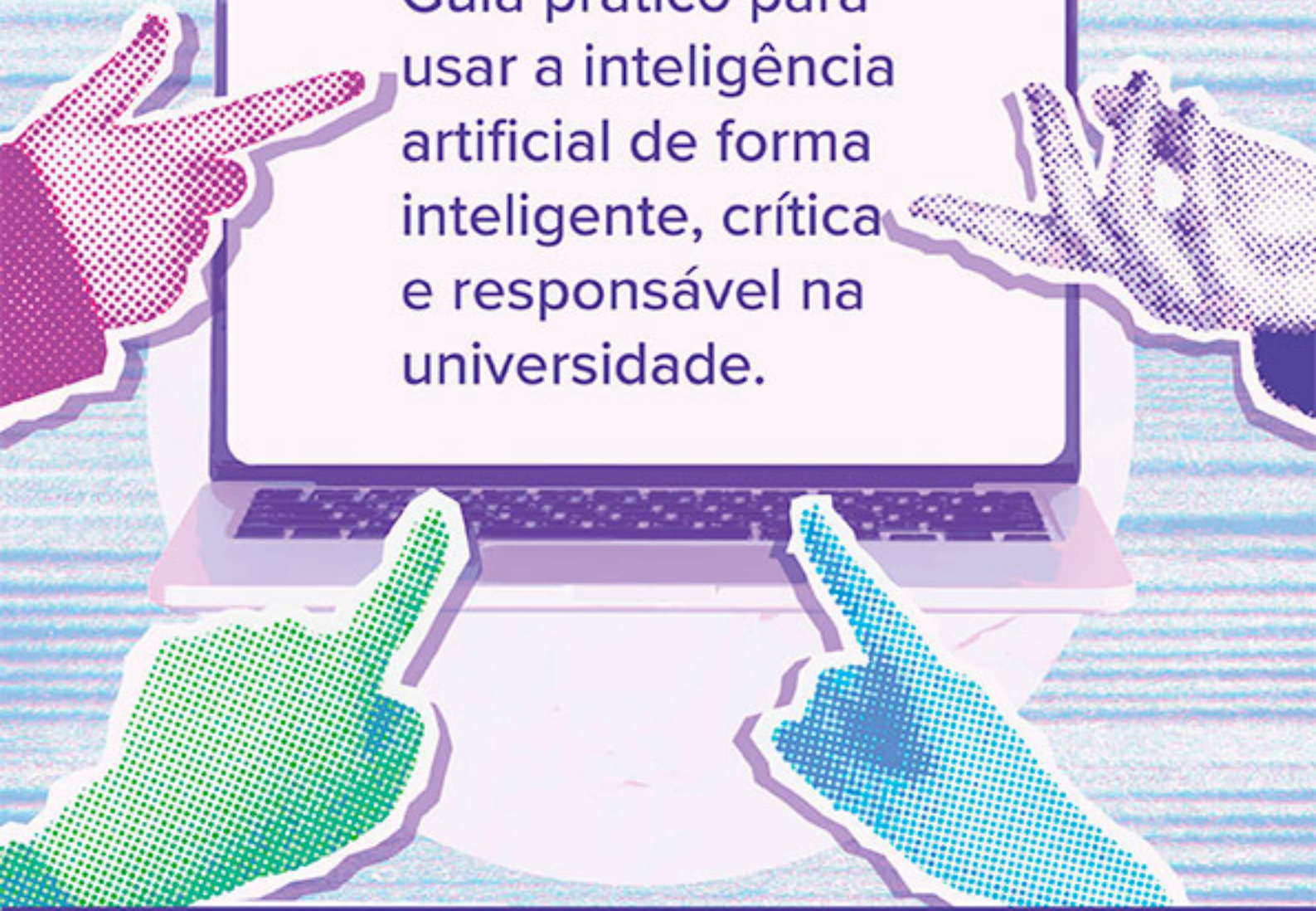
# IA NO COMANDO?
# VOCÊ NO CONTROLE.

Guia prático para usar a inteligência artificial de forma inteligente, crítica e responsável na universidade.



REALIZAÇÃO: GRUPO IA STEM SEMESP metaredTIC by universia

ISBN: 978-85-60272-27-3

# IA NO COMANDO? VOCÊ NO CONTROLE.

Guia prático para usar a inteligência artificial de forma inteligente, crítica e responsável na universidade.

# SUMÁRIO


**APRESENTAÇÃO ..... 5**

**1. O QUE A IA NÃO FAZ POR VOCÊ ..... 6**

A IA não faz pensamento crítico por você ..... 7

A IA inventou uma fonte. E agora? ..... 9

Pensar ainda é sua parte ..... 10

Antes de confiar, confira ..... 11

A resposta veio pronta. Mas faz sentido? ..... 12

*Prompt* útil: checagem crítica ..... 14

**2. HACKEANDO SEUS ESTUDOS ..... 16**

***Prompt*** socrático ..... 17

Estude com IA, não apenas copie da IA ..... 18

Troque comandos fracos por comandos melhores ..... 19

Peça explicações do seu jeito ..... 22

Da dúvida ao simulado: como estudar com IA ..... 23

Use a IA para testar o que você sabe ..... 24

A IA pode explicar, perguntar e corrigir o que você quiser ..... 25

Como pedir ajuda sem pedir a resposta pronta ..... 26

Miniplano de estudo com IA ..... 27

*Checklist*: estou estudando ou só copiando? ..... 28

*Prompt* mestre: IA como tutora ..... 29

**3. USOU IA NO TRABALHO? ..... 30**

Copiar da IA também pode ser plágio ..... 31
Usou IA? Saiba quando declarar ..... 32
A linha entre ajuda e fraude acadêmica ..... 33
Seu trabalho, suas ideias, sua responsabilidade ..... 34
O que dá para fazer com IA sem se complicar ..... 36
*Checklist* antes de entregar um trabalho com apoio da IA ..... 37
Modelos de declaração de uso da IA ..... 39
*Prompt* mestre: apoio sem plágio ..... 40

**DICA DE SEGURANÇA PARA O USO DE IA GENERATIVA ..... 41**

O padrão de exclusão voluntária ..... 42
Distinção fundamental: exclusão voluntária não equivale à privacidade ..... 44

**USE IA PARA PENSAR MELHOR, NÃO PARA PENSAR MENOS 45**

Um roteiro simples para qualquer uso ..... 45
Os 10 mandamentos do uso da IA ..... 47

**REFERÊNCIAS ..... 48**

Ficha técnica ..... 49

# APRESENTAÇÃO

A inteligência artificial já faz parte da vida universitária. Ela ajuda a resumir textos, explicar conceitos, organizar ideias, revisar trabalhos, criar simulados, montar cronogramas e até preparar apresentações.

