta Google (Gmail) - obrigatório
- Idade mínima: 13 anos

Passo a Passo:

1. Abra https://gemini.google.com/ em seu navegador Chrome;
2. Clique em "Sign in" (canto superior direito);
3. Se já usa Gmail, insira seu e-mail;
4. Digite sua senha do Google;
5. Se solicitado, complete a verificação em duas etapas;
6. Pronto! Você já pode usar Gemini;

Vantagens:

- Se você já tem Gmail, cadastro é instantâneo;
- Interface limpa e intuitiva;
- Funciona em qualquer navegador (Chrome, Safari, Firefox, Edge);
- Modo "sem histórico" disponível para privacidade se desejar;
- Integração com outras ferramentas Google;

Privacidade:

- Google usa interações para melhorar seus serviços;
- Você pode gerenciar o histórico nas configurações da conta;
- Leia a política de privacidade em: https://policies.google.com/privacy
- 99% das pessoas aceitam as políticas de privacidade;

Dicas Práticas:

- Se não tem Gmail, crie uma (gratuito em https://accounts.google.com)
- Acesse Gemini regularmente para manter a conta ativa;
- Teste uma pergunta simples para confirmar acesso Ex.: Explique tudo sobre o Gemini.

---

2 COPILOT (Microsoft AI)

Acesso: https://copilot.microsoft.com/

Dificuldade: ⭐ Muito Fácil
Tempo estimado: 2-3 minutos (ou imediato se já tem conta Microsoft)

Requisitos:

- Conta Microsoft (gratuita)
- Idade mínima: 13 anos
- Sem necessidade de cartão de crédito

Passo a Passo:

1. Acesse https://copilot.microsoft.com/
2. Clique em "Sign in" (canto superior direito);
3. Se já tem conta Microsoft (Outlook, Hotmail, Xbox), use-a;
4. Se não tem, clique em "Create one" e siga as instruções;
5. Insira seu e-mail (pode ser qualquer e-mail);
6. Crie uma senha forte;
7. Complete a verificação (código enviado ao e-mail);
8. Pronto! Acesso a Copilot liberado.

Vantagens:

- Acesso gratuito e ilimitado;
- Integrado ao Windows 11 (se seu computador tiver);
- Disponível no navegador Edge (mais otimizado);
- Sem necessidade de cartão de crédito;
- Suporta upload de imagens para análise e gera imagem sob pedido;

Privacidade:

- Segue políticas de privacidade da Microsoft;
- Dados de conversas podem melhorar o serviço;
- Configurações de privacidade ajustáveis na conta Microsoft;
- Leia a política em: https://privacy.microsoft.com/

Dicas Práticas:

- Se usa Windows, Copilot já está disponível no sistema;
- Prefira usar no navegador Edge para melhor desempenho;
- Teste a geração de imagens (recurso exclusivo do Copilot)

3 CLAUDE (Anthropic)

Acesso: https://claude.ai/

Dificuldade: ⭐⭐ Fácil
Tempo estimado: 3-4 minutos

Requisitos:

- E-mail válido OU conta Google/Apple;
- Número de telefone para verificação;
- Idade mínima: 18 anos;

Passo a Passo:

1. Acesse https://claude.ai/
2. Clique em "Sign up" (não é "Login")
3. Escolha: "Continue with Google", "Continue with Apple" OU "Email"
4. Se escolher e-mail:
    - Insira seu e-mail válido;
    - Clique em "Continue";
    - Claude enviará um link de "magic link" para seu e-mail;
    - Vá até seu e-mail, procure por mensagem de Claude;
    - Clique no link recebido;
5. Você será redirecionado para confirmar número de telefone;
6. Insira seu número celular no formato: +55 (código país) 99 999999999
7. Receberá código por SMS - digite na plataforma;
8. Complete o perfil (nome opcional);
9. Pronto! Acesso a Claude liberado;

Vantagens:

- Sistema de "magic link" muito seguro (sem necessidade de criar e confirmar senha);
- Políticas de privacidade entre as mais transparentes do setor;
- Versão gratuita funcional para workshop e uso regular limitado;
- Suporta análise de documentos;

