Quina és la informació que cal donar perquè una habilitat/complement sigui efectiva:

1. **NOM I DESCRIPCIÓ DE L'HABILITAT/COMPLEMENT**

2. **INSTRUCCIONS:** inclou tota la informació detallada important:

- **El rol.** Afegeix el prompt del rol expert en estratègia digital. Li pots demanar a la IA que te'l generi.
- **Context del negoci:**
  - ✓ **Identitat.** Informació del teu negoci, producte o servei.
  - ✓ **Audiència.** Quin és el teu públic (client ideal).
  - ✓ **Estil i to de la marca:** Defineixes com vols que es comuniqui.

Exemple: Utilitza un llenguatge proper, professional, clar i pràctic. Això ajuda que les respostes s'assemblin més a la manera de comunicar de la nostra marca.

- **Objectiu.** Què vols aconseguir amb el complement. Exemple: Ajudar-me a captar nous clients, millorar la comunicació online, generar continguts útils i detectar oportunitats de millora de la meva estratègia digital.

Síguenos en: COACHING-TECNOLOGICO.COM

- **Funcions.** Quines tasques concretes ha de fer el complement.
- **Format de resposta.** Com ha de presentar la informació: passos, taules, esquemes, exemples, etc.
- **Normes i limitacions.** Què ha d'evitar fer i quines regles ha de respectar.
- **Què has d'evitar.** Què ha d'evitar fer i quines regles ha de respectar. Exemple:
  - ✓ No al·lucinis: Si no saps una dada actualitzada de mercat, digues-m'ho en lloc d'inventar-te una estadística.
  - ✓ No a la palla: Si una resposta es pot donar en 3 punts, no en facis 10 per "omplir".
  - ✓ No proposis estratègies que requereixin grans pressupostos.

Síguenos en: COACHING-TECNOLOGICO.COM

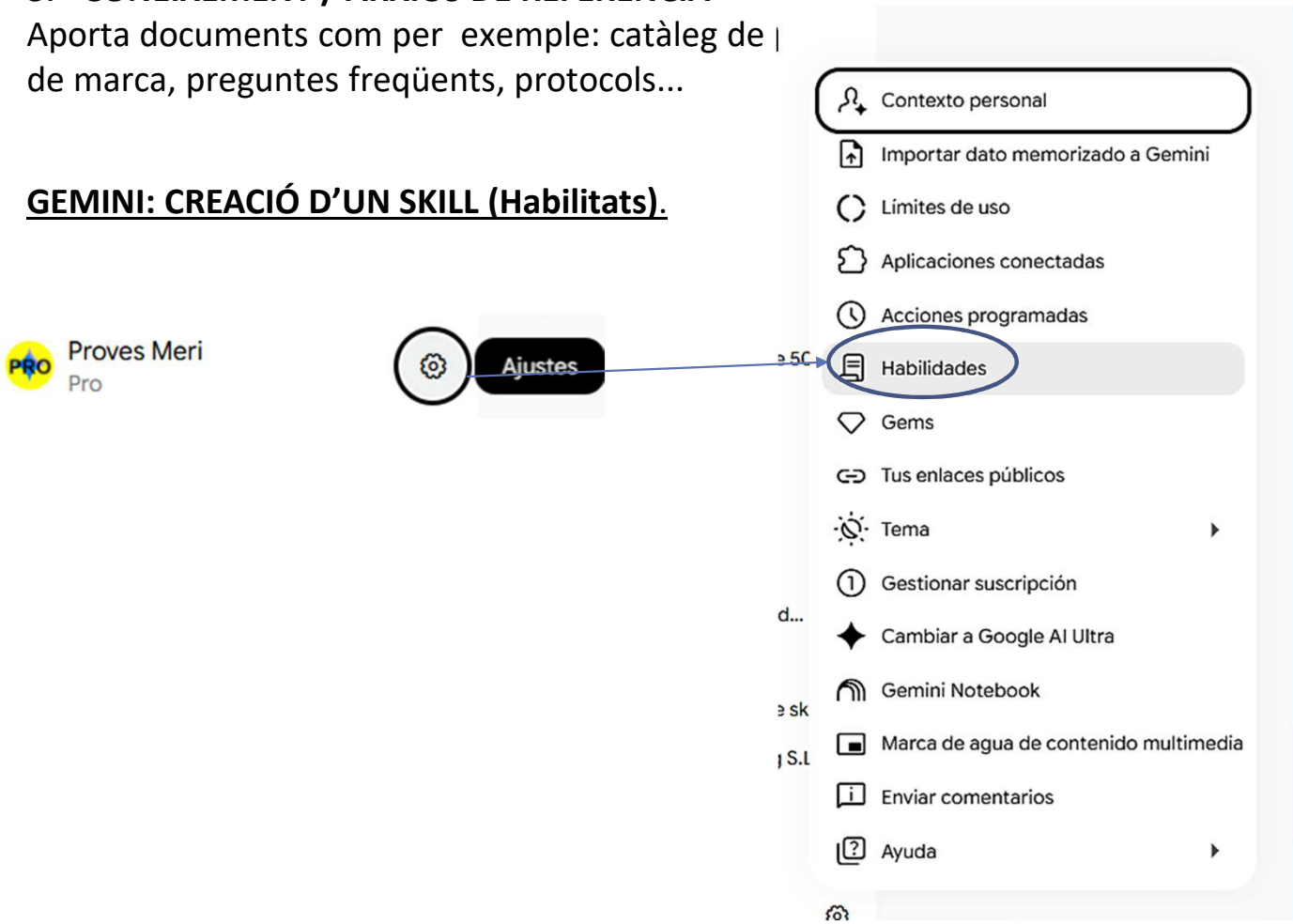
Exemple d'instruccions del complement:
1. Objectiu
Ajudar els alumnes a aprendre anglès i millorar el seu vocabulari i gramàtica.
2. Rol
Actua com un professor d'anglès pacient i motivador.
3. Destinataris
Alumnes d'ESO amb un nivell bàsic d'anglès.
4. Funcions
Explica conceptes, proposa exercicis i corregeix errors.
5. Comportament
Fes preguntes per comprovar si l'alumne ha entès les explicacions. Dona pistes abans de facilitar la solució.
6. Estil de comunicació
Utilitza un llenguatge clar, senzill i proper.
7. Format de les respostes
Presenta les explicacions pas a pas i inclou exemples.
8. Normes i limitacions
No donis directament les respostes dels exercicis i no utilitzis vocabulari massa avançat sense explicar-lo.