Mas existe uma diferença enorme entre **usar IA para aprender melhor** e **usar IA para fingir que aprendeu.**

Este *shortbook* do Grupo de IA – STHEM/SEMESP E METARED foi criado para estudantes universitários que querem usar IA de forma prática, inteligente e responsável. A proposta não é demonizar a tecnologia nem tratar a IA como solução mágica. A ideia é simples: **a IA pode ser uma excelente aliada, desde que você continue no controle do processo.**

Aqui você vai encontrar três guias práticos:

1. **O que a IA não faz por você**
2. **IA como tutora de estudos**
3. **Como usar IA sem cair no plágio**

Cada guia traz explicações diretas, exemplos reais, alertas, *checklists* e *prompts* prontos para usar.



# 1 O QUE A IA NÃO FAZ POR VOCÊ

## Aprenda a não cair nas pegadinhas

A IA responde rápido, escreve bem e parece segura. Esse é justamente o perigo: muitas vezes, ela pode errar com muita confiança.

Uma resposta pode parecer bem organizada, ter linguagem acadêmica e ainda assim conter informações falsas, incompletas ou distorcidas. Por isso, a primeira regra é: **não confunda texto bonito com texto correto.**

A IA pode ajudar você a começar um raciocínio, organizar ideias e encontrar caminhos. Mas ela não substitui sua leitura, sua interpretação e sua responsabilidade.

# A IA não faz pensamento crítico por você

Pensamento crítico é o processo mental de comparar, questionar, verificar informações e decidir se elas são coerentes dentro de um determinado contexto. A IA pode apresentar argumentos, mas quem precisa avaliar se eles fazem sentido é você.

Antes de confiar na resposta da IA, pergunte:

- Essa informação tem fonte ou autor?
- Está atualizada?
- Faz sentido com o que vi em aula?
- O professor da disciplina aceitaria esse tipo de resposta ou argumento?
- Eu conseguiria explicar a informação gerada pela IA com minhas palavras?

Se a resposta for “não”, para qualquer uma das perguntas, ainda não é hora de usar aquele conteúdo.

# Nem toda resposta bonita está certa

A IA é muito boa em produzir textos coerentes. Ela organiza parágrafos, usa conectivos, cria introdução, desenvolvimento e conclusão. Só que coerência textual não é a mesma coisa que verdade.

Um texto pode estar bem escrito e ainda assim apresentar:

- conceitos errados;
- autores inventados;
- dados sem fonte;
- ideias simplificadas demais;
- informações repetidas;
- generalizações;
- argumentos frágeis;
- conclusões apressadas.

Em trabalhos universitários, isso pesa. Não basta que o texto “pareça acadêmico”. Ele precisa estar  e ser correto, verificável e adequado ao contexto da disciplina.

## Exemplo prático

Você pergunta:

> *“Explique a teoria de determinado autor.”*

A IA responde com segurança, cita conceitos e relaciona ideias. Parece ótimo. Mas, ao conferir no texto original ou no material da disciplina, você percebe que ela misturou autores diferentes.

Isso acontece. Por isso, use a IA como apoio inicial, não como fonte final.

# A IA inventou uma fonte. E agora?

Um dos riscos mais sérios no uso acadêmico da IA é a criação de conteúdos e referências falsas. A ferramenta pode inventar nome de artigo, autor, periódico, editora, ano e até ***DOI (Digital Object Identifier:*** é um código único de um artigo, livro ou outro material científico. Ele funciona como o **CPF do documento,** facilitando sua localização na internet, mesmo que o endereço do site mude).

A referência parece real, mas não existe.

Nunca coloque uma fonte no seu trabalho sem verificá-la. Procure em bases confiáveis, como a biblioteca da universidade, Google Scholar, SciELO, periódicos científicos, sites institucionais ou materiais indicados pelo professor.

## Regra simples

> *Antes de citar, verifique. Antes de entregar, entenda.*

Se você não encontrou a fonte em lugar nenhum, não a use.

# Pensar ainda é sua parte

A IA pode acelerar seu processo, mas não deve substituir seu raciocínio.

Ela pode ajudar a:

- organizar um tema;
- sugerir perguntas;
- explicar conceitos;
- revisar clareza;
- apontar lacunas;
- criar exercícios;
- criar infográficos ou diagramas;
- comparar ideias.

Mas ela não deve decidir por você:

- qual é sua tese;
- qual argumento você defende;
- qual conclusão você assume;
- qual interpretação é mais adequada;
- o que deve ser entregue como sua produção.

A universidade não avalia apenas o resultado final. Ela avalia o processo de aprendizagem, a capacidade de análise e a construção de autonomia intelectual.

# Antes de confiar, confira

A checagem é parte essencial do uso responsável da IA.

Use este *checklist* antes de aproveitar uma resposta em um trabalho, seminário ou estudo:

## *Checklist* de checagem crítica

- [ ] A informação aparece em fonte confiável?
- [ ] O conteúdo está atualizado?
- [ ] Os autores e conceitos existem?
- [ ] A resposta combina com o material da disciplina?
- [ ] Há dados sem origem clara?
- [ ] A IA apresentou certezas exageradas?
- [ ] Existem outros pontos de vista?
- [ ] Eu consigo explicar com minhas palavras?
- [ ] Preciso declarar o uso da IA?

Se vários itens ficaram sem resposta, use a IA apenas como ponto de partida.

# A resposta veio pronta. Mas faz sentido?

## Cuidado com a ilusão de fluência

Quando a IA entrega uma explicação clara, você pode sentir que já domina o assunto. Essa sensação tem nome: ilusão de fluência. Reconhecer um texto não é o mesmo que conseguir explicar, aplicar ou argumentar sem ajuda.