- Excelente para análise de código e geração de textos longos;

Limitações:

- Limite diário de mensagens e geração de textos na versão gratuita (até 18 páginas consecutivas por seção – é muito);
- Horários de pico podem ter fila de espera;

Privacidade:

- Anthropic usa conversas para treinamento do modelo;
- Considerada uma das mais confiáveis do setor;
- Políticas de privacidade detalhadas e transparentes;
- Leia em: https://www.anthropic.com/privacy

Dicas Práticas:

- Use um e-mail que você acessa frequentemente;
- Verifique pasta de spam se não receber o magic link em 5 minutos;
- Claude funciona sem necessidade de confirmar idade durante cadastro;
- Para melhor experiência, use navegador Chrome ou Safari.

---

4 CHATGPT (OpenAI)

Acesso: https://chat.openai.com/

Dificuldade: ⭐ ⭐ Fácil
Tempo estimado: 3-5 minutos

Requisitos:

- E-mail válido OU conta Google/Microsoft/Apple;
- Número de telefone para verificação (enviará SMS);
- Idade mínima: 18 anos;

Passo a Passo:

1. Acesse https://chat.openai.com/
2. Clique em "Sign up";
3. Escolha: "Continue with Google/Microsoft/Apple" OU "E-mail";
4. Se escolher e-mail:
    - Insira seu e-mail;
    - Clique em "Continue";

    - Crie uma senha com mínimo 8 caracteres;
    - OpenAI enviará e-mail de confirmação;
    - Clique no link de confirmação no e-mail;
5. Inserir número de telefone:
    - Formato: +55 99 999999999 (Brasil);
    - Receberá código por SMS;
    - Digite o código para confirmar;
6. Complete seu perfil (nome, data de nascimento fictícia);
7. Responda perguntas sobre uso esperado;
8. Pronto! Acesso a ChatGPT liberado.

Vantagens:

- Modelo de IA mais popular e estabelecido;
- Versão gratuita (GPT-4o mini) muito funcional;
- Histórico de conversas salvo automaticamente;
- Suporta upload de documentos;
- Integração com plugins e extensões;

Limitações:

- Limite de mensagens por hora na versão gratuita;
- Limite de 25 mensagens a cada 3 horas (GPT-4o mini);

Privacidade:

- OpenAI usa conversas para treinar modelos (padrão);
- Você pode desabilitar isso nas configurações;
- Para desabilitar histórico: Settings > Data controls > Turn off chat history;
- Leia a política em: https://openai.com/policies/privacy-policy

Dicas Práticas:

- Prefira usar login social (Google/Microsoft) para processo mais rápido;
- Mantenha o código SMS à vista enquanto digita;
- Use navegador padrão do seu sistema para melhor compatibilidade;
- ChatGPT agora permite usar sem login em alguns países (apenas consulta limitada);

---

5 PERPLEXITY

Acesso: https://www.perplexity.ai/

Dificuldade: ⭐ Muito Fácil;
Tempo estimado: 2-3 minutos;

Requisitos:

- E-mail OU conta Google/Apple;
- Sem necessidade de cartão de crédito;

Passo a Passo:

1. Acesse https://www.perplexity.ai/
2. Clique em "Try Perplexity" ou "Sign up";
3. Escolha: "Continue with Google", "Continue with Apple" OU "E-mail";
4. Se escolher e-mail:
    - Insira seu e-mail válido;
    - Defina uma senha;
    - Confirme código enviado por e-mail;
5. Pronto! Acesso imediato;

Vantagens:

- Interface simples e intuitiva;
- Especializada em pesquisa e busca com citações e temas complexos;
- Sempre cita fontes das respostas;
- Suporta upload de arquivos;
- Versão gratuita completamente funcional;
- Permite seleção de diferentes modelos de IA;

Limitações:

- Limite de pesquisas por dia (versão gratuita);
- Algumas funcionalidades premium restritas;

Privacidade:

