

Guia de meta-prompting

Pare de escrever prompt sozinho e pare de copiar prompt pronto. Este guia é o processo de quatro passos pra construir a instrução junto com a IA, com o texto exato pra colar em cada passo.

Por que copiar prompt pronto entrega resultado genérico

Porque o prompt que você copiou não conhece o seu processo, o seu cliente nem a sua voz. Ele foi calibrado pro contexto de outra pessoa. Adaptar isso na mão é mais trabalhoso do que construir do zero, e sai pior.

Meta-prompting é a prática de usar a própria IA pra co-criar o prompt com você. O nome vem de "meta", sobre si mesmo: você usa a máquina pra escrever a instrução que vai guiar a máquina. **Você não precisa saber a técnica. Ela sabe.**

Os quatro passos

01 Dê o contexto: o porquê, não o quê

Não comece dizendo o que você quer que ela faça. Comece dizendo pra que aquilo serve: qual projeto, qual ferramenta, qual objetivo de negócio.

Cole isto:

```
"Preciso montar um prompt reutilizável. Antes de escrever qualquer coisa, entenda o contexto: [o que é o projeto], [para qual ferramenta], [qual resultado eu preciso no fim], [quem vai ler ou usar o resultado]."
```

02 Cole o guia oficial da ferramenta

Se o prompt é pra uma ferramenta específica, procure o guia de prompts que o próprio fabricante publica e jogue o link no chat. Assim ela trabalha com a documentação real, não com palpite genérico.

Cole isto:

```
"Este é o guia oficial de prompts da ferramenta: [link]. Use as recomendações deste documento como base, não inferências genéricas."
```

03 Peça pesquisa quando o assunto exigir

Se pra montar um bom prompt ela precisa dominar algum assunto, mande pesquisar antes de começar. Pode ser estrutura de retenção de vídeo, regra de um setor, formato de um documento.

Cole isto:

```
"Antes de escrever o prompt, pesquise sobre [assunto] e me diga em três linhas o que você encontrou que muda a forma de escrever essa instrução."
```

04 Peça que ela te faça perguntas

Este é o passo que muda tudo, e é o que quase ninguém faz. Em vez de deixar ela escrever com o que você deu, você pede que ela identifique o que ainda falta.

Cole isto:

```
"Antes de escrever o prompt, me faça as perguntas que ainda faltam pra você fazer isso bem. Uma pergunta por vez, e espere minha resposta antes da próxima."
```

O QUE MUDA NO RESULTADO

Não é um modelo genérico adaptado. É uma instrução construída a partir do que só você sabe sobre o seu trabalho. Faça isso dez vezes e você tem uma biblioteca de prompts que nenhum concorrente seu tem.

Quando NÃO usar

- Pedido simples e pontual: é martelo demais pro prego.
- Prompt que você já testou e funciona. Não há ganho em refazer.
- Quando velocidade importa mais que precisão. Manda direto e segue.

Meta-prompting vale quando o prompt vai ser **reutilizado**. Aí o investimento de dez minutos volta toda semana.

Checklist antes de dar o prompt por pronto

☐ **Ele funciona sem você explicar nada por fora?**

Se você precisa completar no chat toda vez, ainda não está pronto.

☐ **Ele diz o que NÃO fazer, além do que fazer?**

Restrição vale tanto quanto instrução.

☐ **Ele define o formato exato da saída?**

Tamanho, estrutura, tom. Sem isso o resultado varia toda vez.

☐ **Você testou com três entradas diferentes?**

Prompt que só funciona com um exemplo não é reutilizável.

☐ **Está salvo em algum lugar que você acha depois?**

Prompt bom perdido no histórico do chat é prompt que não existe.

Técnica desenvolvida e aplicada por João Estrella no próprio dia a dia.