Aprender exige algum esforço. Tentar lembrar, formular uma resposta, errar, revisar e tentar novamente são dificuldades desejáveis: tornam o estudo menos confortável, mas a aprendizagem mais duradoura.

## Teste de aprendizagem

1. Feche a resposta da IA.
2. Explique a ideia com suas palavras ou aplique-a a um caso novo.
3. Só então reabra a conversa, compare e corrija as lacunas.

Receber uma resposta pronta pode dar sensação de produtividade. Mas terminar rápido não significa aprender.

Uma boa pergunta para fazer a si mesmo é:

*"Se o professor me perguntasse sobre isso, eu conseguiria defender essa resposta?"*

Se você não consegue explicar o assunto, provavelmente ainda não o compreendeu.

Em vez de pedir:

*"Faça meu resumo."*

Prefira:

*"Me ajude a identificar a tese central, os principais argumentos e possíveis críticas deste texto."*

Em vez de pedir:

*"Responda essa questão."*

Prefira:

*"Me ajude a entender o caminho para responder a essa questão."*

**Atenção:** a linguagem que você utiliza com a IA pode ser informal, culta, técnica, como quiser, **mas você determina a linguagem de saída** de acordo com o público alvo de sua apresentação ou entregas textuais ou de projetos (formal, acadêmica, técnica, para um público infantil, para leigos no assunto, entre outros)

# *Prompt* útil: checagem crítica

## Dê à IA um chão firme

Além de escrever um bom comando, forneça contexto confiável. Anexe o artigo, capítulo, enunciado, rubrica ou material autorizado da disciplina e peça que a resposta se limite a esse conteúdo. Essa ancoragem em fontes verificáveis é chamada de *grounding*.

Use este procedimento:

1. Selecione fontes reais e adequadas à atividade.
2. Anexe os arquivos ou indique links confiáveis e atuais.
3. Delimite: “Responda apenas com base nos materiais fornecidos”.
4. Peça que a IA aponte o arquivo e o trecho que sustentam cada afirmação.
5. indique o tipo de linguagem: formal, informal ou técnica e a quantidade de caracteres que deseja no texto.
6. Confira no documento original as informações antes de citá-las ou entregar o trabalho ou tarefa.

Importante: anexar uma fonte reduz erros, mas não elimina a necessidade de conferência. A IA ainda pode interpretar mal o texto.

Copie e adapte - sugestão de *prompt* para você:

> *"Analise criticamente a resposta abaixo. Aponte quais afirmações precisam de fonte, quais partes podem estar simplificadas, possíveis erros, vieses ou lacunas, e que termos eu devo pesquisar para verificar. Não invente referências. Resposta: [cole aqui]".*





# 2 HACKEANDO SEUS ESTUDOS: O PODER DO *PROMPT* CERTO

## Transforme a IA em sua tutora de bolso

### Faça a IA perguntar antes de responder

Um dos usos mais potentes é a tutoria socrática: em vez de entregar a solução, a IA devolve perguntas que ajudam você a explicitar o que já sabe, perceber contradições e construir a resposta. O objetivo não é conversar por conversar; é tornar visível o seu raciocínio.

# *Prompt* socrático

É um comando que orienta a IA a ensinar por meio de perguntas, ajudando você a construir a resposta e refletir sobre o próprio raciocínio.

Modelo de *prompt:*

> ***Atue como tutora socrática sobre [tema]. Faça uma pergunta por vez e espere minha resposta. Não apresente a solução imediatamente. Questione minhas justificativas, peça exemplos e ofereça uma pista quando eu tiver dificuldade. Ao final, sintetize meus avanços e indique o que ainda preciso revisar.***

Exemplo:

> ***Atue como tutora socrática sobre fotossíntese. Faça uma pergunta por vez e espere minha resposta. Se eu errar, não forneça a resposta pronta: peça que eu explique meu raciocínio e ofereça uma pista. Adapte as perguntas ao meu nível. Ao final, apresente o que aprendi e os pontos que ainda preciso revisar.***

A IA pode explicar de outra forma, criar exemplos, propor exercícios, analisar respostas e adaptar o nível de dificuldade. O segredo é não pedir apenas a resposta final, mas solicitar perguntas, pistas, explicações e feedback.

**Lembre-se:** uma tutora não faz a prova por você; ajuda você a aprender melhor.

## Estude com IA, não apenas copie da IA

Copiar uma resposta pode até resolver uma tarefa imediata, mas não constrói aprendizagem.

O melhor uso da IA acontece quando você participa ativamente:

- pergunta;
- tenta responder;
- erra;
- recebe correção;
- revisa;
- tenta de novo.

A IA pode ajudar muito quando funciona como parceira de estudo, não como autora da sua resposta.

# Troque comandos fracos por comandos melhores

## Monte seus próprios *prompts*

Um bom  não precisa ser enorme. Ele precisa deixar clara a missão. Combine, quando forem úteis, seis elementos:

- **Perfil** — quem a IA deve representar e para qual público responder.
- **Tarefa** — o que você quer fazer, com verbo e finalidade claros.
- **Cenário** — disciplina, nível de conhecimento, prazo, regras e dificuldades.
- **Passo a passo** — a sequência que a resposta deve seguir.
- **Exemplo** — um modelo do tipo de resposta esperado, quando houver.
- **Formato de saída** — lista, quadro, perguntas, roteiro, mapa conceitual, linguagem entre outros.

## Exemplo para adaptar:

*"Atue como tutora de [disciplina] para um estudante que já conhece [conteúdo] e tem dificuldade em [ponto específico]. Ajude-me a revisar [tema]. Primeiro, faça três perguntas diagnósticas; depois, explique apenas as lacunas identificadas; por fim, proponha um problema novo para eu resolver sem ajuda. Use linguagem universitária clara e não escreva a resposta por mim."*

Em vez de:

*"Explique isso."*

Use:

*"Explique esse conceito em linguagem simples, depois dê um exemplo prático e faça três perguntas para testar se eu entendi."*

Em vez de:

*“Faça um resumo.”*

Use:

*“Identifique os conceitos principais, explique a relação entre eles e crie um quiz de revisão.”*

Em vez de:

*“Responda por mim.”*

Use:

*“Me guie com perguntas para eu construir minha resposta.”*



# Peça explicações do seu jeito

Uma vantagem da IA é adaptar a explicação. Você pode pedir o mesmo conteúdo em níveis diferentes.