- Buscas são usadas para melhorar o serviço;
- Considerada uma das mais transparentes em citação de fontes;
- Leia a política em: https://www.perplexity.ai/privacy

Dicas Práticas:

- Perfeita para aprender sobre citações em pesquisa acadêmicas com IA;
- Use para comparar com respostas do ChatGPT ou Claude;
- Teste o modo "Focus" para direcionar pesquisas por tema;

---

6 QWEN (Alibaba Cloud)

Acesso: https://chat.qwen.ai/

Dificuldade: ⭐ ⭐ Fácil
Tempo estimado: 2-3 minutos;

Requisitos:

- E-mail OU conta Google/GitHub;
- Cadastro gratuito;

Passo a Passo:

1. Acesse https://chat.qwen.ai/
2. Clique em "Login" e depois "Sign up" (se não tiver conta);
3. Escolha: "Sign up with Google", "Sign up with GitHub" OU "Sign up with Email";
4. Se escolher e-mail:
    - Insira e-mail e senha;
    - Receba código de confirmação;
    - Complete o cadastro;
5. Pronto! Acesso a Qwen;

Vantagens:

- Suporte multilíngue robusto (excelente para português);
- Interface disponível em português;
- Oferece chat, geração de imagens e processamento de documentos;
- Modelo alternativo com características interessantes;
- Versão gratuita funcional;

Limitações:

- Menos conhecida que ChatGPT ou Claude;
- Interface em português pode ter inconsistências;

Privacidade:

- Desenvolvido pela Alibaba Cloud (empresa chinesa);
- Dados podem estar sujeitos a legislações chinesas;
- ⚠ Importante: Não compartilhe informações sensíveis;
- Leia os termos antes de usar – 98% aceitam;

Dicas Práticas:

- Excelente para comparar respostas com outras IAs;
- Interface em português é vantagem para iniciantes;
- Teste a geração de imagens (funcionalidade única);

---

7 MISTRAL

Acesso: https://console.mistral.ai/

Dificuldade: ⭑ ⭑ Fácil;
Tempo estimado: 3-4 minutos;

Requisitos:

- E-mail OU conta Apple/Google/Microsoft;
- Nome completo (nome e sobrenome);
- Verificação por e-mail;

Passo a Passo:

1. Acesse https://console.mistral.ai/
2. Clique em "Sign up";
3. Escolha: "Continue with Google/Apple/Microsoft" OU "E-mail";
4. Se escolher e-mail:
    - Insira e-mail e nome completo (fictício) mas logico no e-mail.
    - Crie senha;
    - Confirme e-mail;
5. Você será redirecionado para o console;
6. Pronto! Acesso a Mistral liberado.

Vantagens:

- Empresa francesa com forte foco em privacidade europeia;
- Segue regulação GDPR (proteção de dados europeia);
- Uma das plataformas com políticas mais rigorosas;

- Oferece modelos open-source;
- Console profissional e bem estruturado;
- Plano gratuito ($0/mês) totalmente funcional;

Limitações:

- Interface menos intuitiva que ChatGPT;
- Voltada mais para usuários técnicos;
- Comunidade menor que concorrentes;

Privacidade:

- Segue regulamentação GDPR rigorosamente;
- Entre as plataformas mais confiáveis em privacidade;
- Políticas transparentes e bem documentadas;
- Leia em: https://mistral.ai/privacy/

Dicas Práticas:

- Ideal para quem prioriza privacidade europeia;
- Console oferece acesso a API e chat;
- Teste modelos open-source disponíveis;
- Excelente para aprender sobre regulações de dados;

---

8 META AI

Acesso: https://ai.meta.com/

Dificuldade: ⭐ Muito Fácil
Tempo estimado: Imediato (se tem Facebook/Instagram);

Requisitos:

- Conta Meta (Facebook OU Instagram);
- E-mail ou telefone já cadastrados no Meta;

Passo a Passo:

1. Se não tem conta Meta, crie uma:
    - Acesse https://www.facebook.com
    - Clique em "Criar conta nova";
    - Preencha seus dados;
    - Confirme e-mail/telefone;