Síguenos en: COACHING-TECNOLOGICO.COM

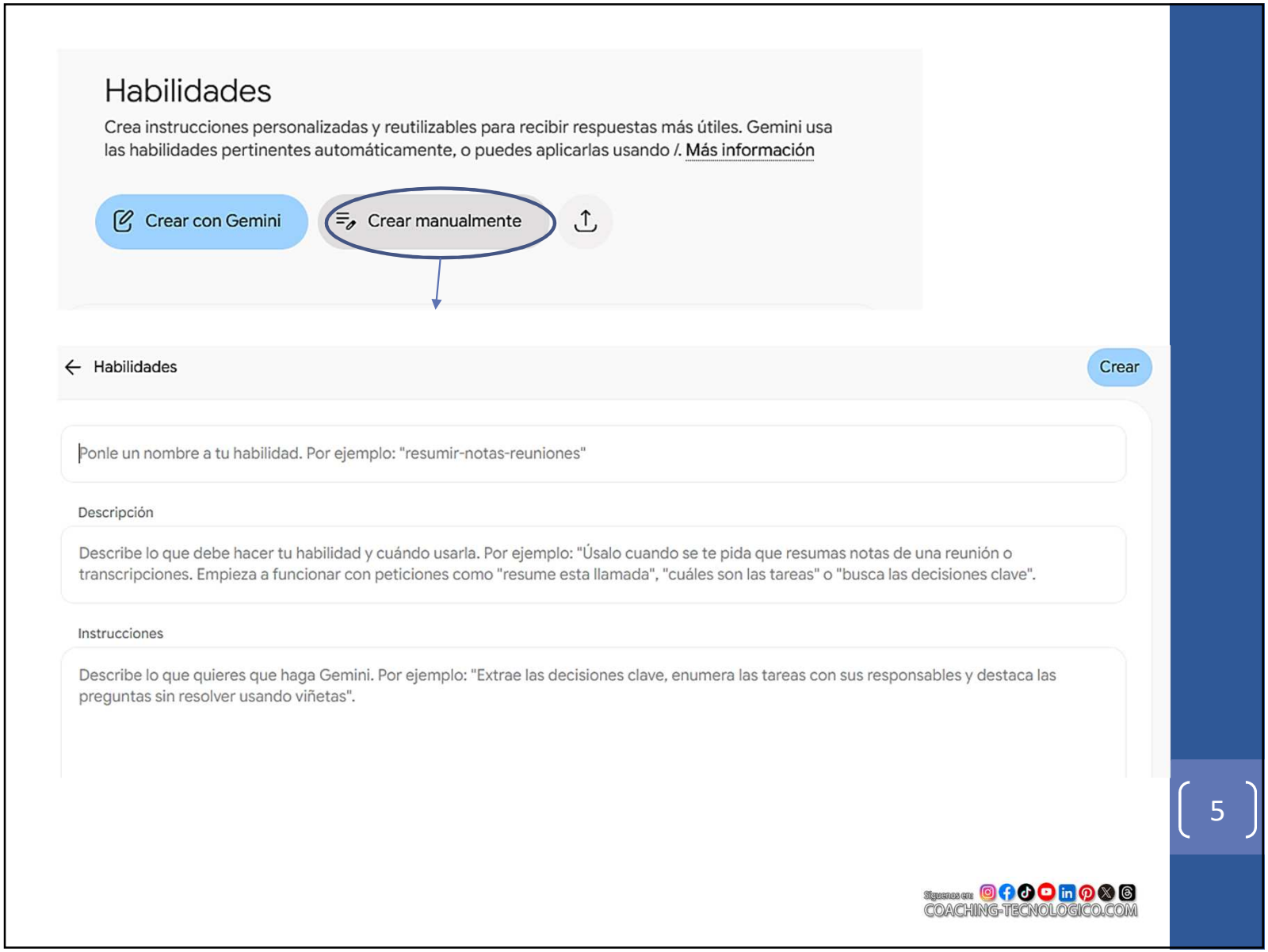
3. CONEIXEMENT / ARXIUS DE REFERÈNCIA

Aporta documents com per exemple: catàleg de
de marca, preguntes freqüents, protocols...

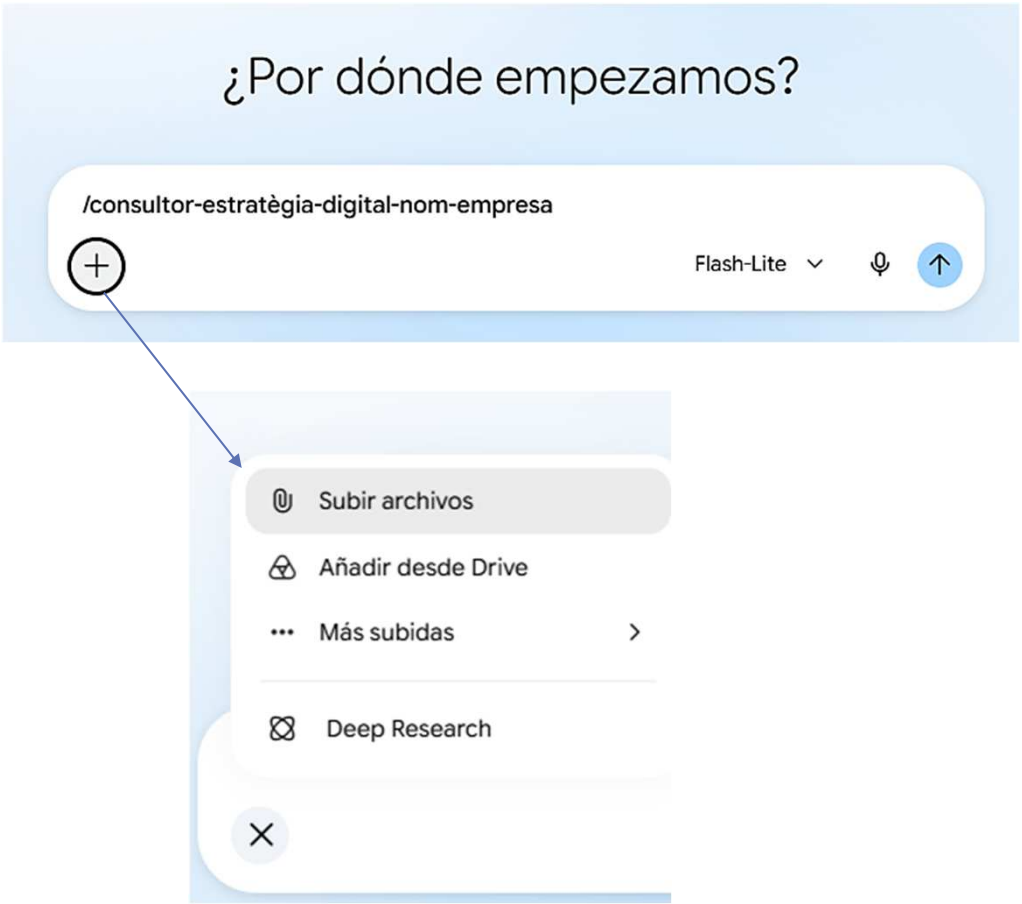
GEMINI: CREACIÓ D'UN SKILL (Habilitats).