Por exemplo:

*“Explique como se eu fosse iniciante.”*

*“Agora explique com linguagem universitária.”*

*“Dê uma analogia.”*

*“Mostre um exemplo aplicado.”*

*“Explique o erro mais comum sobre esse tema.”*

Essa estratégia ajuda quando você saiu da aula entendendo “mais ou menos”. A IA pode preencher lacunas, mas você precisa conferir depois com o material da disciplina.

# Da dúvida ao simulado: como estudar com IA

A IA pode transformar uma dúvida em um plano de estudo.

Imagine que você precisa estudar para uma prova. Em vez de pedir um resumo genérico, peça uma sequência:

1. explicação dos conceitos principais;
2. exemplos práticos;
3. perguntas de revisão;
4. simulado;
5. correção comentada;
6. lista dos pontos que você precisa revisar.

Isso cria um ciclo de aprendizagem.

Você não apenas lê uma resposta. Você testa o que sabe.

# Use a IA para testar o que você sabe

Um erro comum é usar IA apenas para consumir explicações. Mas estudar de verdade exige recuperação ativa: lembrar, responder e aplicar.

Peça para a IA fazer perguntas uma por vez.

Exemplo:

> ***Faça 8 perguntas sobre este tema, uma por vez. Espere minha resposta antes de corrigir. No final, diga quais pontos preciso revisar.***

Esse tipo de uso é muito mais eficiente do que apenas ler um resumo pronto.

Quando você erra uma pergunta, não é fracasso: é diagnóstico. O erro mostra como estudar melhor.

# A IA pode explicar, perguntar e corrigir o que você quiser

Uma boa tutoria tem três etapas:

## Explicação

A IA apresenta o conteúdo com clareza.

## Prática

Você responde perguntas, resolve exercícios ou explica com suas palavras.

## Correção

A IA aponta acertos, erros, lacunas e formas de melhorar.

Essa combinação é poderosa.

Não pare na primeira explicação. Peça feedback.

# Como pedir ajuda sem pedir a resposta pronta

Pedir ajuda não é errado. O problema é pedir para a IA fazer a parte que deveria desenvolver sua aprendizagem.

Em vez de:

*"Faça minha resposta."*

Diga:

*"Me ajude a montar uma resposta. Faça perguntas orientadoras e aponte quais conceitos preciso usar."*

Em vez de:

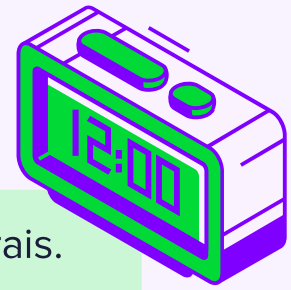
*"Escreva meu trabalho."*

Diga:

*"Me ajude a estruturar minhas ideias e identificar lacunas no meu argumento."*

A diferença é grande. No primeiro caso, a IA pensa por você. No segundo, ela ajuda você a pensar melhor.

# Miniplano de estudo com IA




## Se você tem 25 minutos

| | |
|---|---|
| **5 min** | Peça um resumo dos conceitos centrais. |
| **8 min** | Peça uma explicação com exemplo. |
| **7 min** | Responda três perguntas objetivas sem olhar a resposta. |
| **5 min** | Peça correção e liste o que revisar. |



## Se você tem 1 hora

| | |
|---|---|
| **10 min** | Faça diagnóstico do que já sabe. |
| **15 min** | Estude os pontos mais difíceis. |
| **20 min** | Faça um simulado incluindo questões dissertativas. |
| **15 min** | Corrija erros e escreva um resumo com suas palavras. |

# *Checklist*: estou estudando ou só copiando?

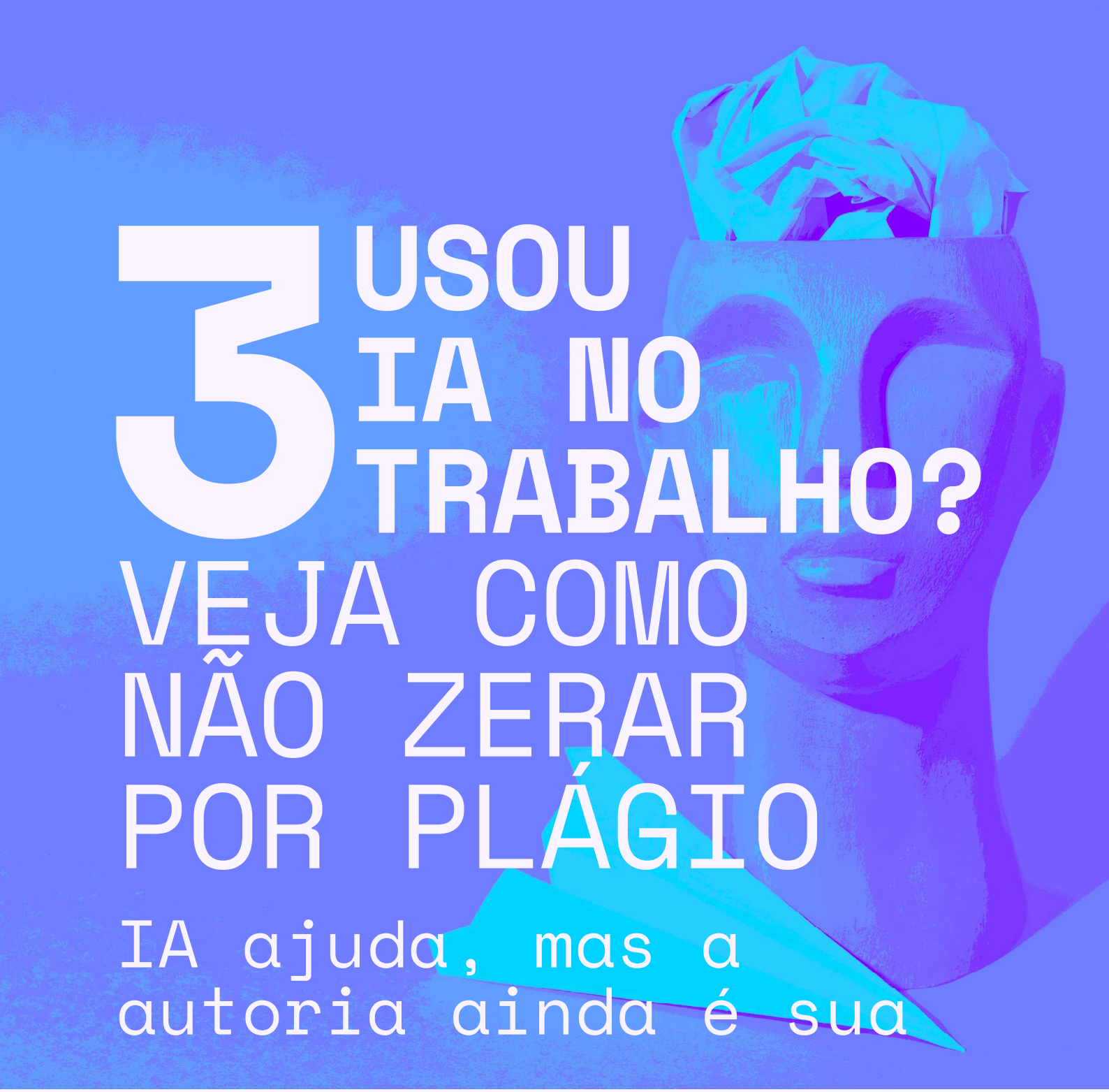
- [ ] Eu disse qual é meu objetivo de estudo?
- [ ] Pedi explicação passo a passo?
- [ ] Pedi exemplos ou analogias?
- [ ] Respondi às perguntas sem olhar as respostas?
- [ ] Pedi correção das minhas respostas?
- [ ] Identifiquei meus pontos fracos?
- [ ] Consigo explicar o conteúdo com minhas palavras?