2. Acesse https://ai.meta.com/;
3. Clique em "Try Meta AI";
4. Você será logado automaticamente com sua conta Meta;
5. Pronto! Acesso a Meta AI;

Vantagens:

- Se você tem Facebook ou Instagram, acesso é instantâneo;
- Disponível também via WhatsApp e Messenger;
- Integração profunda com ecossistema Meta;
- Geração de imagens disponível (com login);
- Versão gratuita sem limitações aparentes;

Limitações:

- Seus dados estão vinculados ao perfil social;
- Privacidade menor que outras plataformas;
- Menos recomendado para privacidade sensível;

Privacidade:

- Segue políticas da Meta/Facebook;
- ⚠ Importante: Suas interações podem ser vinculadas ao seu perfil;
- Cuidado ao não compartilhar informações que não gostaria associadas à sua conta;
- Leia em: https://www.facebook.com/privacy/

Dicas Práticas:

- Cuidado redobrado com informações compartilhadas;
- Teste a geração de imagens (funcionalidade única);
- Use para comparar com outras IAs;
- Considere criar conta separada se privacidade é prioridade;

---

9 NOTEBOOKLM

Acesso: https://notebooklm.google/

Dificuldade: ⭐ Muito Fácil
Tempo estimado: 1-2 minutos (se tem conta Google)

Requisitos:

- Conta Google pessoal (obrigatória) – Gmail;
- Verificação de idade (18+ anos em alguns países)

Passo a Passo:

1. Acesse https://notebooklm.google/
2. Clique em "Login" e entre com sua conta Google;
3. Autorize o acesso necessário;
4. Pode ser solicitado verificação de idade;
5. Pronto! Acesso a NotebookLM – é só criar um novo notebook e subir seus arquivos ou links para iniciar.

Vantagens:

- Ferramenta Google focada em análise de documentos, arquivos pdf e links enviados pelo usuário (não aceita XLS) – só trabalha com os dados fornecidos ou selecionados pelo usuário.
- Perfeita para processar PDFs e documentos longos;
- Integração com Google Drive;
- Versão gratuita completa – até 100 notebooks de 50 arquivos fonte em cada um.
- Especialmente útil para pesquisa e análise;

Limitações:

- Requer conta Google (obrigatório);
- Pode exigir verificação de idade adicional;
- Funcionalidades limitadas comparado a outras plataformas para chat geral por não acessar a Internet e só trabalhar com os dados fornecidos;

Privacidade:

- Mesmas políticas do Google/Gemini;
- ⚠ Importante: Nunca envie documentos confidenciais;
- Você pode fazer upload de arquivos, mas apenas conteúdo público;
- Leia em: https://policies.google.com/privacy

Dicas Práticas:

- Excelente para estudos e pesquisa académica como base de conhecimento especifica do usuário;
- Teste upload de um PDF para análise;

- Use para criar resumos automáticos de diversos documentos;
- Gere resumos em áudio, vídeo e mapas mentais da base de dados;
- Compare análises com outras plataformas;

---

10 LUMO AI

Acesso: https://lumo.proton.me

Dificuldade: ⭐ ⭐ Fácil
Tempo estimado: 2-3 minutos;

Requisitos:

- Nome completo (pode ser fictício);
- E-mail válido;
- Idade mínima: 18 anos;

Passo a Passo:

1. Acesse https://lumo.proton.me
2. Clique em "Sign up" ou "Get started";
3. Preencha:
    - Nome completo (pode ser nome artístico);
    - E-mail válido;
    - Confirme que tem 18+ anos
4. Receberá código de confirmação por e-mail;
5. Insira o código;
6. Crie sua senha;
7. Pronto! Acesso a Lumo AI.