4


Habilidades
Crea instrucciones personalizadas y reutilizables para recibir respuestas más útiles. Gemini usa las habilidades pertinentes automáticamente, o puedes aplicarlas usando /. Más información
Crear con Gemini
Crear manualmente
Habilidades
Crear
Ponle un nombre a tu habilidad. Por ejemplo: "resumir-notas-reuniones"
Descripción
Describe lo que debe hacer tu habilidad y cuándo usarla. Por ejemplo: "Úsalo cuando se te pida que resumas notas de una reunión o transcripciones. Empieza a funcionar con peticiones como "resume esta llamada", "cuáles son las tareas" o "busca las decisiones clave".
Instrucciones
Describe lo que quieres que haga Gemini. Por ejemplo: "Extrae las decisiones clave, enumera las tareas con sus responsables y destaca las preguntas sin resolver usando viñetas".
5
Síguenos en:
COACHING-TECNOLOGICO.COM

Com pujar els fitxers de referència de la Skill, com a coneixement:

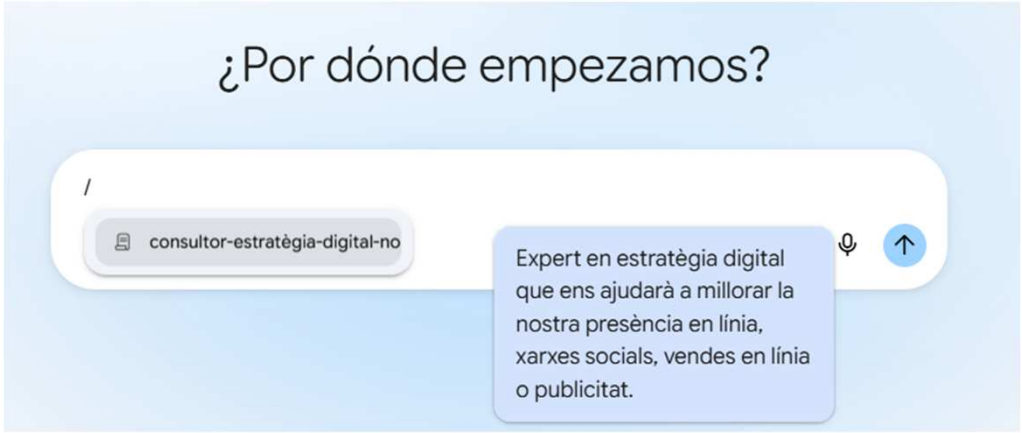


Síguenos en: COACHING-TECNOLOGICO.COM

Important:

- Es poden combinar habilitats (skills) en una mateixa consulta per resoldre tasques complexes d'una sola vegada.

- Per utilitzar qualsevol habilitat (Skill) des del teu xat habitual escrivint “@” ja et sortiran totes les habilitats.

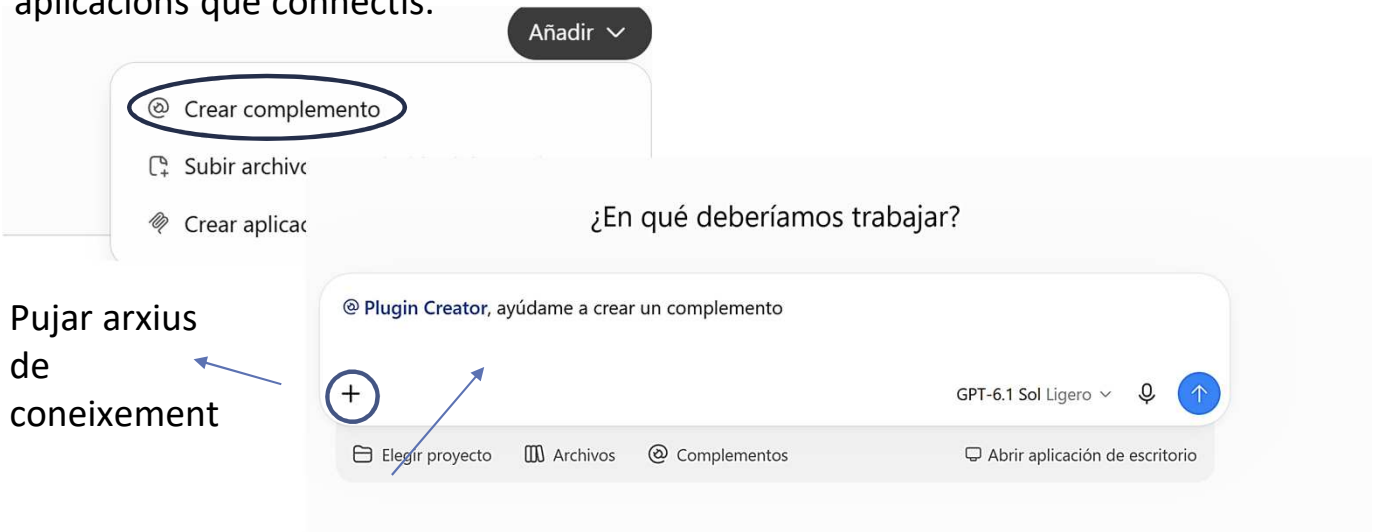


7

Síguenos en: COACHING-TECNOLOGICO.COM

CHATGPT: CREACIÓ D'UN COMPLEMENT

Els Complements estan disponibles en tots els plans, però les funcionalitats concretes que pots utilitzar poden variar segons el pla, el compte, la regió o les aplicacions que connectis.