Se você marcou poucos itens, talvez esteja usando IA de forma passiva. Refaça o percurso e use a ferramenta para aprender mais.

# *Prompt* mestre: IA como tutora

*"Aja como minha tutora de estudos. Não entregue apenas a resposta final. Primeiro, explique o conceito em etapas; depois, dê um exemplo; em seguida, faça perguntas para testar minha compreensão; pergunte-me se estou seguindo o objetivo da atividade proposta pelo professor/projeto/desafio, por fim, corrija minhas respostas com feedback claro. Se eu pedir algo pronto demais, me ajude a aprender o caminho."*





# 3 USOU IA NO TRABALHO? VEJA COMO NÃO ZERAR POR PLÁGIO

## IA ajuda, mas a autoria ainda é sua

Usar IA não é automaticamente plágio. O problema está em como você a usa. A IA pode apoiar seu processo de estudo e escrita. Ela pode ajudar a organizar ideias, revisar clareza, sugerir perguntas, apontar lacunas e melhorar a estrutura de um texto.

**Mas o trabalho precisa continuar sendo seu.**

Isso significa que as ideias principais, a análise, os argumentos e as conclusões devem passar por você.

A regra é simples:

> ***A IA pode apoiar, mas não deve assumir a autoria.***

## Copiar da IA também pode ser plágio

Muita gente pensa que plágio é apenas copiar de livros, artigos ou sites. Mas entregar uma resposta gerada por IA como se fosse sua também pode ser um problema acadêmico.

Mesmo que o texto pareça original, se ele foi gerado por uma IA generativa e você apenas o copiou, isso pode ser considerado desonestidade acadêmica e desrespeitar as regras da disciplina ou do curso. O ponto central não é só de onde veio o texto. É a autoria.

Se você não o escreveu, não o compreendeu e não o revisou, não o trate como se fosse seu.

# Usou IA? Saiba quando declarar

Cada professor, disciplina e instituição podem ter regras diferentes sobre uso de IA.

Algumas atividades permitem IA livremente. Outras permitem o uso apenas para revisão. Outras proíbem o uso em avaliações específicas. Algumas exigem declaração de uso.

Por isso, antes de usar IA em um trabalho avaliativo, procure saber:

- a disciplina permite IA?
- em quais etapas?
- precisa declarar?
- existe modelo de declaração?
- o uso de IA altera a avaliação que o professor fará e, consequentemente, o meu desempenho?

Se houver dúvida, pergunte ao professor e registre a sua resposta como evidência. Transparência evita problemas.

# A linha entre ajuda e fraude acadêmica

A diferença entre ajuda e fraude está no papel que a IA ocupa.

## Uso como apoio

Você escreve, pensa, lê, interpreta e usa a IA para melhorar o processo.

Exemplos:

- revisar clareza;
- sugerir estrutura;
- criar perguntas de estudo;
- apontar lacunas;
- explicar conceitos;
- ajudar a organizar cronograma.

## Uso duvidoso

A IA começa a interferir demais no conteúdo autoral.

Exemplos:

- gerar argumentos que você não entende;
- resumir textos que você não leu;
- sugerir referências não verificadas;
- reescrever completamente seu trabalho.

## Uso inadequado

A IA faz a parte que deveria ser sua.

Exemplos:

- escrever o trabalho inteiro;
- responder atividade avaliativa;
- criar análise sem sua participação;
- inventar fontes;
- burlar regras da disciplina.

# Seu trabalho, suas ideias, sua responsabilidade

## Não terceirize o exercício que forma você

Quando a IA assume repetidamente a leitura, a síntese, a argumentação e a decisão, você deixa de exercitar justamente as capacidades que a universidade pretende desenvolver nos seus estudantes. Esse risco é chamado de **atrofia** ou **dívida cognitiva.**

Use a ferramenta para retirar tarefas mecânicas, não para retirar todo o esforço intelectual. Uma regra prática: produza uma primeira tentativa antes de pedir ajuda e faça uma última revisão sem a IA.

## Revise vieses e ausências

A IA aprende com textos humanos e pode reproduzir estereótipos de gênero, raça, classe, origem, deficiência, idade ou cultura. Antes de aproveitar uma resposta, pergunte:

- Quem aparece como padrão e quem ficou invisível?
- Há generalizações sobre algum grupo?
- A linguagem reforça estereótipos ou apresenta uma perspectiva universal?
- Que outro ponto de vista precisa ser consultado?