Vantagens:

- Empresa suíça com forte foco em privacidade europeia;
- Focada em geração segura de textos;
- Interface disponível via Web e iOS;
- Políticas de privacidade amplas e confiáveis;
- Cadastro simples e direto;

Limitações:

- Menos conhecida que concorrentes;

- Funcionalidades mais limitadas;
- Interface menos refinada;

Privacidade:

- Menores de 18 anos precisam consentimento dos pais;
- Conteúdos gerados podem ser usados pela plataforma;
- Políticas transparentes e confiáveis;
- Leia em: https://lumo.proton.me/privacy

Dicas Práticas:

- Pode usar nome fictício para aumentar privacidade;
- Ideal para testar com dados mais sensíveis, mas não confidencial;
- Use para comparar qualidade de textos gerados;
- Pode optar por manter histórico de conversas ou não.

---

11 MANUS

Acesso: https://manus.im/

Dificuldade: ⭐ Muito Fácil
Tempo estimado: 1-2 minutos

Requisitos:

- Conta Google, Microsoft OU Apple (obrigatória);
- Agora sem fila de espera;

Passo a Passo:

1. Acesse https://manus.im/
2. Clique em "Get started" ou "Sign in";
3. Escolha: "Continue with Google", "Continue with Microsoft" OU "Continue with Apple";
4. Autorize as permissões solicitadas;
5. Você receberá bônus em pontos automaticamente;
6. Pronto! Acesso a Manus imediato.

Vantagens:

- Cadastro super rápido com login social;
- Desenvolvido pela Monica AI (Singapura);

- Sistema de pontos: receba bônus no cadastro;
- Focado em execução de tarefas complexas;
- Muito rápido de configurar;
- Sem necessidade de verificação adicional;

Limitações:

- Menos popular que outras alternativas;
- Interface pode parecer confusa inicialmente;
- Comunidade menor;

Privacidade:

- Usa autenticação de terceiros (Google/Microsoft/Apple);
- Verifique as permissões solicitadas durante login social;
- Dados de interações usados para treinamento do modelo;
- Leia os termos de serviço cuidadosamente – 98% aceitam;

Dicas Práticas:

- Leia cuidadosamente quais permissões você está concedendo;
- Use apenas se você se sentir confortável com login social;
- Excelente para testar por ser rápido;
- Uso como IA Agêntica requer pagamento.

📊 Resumo Comparativo das Plataformas

Plataforma	Dificuldade	Tempo	Melhor para	Privacidade
Gemini	⭐	1-2 min	Iniciantes, integração Google	Média
Copilot	⭐	2-3 min	Usuários Windows/Microsoft	Média
Claude	⭐⭐	3-4 min	Análise profunda, código	Muito Alta
ChatGPT	⭐⭐	3-5 min	Uso geral, textos criativos	Média
Perplexity	⭐	2-3 min	Pesquisa com citações	Alta
Qwen	⭐⭐	2-3 min	Português, imagens	Baixa
Mistral	⭐⭐	3-4 min	Privacidade GDPR, código aberto	Muito Alta

Plataforma	Dificuldade	Tempo	Melhor para	Privacidade
Meta AI	⭐	Imediato	Redes sociais, imagens	Baixa
NotebookLM	⭐	1-2 min	Análise de documentos	Média
Lumo AI	⭐ ⭐	2-3 min	Privacidade europeia	Muito Alta
Manus	⭐	1-2 min	Tarefas automatizadas	Média

✅ Checklist Final de Preparação

Antes do workshop, certifique-se de:

- ☐ Cadastro ativo em todas as 11 plataformas em seu notebook/laptop;
- ☐ Conseguir fazer login em cada uma delas;
- ☐ Anotado suas senhas ou usando gerenciador de senhas;
- ☐ Seu e-mail acessível para verificações e recuperação no seu notebook/laptop;
- ☐ Testado pelo menos uma interação simples em cada plataforma;
- ☐ Lido as orientações de privacidade deste guia;
- ☐ Desligado VPN (algumas plataformas bloqueiam VPNs);
- ☐ Verificado compatibilidade de navegador (último update recomendado);
- ☐ Anotado sugestões sobre privacidade em cada plataforma;;

⏱ Cronômetro: Tempo Total Estimado

Previsão realista: 30 a 45 minutos para completar todos os cadastros com calma.