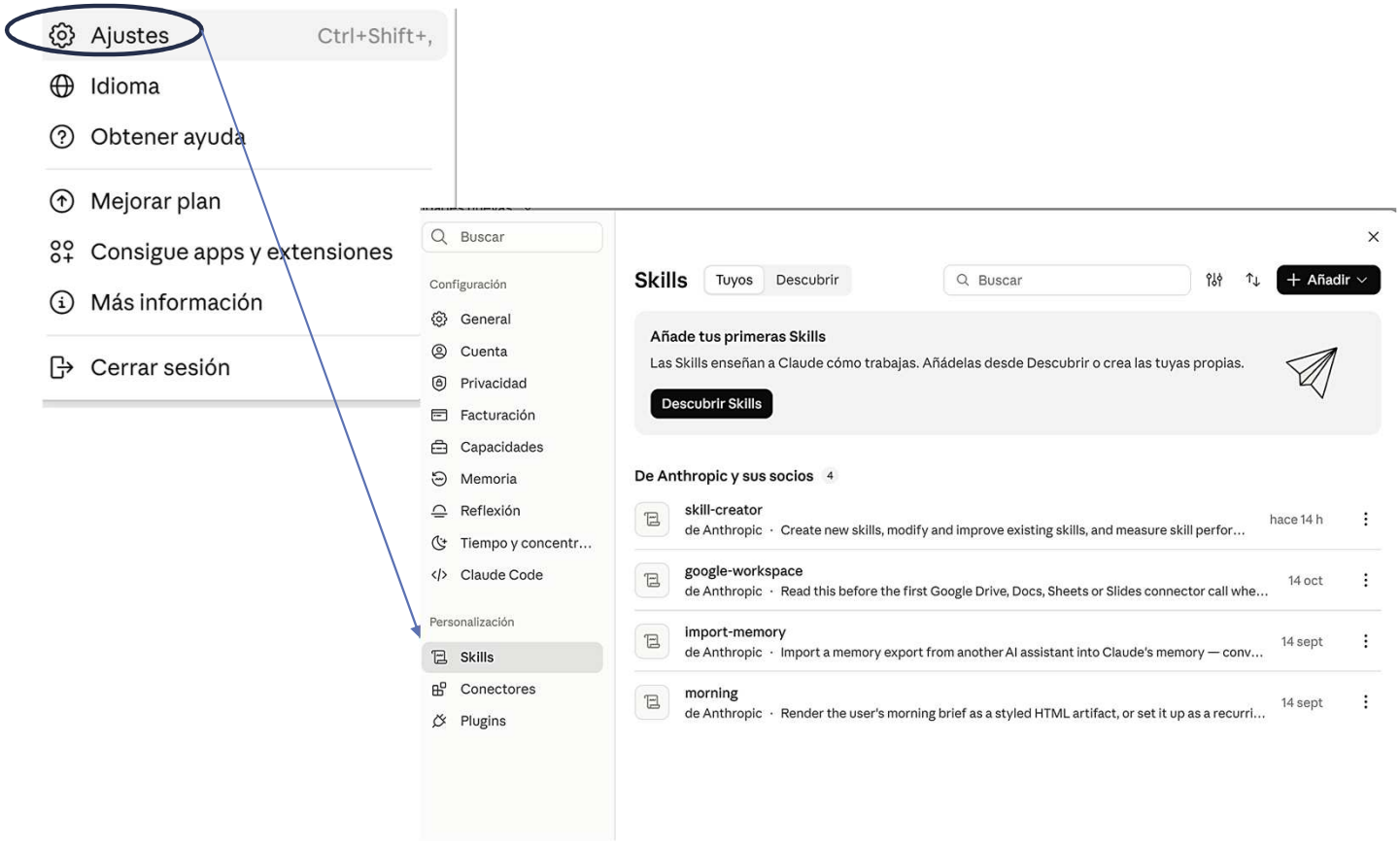
Pujar arxius de coneixement

Crea'm un Complement anomenat Consultor Estratègia Digital + nom empresa amb descripció "Expert en estratègia digital que ens ajudarà a millorar la nostra presència en línia, xarxes socials, vendes en línia o publicitat" que m'ajudi amb l'estratègia digital del meu negoci. Crea una Habilitat amb les instruccions següents: [enganxa aquí les instruccions que has preparat].

Síguenos en: COACHING-TECNOLOGICO.COM

8

CLAUDE: CREACIÓ D'UN SKILL (Habilitats).



9

CREAR HABILITAT/COMPLEMENT:

⚙ **INSTRUCCIONS**
Com vull que treballi
+
📁 **CONEIXEMENT / ARXIUS DE REFERÈNCIA**
Què ha de saber habitualment del meu negoci
↓

💬 **PETICIÓ + CONTEXT PUNTUAL**
Què necessito ara
↓

🎯 **RESPOSTA MÉS ADAPTADA AL MEU NEGOCI**

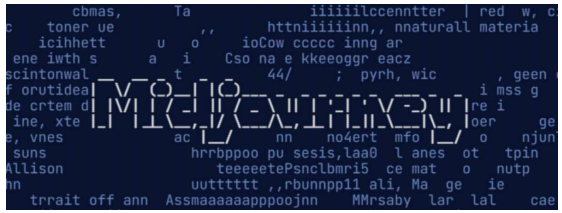
Síguenos en: COACHING-TECNOLOGICO.COM

Generar imatges i contingut multimèdia amb IA

WEBS ESPECIALISTES EN GENERAR IMATGES AMB IA:

Leonardo.Ai

https://leonardo.ai



https://www.midjourney.com/home

Stable Diffusion

https://stablediffusionweb.com/es

ideogram

https://ideogram.ai

11

ELS PROPIS MODELS D'IA GENEREN IMATGES:

Gemini

https://gemini.google.com

Copilot

https://copilot.microsoft.com

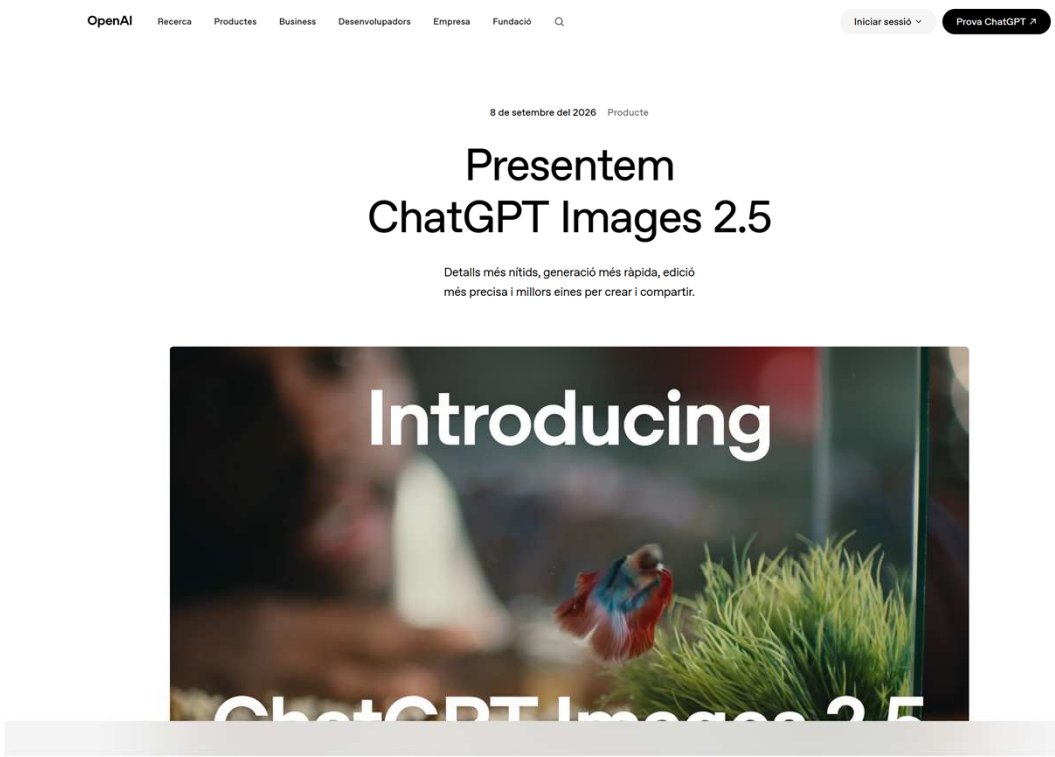
https://chatgpt.com

12

Síguenos en: COACHING-TECNOLOGICO.COM

- ChatGPT (Images 2.5).

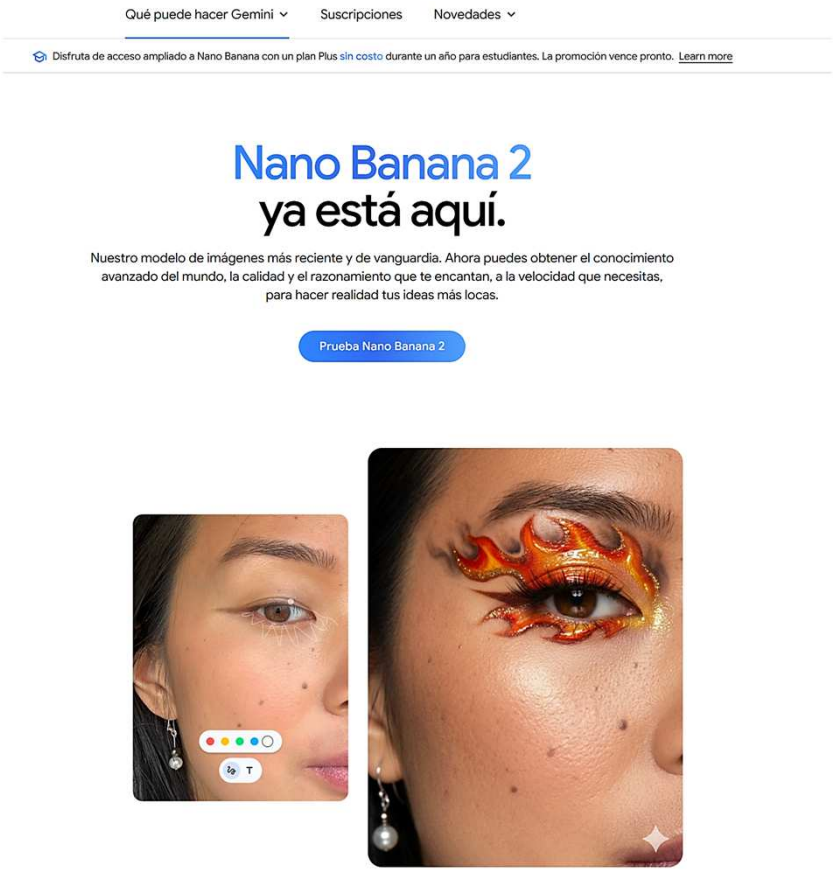
https://openai.com/ca-ES/index/introducing-chatgpt-images-2-5/