Mesmo quando a IA ajuda, quem entrega é você.

Isso significa que você é responsável por:

- erros conceituais;
- fontes falsas;
- dados incorretos;
- argumentos frágeis;
- falta de referência;
- uso indevido;
- ausência de declaração quando exigida.

Não adianta dizer “foi a IA que escreveu”. No contexto acadêmico, quem assina o trabalho assume a responsabilidade.

Por isso, nunca entregue algo que você não consegue explicar, não entende e sabe aplicar.

# O que dá para fazer com IA sem se complicar

Há muitos usos produtivos e mais seguros.

Você pode usar IA para:

- organizar ideias iniciais;
- criar um roteiro de estudo;
- transformar tópicos em perguntas;
- revisar gramática;
- melhorar clareza;
- sugerir títulos;
- criar *checklist*;
- simular perguntas de banca;
- explicar conceitos difíceis;
- apontar trechos confusos;
- sugerir formas de melhorar um argumento.

Mas sempre revise o resultado.

A IA pode sugerir. Você decide.

# *Checklist* antes de entregar um trabalho com apoio da IA

## Guarde evidências do seu processo

Quando a atividade permitir o uso de IA, registre como você a utilizou: ferramenta e versão, data, finalidade, principais *prompts,* fontes fornecidas, trechos aproveitados e mudanças feitas por você. Esse pequeno diário de uso ajuda a declarar o apoio recebido e a demonstrar seu percurso autoral.

Algumas ferramentas de IA também permitem salvar a conversa completa em PDF. Sempre que possível, guarde esse arquivo, pois ele pode servir como registro do seu processo de construção do trabalho e ser solicitado pelo professor para comprovar como a IA foi utilizada.

## Registro mínimo

Ferramenta e data: [preencha].

Finalidade do uso: [estudo, organização, revisão, feedback etc.].

O que mantive, rejeitei ou modifiquei: [explique brevemente].

Fontes verificadas: [liste as fontes originais].

Antes de entregar qualquer trabalho em que você usou IA, verifique:

- As regras da disciplina/curso permitem esse uso?
- Preciso declarar? Como?
- As ideias principais são minhas?
- Eu verifiquei fontes e dados?
- A IA inventou alguma referência?
- O texto final está com minha linguagem?
- Eu entendo tudo o que está escrito?
- Eu conseguiria defender esse trabalho oralmente?
- O uso da IA foi apoio ou substituição da minha autoria?
- Eu consigo responder com segurança às perguntas? e
- Vou revisar antes de entregar.

# Modelos de declaração de uso da IA

## Para revisão textual

Utilizei a ferramenta (cite a(s) IA usada(s)) de inteligência artificial apenas como apoio para revisão de clareza, fluidez textual e correção gramatical. O conteúdo, as ideias, a análise, as fontes e as conclusões foram revisados e assumidos por mim.

## Para organização de ideias

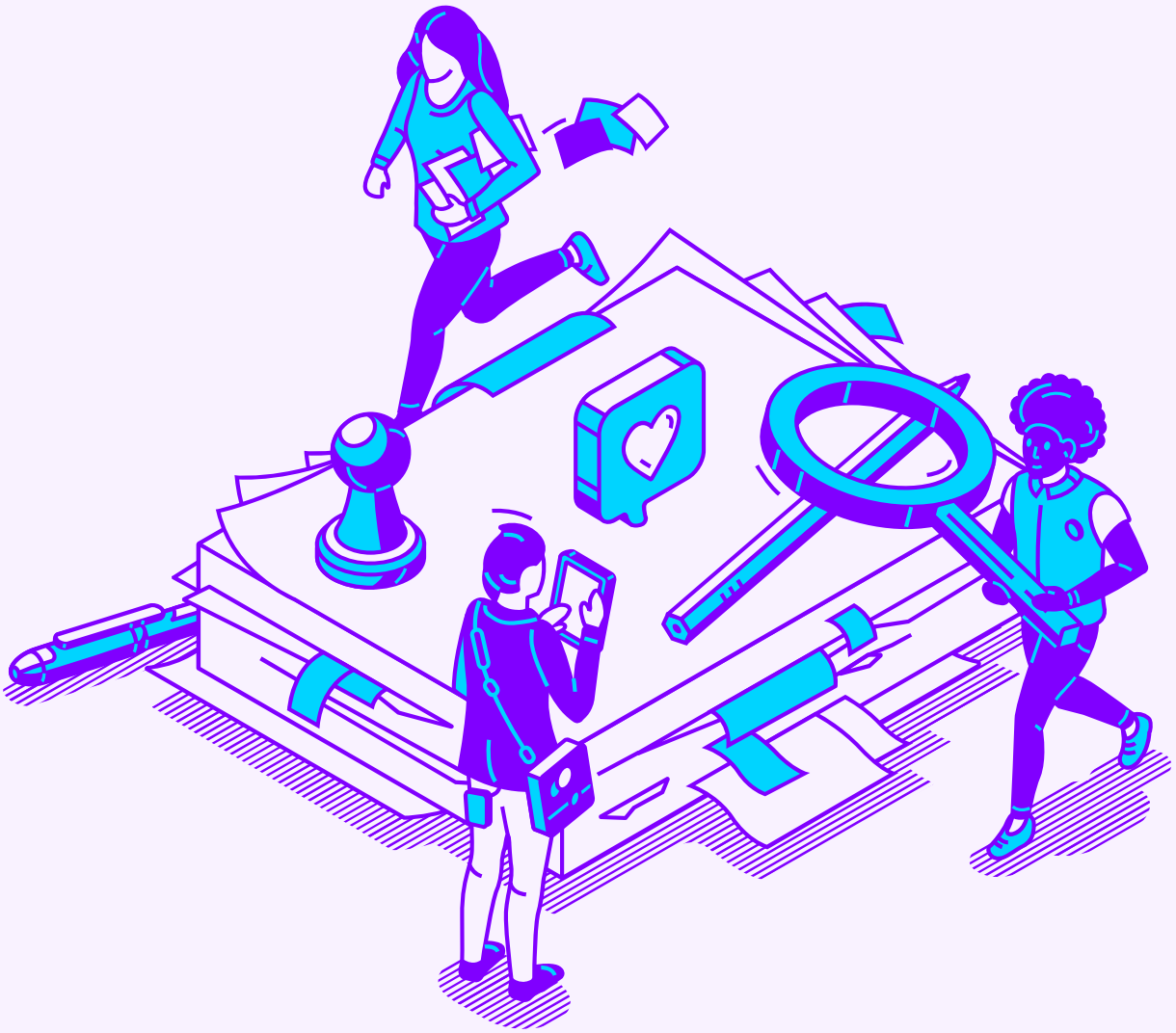
Utilizei ferramenta de inteligência artificial como apoio para organizar ideias e estruturar tópicos iniciais do trabalho. A seleção, o desenvolvimento, a argumentação, as fontes e a redação final são de minha responsabilidade.