Estratégia recomendada:

Sessão 1 (10 minutos):

- Gemini (1-2 min)
- Copilot (2-3 min)

- Perplexity (2-3 min)
- Manus (1-2 min)

Sessão 2 (15 minutos):

- Claude (3-4 min)
- ChatGPT (3-5 min)
- Qwen (2-3 min)
- NotebookLM (1-2 min)

Sessão 3 (15 minutos):

- Mistral (3-4 min)
- Meta AI (Imediato)
- Lumo AI (2-3 min)

💡 Dica: Faça os cadastros em sessões menores se preferir. Não deixe para a última hora!

🆘 Dúvidas Frequentes

P: Preciso pagar para usar essas plataformas?

R: Não! Todas as plataformas listadas oferecem versões gratuitas completamente funcionais para workshop e uso geral e contínuo. Algumas têm planos pagos avançados, mas o gratuito é mais que suficiente.

P: Por que usar e-mail pessoal em vez de corporativo?

R: Recomendamos e-mail pessoal para:

- Evitar restrições de políticas corporativas/firewall
- Manter sua aprendizagem independente do trabalho
- Garantir acesso mesmo fora do ambiente corporativo
- Melhorar segurança da empresa

P: E se eu já tenho cadastro em algumas plataformas?

R: Perfeito! Apenas certifique-se de que consegue fazer login normalmente. Cadastre-se apenas nas plataformas que ainda não possui acesso.

P: Posso usar meu telefone em vez de computador?

R: O workshop recomenda usar notebook/laptop para melhor experiência, mas a maioria das plataformas funciona em smartphones e tablets. Ideal: prepare em computador, use telefone como backup.

P: O que fazer se receber mensagem de "não disponível no seu país"?

R: Algumas plataformas têm restrições geográficas e uso de VPN:

- Tente com VPN (desative após, pois elas podem causar problemas)
- Use proxy ou aguarde liberação
- Procure alternativa similar
- Contate suporte da plataforma
- Sem VPN todas funcionam no Brasil

P: Recebi código SMS mas não consigo inserir?

R: Dicas:

- Espere SMS chegar completamente (1-5 minutos)
- Verifique pasta de spam/lixo
- Tente novamente e solicite novo código
- Algunas carriers bloqueiam SMS de APIs: contate seu operador
- Se persistir, use login social em vez de SMS

P: Esqueci minha senha. O que fazer?

R: Cada plataforma tem recuperação de senha:

- Clique em "Forgot password?" na tela de login
- Receberá link de recuperação por e-mail
- Crie nova senha segura
- Se não receber e-mail: verifique spam e solicite novo

P: Meu e-mail não recebe confirmações. Por quê?

R: Verifique:

- Pasta de spam/lixo: emails de IA às vezes ficam lá
- Filtros de e-mail: some filtros podem bloquear
- Limite de caixa de entrada: se cheio, novos e-mails podem ser rejeitados
- Endereço de envio: confirme que está correto (remetente)
- Solução: crie novo e-mail ou limpe sua caixa

P: Pode excluir minha conta depois do workshop?

R: Sim! Todas as plataformas permitem exclusão de conta. Como fazer:

- Vá para Configurações/Settings

- Procure por "Delete account" ou "Excluir conta"
- Alguns dados podem ser retidos por lei (backups)
- Verifique política de exclusão de cada plataforma antes

P: Preciso usar meu nome real em todos os cadastros?

R: Depende da plataforma:

- Obrigatório nome real: ChatGPT, Claude, Mistral (verificação de idade);
- Nome fictício permitido: Lumo AI, Gemini, Copilot (use prudência);
- Recomendação: Use seu nome real para credibilidade se desejar.
- Para privacidade: Use nome artístico que seja seu, não inventado – exemplo: eu uso JPeres – J pode ser qualquer nome – Peres existem milhares.

P: Qual plataforma é melhor para iniciantes?

R: Comece por esta ordem:

1. Gemini - mais simples e intuitiva;
2. Copilot - excelente interface;
3. ChatGPT - mais popular e educacional;
4. Claude - mais poderosa, um pouco mais complexa;
5. Depois explore as demais conforme interesse;

P: Vou ser rastreado se usar essas plataformas?