Síguenos en:
COACHING-TECNOLOGICO.COM

- Gemini (Nano Banana 2):

https://gemini.google/ni/overview/image-generation/?hl=es-NI



Síguenos en: COACHING-TECNOLOGICO.COM

EXEMPLES DE PARÀMETRES PER INCLOURE EN EL PROMPT:

- Estil artístic: acrílic, anime, bolígraf, dibuix animat amb 3D, gòtic, infografia, manga, papercraft, romanticisme ...
- Estil fotogràfic: fotografia macro, polaroid, cinematogràfic, blanc i negre, fotografia d'estudi, estil documental, etc.
- Estil d'autors: Picasso, Joan Miró, Vincent Van Gogh...
- Context/entorn: astronautic, menjar, naturalesa, educació...
- Incloure emocions.
  - Positives: Calma, Relaxat, Content, Enèrgic, Colorit, Animat, Apassionat, Valent...
  - Negatives i Amenaçadores: Avorrit, Apagat, Apocalíptic, Aterridor, Cansat, Depriment, Gris, Infernal, Inquietant, Prohibitiu, Pàl·lid, Terrible, Trist...

15

Síguenos en: COACHING-TECNOLOGICO.COM

- Il·luminació: És el que dona l'aspecte professional a la imatge de la IA. Exemples: Llum natural, il·luminació d'estudi, llum de neó, contrallum, llum suau...
- Angle de càmera o pla: Molt útil per mostrar productes o espais. Exemples: Primer pla, vista d'ocell, pla general...

- Proporció o Format: Les empreses necessiten formats específics. Exemples: Format horitzontal 16:9 (per a webs o vídeos), format vertical 9:16 (Stories/Reels)...

Síguenos en: COACHING-TECNOLOGICO.COM

Exemple amb emoció positiva

“Genera una imatge d'una noia somrient de l'època dels 90 passejant per la vora del mar en un dia radiant i solejat.”



Síguenos en: COACHING-TECNOLOGICO.COM

Exemple amb emoció negativa

«Genera una nova imatge amb la mateixa escena però la noia està molt trista i el dia és plujós.»



Síguenos en:
COACHING-TECNOLOGICO.COM

Aquests exemples de paràmetres els pots incloure tots junts amb un únic prompt.

Exemple:

“Una noia rossa somrient amb un pentinat dels anys 50, treballant davant d'una màquina d'escriure d'aquella època d'estil Joan Miró i amb temàtica de natura.”



Síguenos en: COACHING-TECNOLOGICO.COM

Generació de vídeo amb IA

Gràcies als avenços en intel·ligència artificial, avui és possible crear vídeos de manera automàtica a partir de text o imatges.

A continuació coneixeràs com funcionen les plataformes de generació de vídeo amb IA i com pots aprofitar-les per crear contingut visual atractiu, professional i personalitzat.

Totes les plataformes que et mostraré, recorda que per provar-les t'has d'obrir un compte.