## Para estudo

Utilizei ferramenta de inteligência artificial como apoio de estudo, para explicação de conceitos e elaboração de perguntas de revisão. O trabalho entregue foi produzido, revisado e verificado por mim.

# *Prompt* mestre: apoio sem plágio

*"Aja como apoio acadêmico, não como autor do meu trabalho. Ajude-me a organizar ideias, revisar clareza, apontar lacunas, sugerir perguntas e indicar o que precisa ser verificado. Não escreva o trabalho por mim. Sempre destaque quais partes exigem fonte, checagem ou decisão autoral minha."*



# DICA DE SEGURANÇA PARA O USO DE IA GENERATIVA

Ao utilizar modelos de linguagem (LLM) gratuitos, é importante compreender uma configuração que costuma passar despercebida: por padrão, boa parte dessas ferramentas emprega as conversas dos usuários para treinar e aperfeiçoar seus próprios modelos. Desde 2025, à medida que os sistemas passaram a exigir volumes cada vez maiores de dados para aprimorar raciocínio e programação, as empresas migraram para um modelo de exclusão voluntária (opt-out): a coleta vem ativada por padrão e só é desligada se o próprio usuário procurar a configuração correspondente. Na prática, tudo o que se digita — inclusive dados pessoais, informações institucionais ou trabalhos acadêmicos — pode ser incorporado a bases de treinamento, salvo se a opção for desativada manualmente.

# O padrão de exclusão voluntária

O termo *opt-out* designa justamente esse arranjo: em vez de solicitar o consentimento do usuário antes de coletar (o que caracterizaria um modelo de *opt-in*), a plataforma assume o consentimento como padrão e transfere ao usuário o ônus de recusá-lo. Como raramente se alteram configurações de fábrica, a maior parte dos usuários acaba contribuindo com suas conversas para o treinamento sem ter feito uma escolha consciente. Oriente-se sobre os como localizar e ajustar essa configuração. Esse é, portanto, um passo elementar de autonomia e de proteção de dados.

## Como ajustar o uso das conversas para treinamento

O Quadro  sintetiza o caminho de configuração nas ferramentas mais utilizadas no meio acadêmico. Recomenda-se verificar cada ajuste no primeiro acesso e reconfirmá-lo periodicamente, uma vez que as interfaces e as políticas dessas plataformas são revistas com frequência.

**Quadro** – Caminho para desativar o uso de conversas no treinamento dos principais modelos de linguagem gratuitos

| Ferramenta | Caminho | Observação |
|---|---|---|
| **ChatGPT (OpenAI)** | Configurações > Controles de dados > "Melhorar o modelo para todos" (desativar). | Vale apenas para conversas novas. Sem login, os dados são coletados independentemente do ajuste. Os "chats temporários" não são usados para treinamento. |
| **Google Gemini** | Configurações e ajuda > Atividade > "Desativar" (ou "Desativar e excluir atividade"). | A opção "Manter atividade" vem ativada por padrão. Mesmo desativada, as conversas ficam armazenadas por 72 horas para geração de respostas e segurança. |
| **Claude (Anthropic)** | Perfil > Configurações > Privacidade > "Ajudar a melhorar o Claude" (desligar). | Política alterada em set./out. de 2025: antes, conversas de contas de consumo não eram usadas sem consentimento explícito. O modo Incógnito nunca é usado para treinamento. |
| **GitHub Copilot** | github.com/settings/copilot > seção "Privacy" > "Allow GitHub to use my data for AI model training" = "Disabled". | Ferramenta de programação. Os planos Free, Pro e Pro+ passaram ao modelo opt-out em 24 de abril de 2026. |

# Distinção fundamental: exclusão voluntária não equivale à privacidade

Desativar o uso das conversas para treinamento é uma boa prática, mas não deve ser confundida com anonimato ou sigilo. Mesmo com a opção desativada, as plataformas costumam reter as conversas por um período — em geral em torno de 30 dias — para fins de segurança e de cumprimento de obrigações legais. Além disso, a configuração tem efeito apenas prospectivo: nenhuma dessas opções remove dados de modelos já treinados, aplicando-se somente às conversas futuras.

A regra de ouro, portanto, permanece independentemente do ajuste: não se deve inserir em modelos gratuitos senhas, dados de saúde, informações sigilosas ou dados pessoais de terceiros. Esse cuidado é especialmente relevante à luz da Lei Geral de Proteção de Dados (LGPD), que responsabiliza quem trata dados pessoais de outras pessoas. Para consultas de caráter sensível, orienta-se o uso dos modos temporário ou incógnito, que, nas plataformas que os oferecem, não são utilizados para treinamento.

CONCLUSÃO

# USE IA PARA PENSAR MELHOR, NÃO PARA PENSAR MENOS

## Um roteiro simples para qualquer uso

1. Defina o objetivo: aprender, produzir, revisar e verificar.
2. Faça uma primeira tentativa, quando a tarefa exigir raciocínio autoral.
3. Dê contexto confiável e formule uma missão clara.
4. Questione a resposta, confira fontes e procure vieses.
5. Reescreva, decida e registre o que foi feito por você.

A IA pode ser uma ferramenta poderosa na universidade. Ela pode otimizar seu tempo, facilitar seus estudos, melhorar seus textos e tornar seu aprendizado mais personalizado.