R: Considerações de rastreamento:

- Cookies: todas as plataformas usam (pode desabilitar nas configurações – não recomendado);
- Histórico: pode ser deletado manualmente;
- Privacidade do navegador: use modo privado/incógnito para mais proteção se necessário;
- VPN: desabilita rastreamento geográfico (mas pode causar problemas com SMS);
- Foco: não compartilhe dados sensíveis - essa é a melhor proteção;

P: Essas plataformas roubam minhas ideias/textos?

SIM!!!!

R: Informações importantes:

- Termos de serviço: legalmente, conteúdo é deles (leia antes)

- Treinamento: seu texto pode treinar modelos futuros;
- Citações: não usarão seu nome em publicações;
- Ideias: não são propriedade intelectual de IA;
- Proteção: não coloque informações que você não quer copiadas;

P: Preciso de internet sempre conectada para usar?

R: Sim, todas as plataformas requerem internet para funcionar:

- Sem internet = acesso negado
- Qualidade da internet afeta velocidade de respostas;
- Recomendação: conexão estável (4G / 5G WiFi com boa velocidade) NO CELULAR;
- Algumas plataformas têm aplicativos offline limitados;

P: Posso usar a mesma senha em todas as plataformas?

R: NÃO RECOMENDADO, MAS PODE! Por quê:

- Se uma plataforma é hackeada, todas estão comprometidas;
- Cada plataforma tem diferentes níveis de segurança;
- Melhor prática: Use senhas diferentes e seguras SE DESEJAR.
- Solução: Use gerenciador de senhas (gratuito):
    - Bitwarden (recomendado)
    - KeePass
    - 1Password versão gratuita
    - Até mesmo Google Password Manager

P: Como fazer backup das minhas conversas em IA?

R: Cada plataforma tem método diferente:

- ChatGPT: Configurações > Export data (tudo em um JSON)
- Claude: Copie/salve conversas manualmente
- Gemini: Pode baixar histórico do Google
- Copilot: Histórico salvo na conta Microsoft
- Dica: Se quer guardar algo importante, copie e salve em seu computador

---

🚀 Pós-Cadastro: Próximas Etapas

Após Completar Todos os Cadastros:

1. Teste cada plataforma com uma pergunta simples:

Por exemplo: "Qual é a capital da França?" ou “Explique todas as suas funcionalidades”.

Isso permite:

- Confirmar que o login funciona;
- Entender a interface de cada uma;
- Ver diferenças nas respostas;
- Identificar qual você prefere usar inicialmente;

2. Explore as configurações de cada plataforma:

- Privacidade (sempre importante!)
- Tema escuro/claro (preferência visual)
- Idioma (ajuste para português se necessário)
- Notificações (desabilite se quiser)

3. Anotações importantes:

- Qual plataforma é melhor para cada tipo de tarefa;
- Preferências pessoais de interface;
- Limitações que encontrou;
- Dicas que funcionaram bem;

4. Prepare suas primeiras perguntas para o workshop:

- Temas de seu interesse
- Dúvidas reais sobre IA
- Tarefas práticas que gostaria de aprender

📚 Recursos Adicionais

Documentações Oficiais:

- OpenAI (ChatGPT): https://help.openai.com/
- Anthropic (Claude): https://claude.ai/help
- Google (Gemini): https://support.google.com/gemini
- Microsoft (Copilot): https://support.microsoft.com/copilot
- Perplexity: https://help.perplexity.ai/

Políticas de Privacidade (LEIA!):

- ChatGPT: https://openai.com/policies/privacy-policy
- Claude: https://www.anthropic.com/privacy
- Google: https://policies.google.com/privacy
- Microsoft: https://privacy.microsoft.com/
- Mistral: https://mistral.ai/privacy/

🎓 Dicas de Ouro para o Workshop

1. Participe Ativamente

- Faça perguntas durante o workshop;
- Teste todas as plataformas nas atividades;
- Não se intimide - todos podem ser considerados iniciantes!