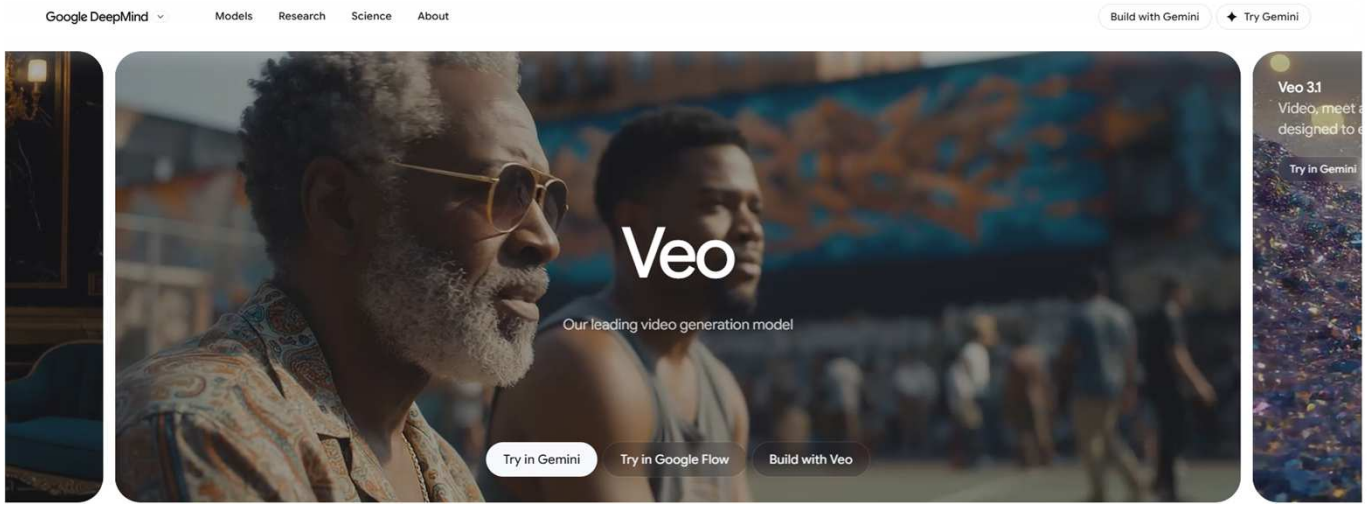
Síguenos en: COACHING-TECNOLOGICO.COM

GOOGLE https://deepmind.google/models/veo/

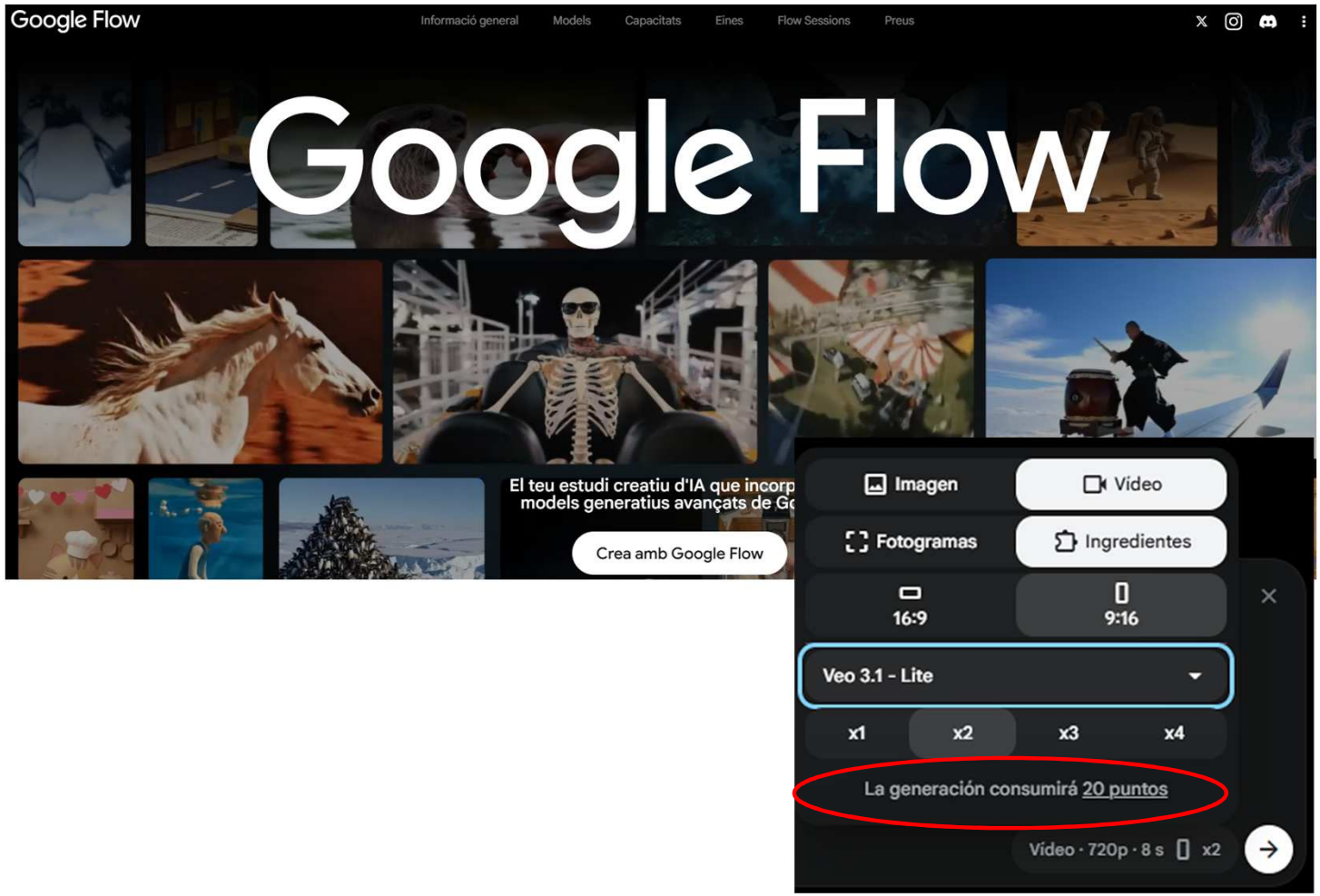
- **VEO 3.1.**

És el **model d'intel·ligència artificial de Google especialitzat exclusivament en la generació i edició de vídeo d'alta qualitat.**

Duració dels vídeos: entre 5 i 10 segons.



- **Flow** https://flow.google.com/about



22

Gestionar tus puntos de Google Flow

Para generar contenido en Google Flow, debes usar puntos de Google Flow o puntos de IA. Tus puntos de Google Flow o de IA se comparten en toda tu cuenta, independientemente del dispositivo que uses.

El número de puntos de Google Flow necesarios depende del modelo de IA que utilices. Con o sin suscripción, recibes 50 puntos de Google Flow al día. Los suscriptores reciben más puntos de Google Flow:

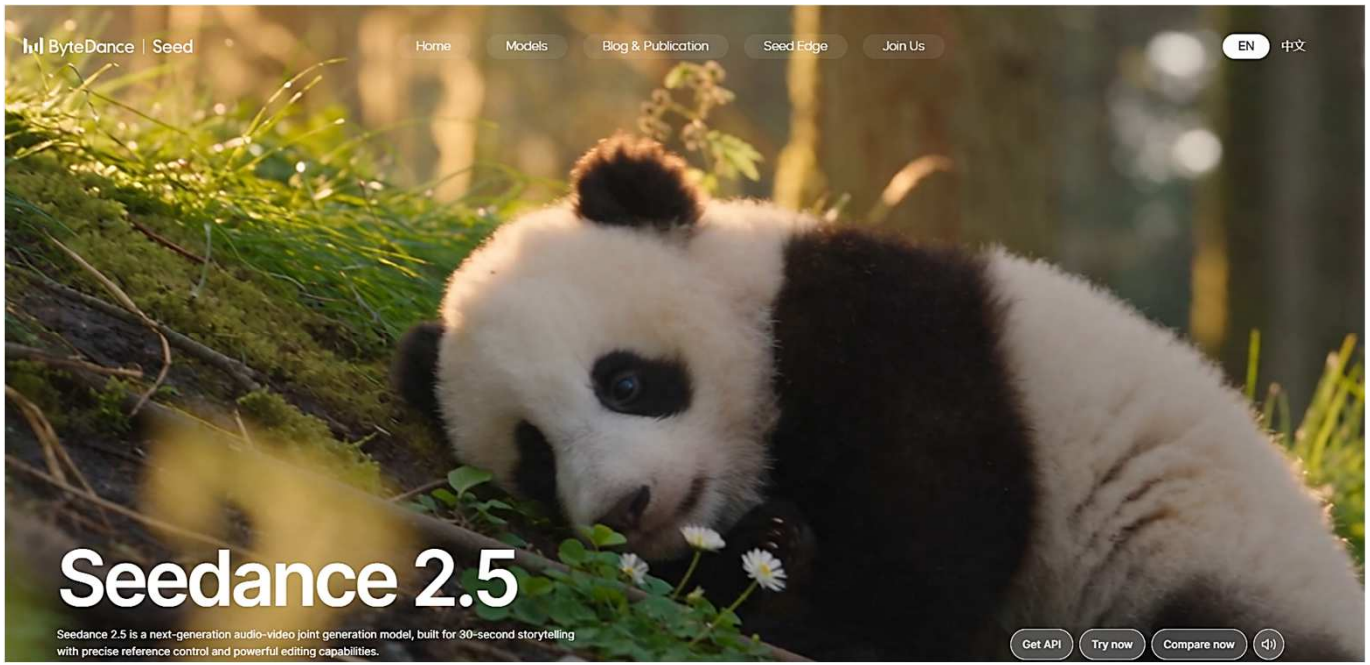
- **Sin suscripción,** solo recibes 50 puntos de Google Flow al día para probar Google Flow.
- Los suscriptores de **Google AI Plus** reciben 200 puntos adicionales de Google Flow al mes.
- Los suscriptores de **Google AI Pro** reciben 1000 puntos adicionales de Google Flow al mes.
- Los suscriptores del plan **Google AI Ultra (100 $)** reciben 10.000 puntos adicionales de Google Flow al mes.
- Los suscriptores de **Google AI Ultra (200 $)** reciben 25.000 puntos adicionales de Google Flow al mes.