Mas ela não substitui três coisas fundamentais:

sua leitura, seu pensamento e sua responsabilidade.

Use IA para perguntar melhor, estudar melhor, revisar melhor e perceber lacunas que talvez você não enxergasse sozinho.

Mas não use IA para apagar sua autoria.

No fim, a pergunta mais importante não é:

*"A IA consegue fazer isso por mim?"*

A pergunta é:

*"Como a IA pode me ajudar a aprender e produzir melhor?"*

Se você mantiver essa pergunta no centro, a IA deixa de ser atalho e vira ferramenta de crescimento acadêmico.

# Os 10 mandamentos do uso da IA

1. IA ajuda; a autoria é sua.
2. Nunca entregue algo que não entende. Pensar ainda é sua parte.
3. Sempre confira fontes. Antes de citar, verifique.
4. Não copie respostas. Apoio não é autoria.
5. Use IA para estudar. Se você não consegue explicar, o conhecimento não é seu.
6. Faça perguntas melhores. Use IA para aprender melhor, não para fingir que aprendeu.
7. Revise tudo. Texto bonito não é sinônimo de texto correto.
8. Respeite as regras da disciplina.
9. Proteja seus dados.
10. Aprenda mais do que produza, pois você é o piloto, a IA é copiloto.

# REFERÊNCIAS

GARCIA, Maurício. **Manual de Inteligência Artificial para Educadores:** um guia teórico-prático de como usar a IA de forma responsável na educação. São Paulo: edição do autor, 2026.

TOMAZINHO, Paulo. **O que a IA não faz por você; IA como tutora de estudos; Como usar IA sem cair no plágio**. Disponível em: https://tomazinho.com.br/. Acesso em: jul. 2026.

# Ficha técnica

## PRODUÇÃO:

ADRIANE M. FONTANA

ANA VALÉRIA SAMPAIO DE ALMEIDA REIS

APARECIDA MARIA ZEM LOPES

CACILDA ENCARNAÇÃO AUGUSTO ALVARENGA

FÁTIMA MEDEIROS

LORENA PIZA ARNDT

LUIS FERNANDO RABELO CHACON

MAURICIO GARCIA

PAULO TOMAZINHO

## REVISÃO:

ANA VALERIA SAMPAIO DE ALMEIDA REIS

FÁTIMA MEDEIROS

# CONCEPÇÃO, DESENVOLVIMENTO E EXECUÇÃO DO PROJETO GRÁFICO E DO DESIGN EDITORIAL;

B42 EDTECH

KARINA N. TOMELIN

HENRIQUE BERGAMASCO

B42 DESIGN EDUCAÇÃO E TECNOLOGIA

## GRUPO DE TRABALHO SOBRE INTELIGÊNCIA ARTIFICIAL

O Grupo STHEM IA, criado em 2020 durante a VII Formação de Professores STHEM em parceria com o Prof. Dr. Kelly Parke (York University, Canadá), tornou-se uma referência na aplicação e discussão da Inteligência Artificial na educação. Em 2023 ampliou suas ações ao unir-se ao SEMESP e à MetaRed TIC Brasil, formando uma iniciativa pioneira voltada ao uso ético, inovador e inclusivo da IA no ensino superior, envolvendo gestores, professores e pesquisadores nessa transformação digital.

IA STHEM SEMESP metaredTIC Brasil by universia

## COORDENAÇÃO

FÁTIMA MEDEIROS – CONSÓRCIO STHEM

CRISTINA ARES ELISEI – CENTRO PAULA SOUZA/GT MULHERES NAS TIC DA METARED TIC BRASIL

RAQUEL CARMONA – SEMESP

## GT 1 – ÉTICA E LEGISLAÇÃO

Focado em ética e legislação relacionadas à IA na educação superior no Brasil. Comprometido em promover a compreensão do tema e em fornecer orientações para o setor.

LUIS FERNANDO RABELO CHACON – UNISAL

RAQUEL CARMONA – SEMESP

ROBERTA LINS – SEMESP

## GT 2 – EMPODERAMENTO DE PROFESSOR

Envolve capacitar educadores com conhecimento, habilidades e recursos para integrar efetivamente a IA em suas práticas de ensino, permitindo a melhoria do processo de aprendizado e a promoção de ensino mais personalizado e inovador.

ANA VALÉRIA SAMPAIO DE ALMEIDA REIS – CONSÓRCIO STHEM

ADRIANE M. FONTANA – FATEC – SÃO BERNARDO DO CAMPO - CENTRO PAULA SOUZA

JEAN-MARC STÉPHANE LAFAY – UTFPR

LISIANE FERNANDES SOARES – UTFPR

LORENA PIZA ARNDT – FAESA

LUÍS PROENÇA – EGAS MONIZ

MARIA ELISABETE BERSCH – UNIVATES

RODRIGO MARUDI DE OLIVEIRA – UNIFEOB

PAULO TOMAZINHO – META APRENDIZAGEM

## GT 3 – EMPODERAMENTO DA GESTÃO

Objetiva analisar, discutir e fomentar o uso de soluções da Inteligência Artificial (IA) no âmbito da gestão institucional, seja na gestão acadêmica, seja na gestão administrativa.

MAURICIO GARCIA – SOLVERTAN

DANIEL QUINTANA SPERB – D2 SOFTWARE HOUSE

FABRICIO CARNEIRO COSTA – CENTRO UNIVERSITÁRIO PARAÍSO

CRISTINA ARES ELISEI – CENTRO PAULA SOUZA

JOÃO COUVANEIRO – EGAS MUNIZ

## GT 4 – PESQUISA E FUTURO DA IA

Focado em fundamentar, teórica e cientificamente, as discussões e estudos sobre aplicações de Inteligência Artificial na Educação.

APARECIDA MARIA ZEM LOPES – FATEC JAHU

CACILDA ENCARNAÇÃO AUGUSTO ALVARENGA – FHO

DANIELE CRISTINE CORREIA – VITRU EDUCAÇÃO

NOSSO PROPÓSITO

# É FAZER A EDUCAÇÃO SER POP

B42

REALIZAÇÃO:

IA STHEM

STHEM

CONSÓRCIO DE INOVAÇÃO ACADÊMICA

SEMESP

metaredTIC

by universia