2. Tome Notas

- Anote comandos úteis para as tarefas;
- Salve exemplos de boas respostas;
- Registre o que funcionou e o que não;

3. Compare Resultados

- Faça a mesma pergunta em 2-3 plataformas;
- Observe diferenças nas respostas;
- Escolha qual plataforma funciona melhor para você;

4. Proteja Sua Privacidade

- Releia as advertências deste guia frequentemente;
- Quando em dúvida, não compartilhe;
- Pergunte se algo é seguro compartilhar;

5. Explore Depois do Workshop

- Use as plataformas regularmente para aprender;
- Experimente funcionalidades avançadas;
- Compartilhe experiências com colegas e amigos;

💡 Boas Práticas com IA Generativa

O que fazer:

✓ Usar IA para aprender e explorar ideias;
✓ Verificar informações em múltiplas fontes;
✓ Usar IA como assistente, não como verdade absoluta;
✓ Citar a IA quando usar suas respostas em trabalhos;
✓ Experimentar diferentes prompts (comandos/perguntas) para melhores respostas;
✓ Proteger suas informações pessoais e sensíveis;

O que evitar:

❌ Não confie cegamente em respostas de IA
❌ Não compartilhe informações confidenciais
❌ Não use IA para plagiar ou trapacear
❌ Não ignore avisos de privacidade
❌ Não compartilhe senhas ou dados financeiros
❌ Não use IA para criar conteúdo prejudicial
❌ Não assuma que IA entende contexto emocional complexo do usuário

---

📞 Suporte Técnico

Se tiver problemas durante o cadastro:

Para cada plataforma:

1. Visite a página de suporte oficial
2. Procure por sua dúvida específica
3. Contate o suporte via chat ou e-mail

Contatos úteis:

- OpenAI Support: https://help.openai.com/
- Anthropic: https://www.anthropic.com/support
- Google Support: https://support.google.com
- Microsoft Support: https://support.microsoft.com
- Perplexity: https://perplexity.ai/support

Problemas técnicos comuns:

- Página não carrega: Limpe cache do navegador (Ctrl+Shift+Delete)
- Lentidão: Feche outras abas, reinicie o navegador
- Erro de SMS: Aguarde 5 minutos, tente novo código

- Login não funciona: Tente em navegador diferente

🎯 Objetivo do Workshop

Este workshop visa preparar você para:

✨ Entender o que é Inteligência Artificial Generativa;
✨ Usar ferramentas de IAG de forma prática e efetiva;
✨ Comparar diferentes plataformas e suas capacidades;
✨ Proteger sua privacidade e dados pessoais;
✨ Aplicar IAG em situações profissionais e pessoais;
✨ Inovar usando essas tecnologias no seu trabalho.

📝 Termo de Responsabilidade

Ao usar essas plataformas, você concorda que:

- Leu e entendeu os avisos de privacidade deste guia;
- Aceita os Termos de Serviço de cada plataforma;
- É responsável pelas informações que compartilha;
- Entende os riscos de privacidade mencionados;
- Não usará as ferramentas para fins prejudiciais;
- Reconhece que IA generativa pode cometer erros;

Sempre leia os Termos de Serviço completos antes de usar qualquer plataforma.

✨ Conclusão

Parabéns por estar pronto para começar sua jornada com Inteligência Artificial Generativa!

Com este guia e seus cadastros completados, você estará totalmente preparado para:

- Participar ativamente do workshop;
- Experimentar múltiplas ferramentas de IA;
- Proteger sua privacidade e segurança;
- Aprender de forma prática e efetiva;

Dúvidas antes do workshop? Revise este guia e chegue com suas questões anotadas. O instrutor estará pronto para ajudar!

Nos vemos no workshop! 🚀

Versão: 3.0 - NOVEMBRO 2025
Autor: JYERES – desenvolvido com dados fornecidos a IAG Claude Sonnet 4.5
Próxima atualização prevista: Janeiro 2026.

Este guia será atualizado conforme necessário para manter informações precisas sobre as plataformas de IA generativas gratuitas.