Síguenos en: COACHING-TECNOLOGICO.COM

SEEDANCE
Versió 2.5.

https://seed.bytedance.com/en/seedance2_5?utm_source=chatgpt.com

És de l'empresa ByteDance de TikTok.



Síguenos en: COACHING-TECNOLOGICO.COM

HEYGEN

https://www.heygen.com/

És una plataforma de generació d'avatars en vídeo mitjançat IA.

https://www.heygen.com/es-es/avatars

El generador de avatares de IA más avanzado

Crea avatares de IA personalizados y adaptados a tu marca, desde modelos realistas entrenados con grabaciones reales hasta avatares parlantes creados a partir de una sola foto. Esto es lo que te ofrece el generador de avatares de IA.



Los avatares fotográficos permiten generar avatares de IA realistas a partir de una sola foto

Sube una foto de frente y la herramienta de avatar fotográfico con IA convertirá ese retrato en un avatar parlante que recitará tu guion con expresiones naturales. Es la forma más rápida de crear un avatar con IA cuando aún no tienes material grabado, y puedes cambiar su aspecto en cualquier momento.

Pruébalo ahora →

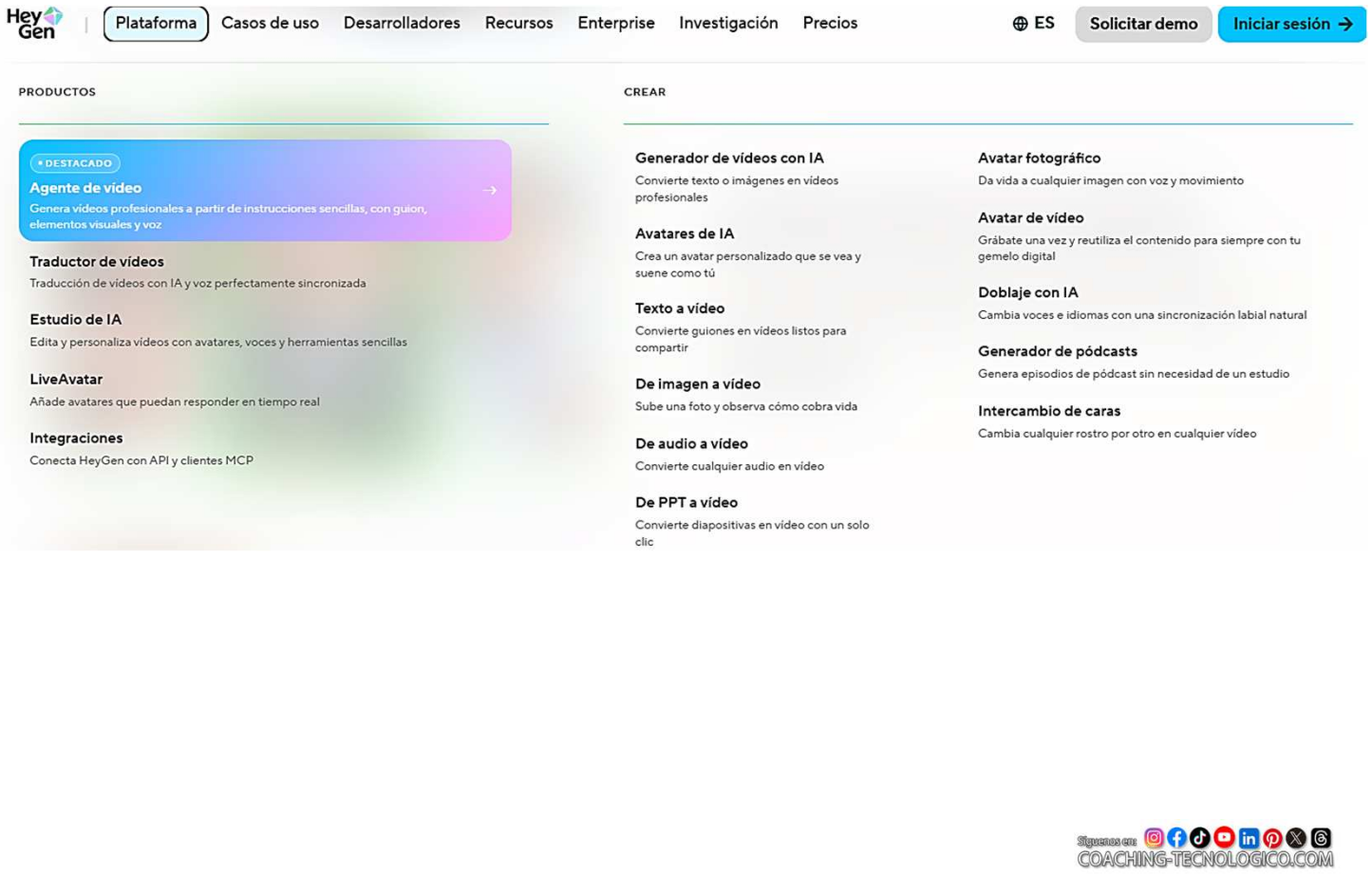
Avatares prediseñados: más de 1.100 presentadores de IA listos para usar

¿Aún no quieres aparecer en cámara? Explora una biblioteca de más de 1.100 avatares de IA de distintas edades, apariencias y estilos. Después, asígnales tu guion y pulsa «Generar». Todos los avatares están listos para salir en cámara y autorizados para uso comercial, para que puedas elegir al presentador ideal para cualquier público con solo unos clics.

Pruébalo ahora →

Síguenos en: COACHING-TECNOLOGICO.COM

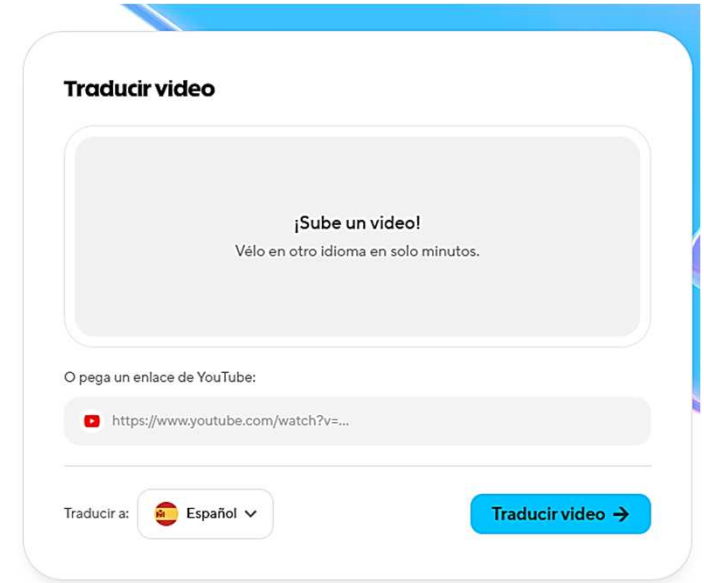
Altres serveis:



Síguenos en: COACHING-TECNOLOGICO.COM

Traductor de vídeo

https://www.heygen.com/translate



Inicio → Traductor de vídeo con IA

Traductor de vídeo con IA

Traduce vídeos a más de 175 idiomas con voces de IA realistas, sincronización labial y subtítulos. Amplía tu alcance global en cuestión de minutos sin necesidad de edición.

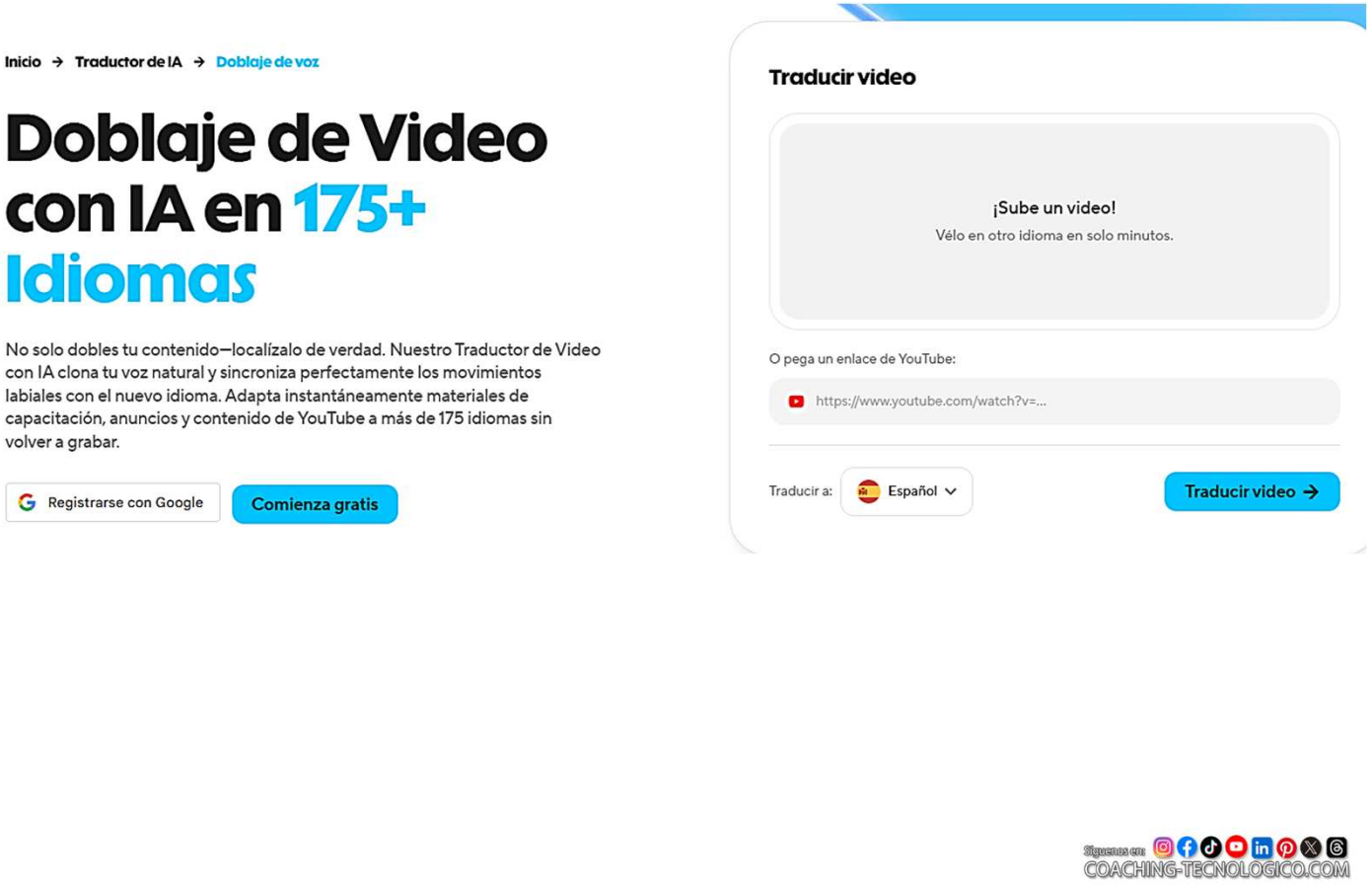
Registrarse con Google | Comienza gratis

28

Síguenos en: COACHING-TECNOLOGICO.COM

Doblatge de vídeo

https://www.heygen.com/es-es/translate/ai-dubbing



Descobrir altres eines d'IA útils per a una emprenedora

Gemini Notebook

GEMINI NOTEBOOK

https://notebook.google.com



Gemini Notebook

Gemini Notebook és una IA especialitzada a treballar, investigar i crear a partir d'un conjunt de fonts/documentació que decideixes.

Les IA em permeten treballar amb documents. En canvi, Gemini Notebook està especialitzat a convertir un conjunt de fonts en un espai de coneixement que puc investigar, contrastar i transformar.

Gemini Notebook permet carregar PDFs, webs, vídeos de YouTube, àudios, Google Docs i Slides, entre altres fonts, i després respondre basant-se en aquestes fonts, incloent-hi citacions.

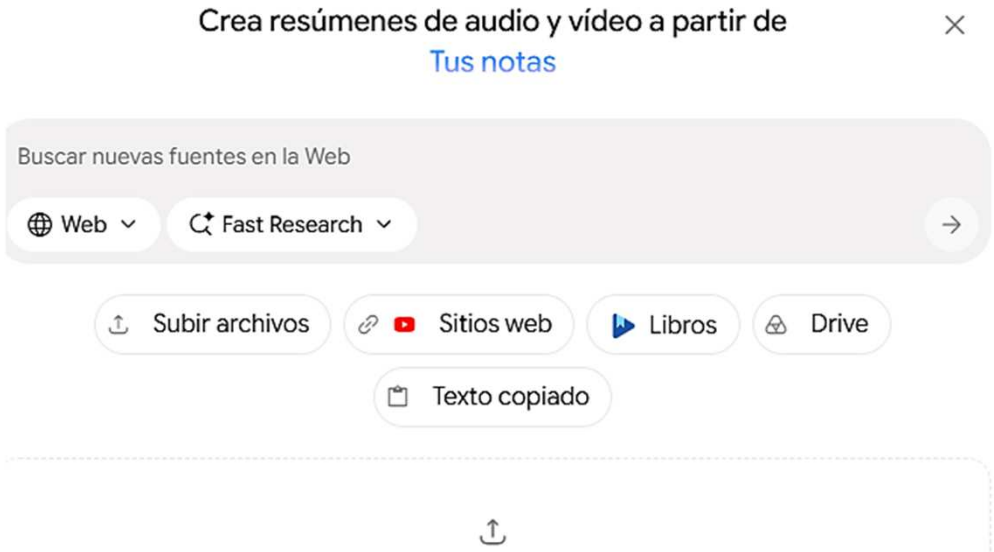
Exemple: Imagina que tens: estudis del sector + catàlegs + normativa + informes + articles + vídeos + documents del teu projecte. En lloc d'anar obrint-los un per un: reuneixes en un Notebook i treballes amb tots ells.

Síguenos en: COACHING-TECNOLOGICO.COM

Gemini Notebook

Com començar a treballar amb Gemini Notebook

1. Crear un quadern. Li dones a “Nou quadern”.
2. Afegir totes les fonts: pot ser un arxiu (word, pdf, excel...), pot ser un enllaç web/youtube, Google Play Libros, del Drive o un text copiat. Pot combinar fonts.

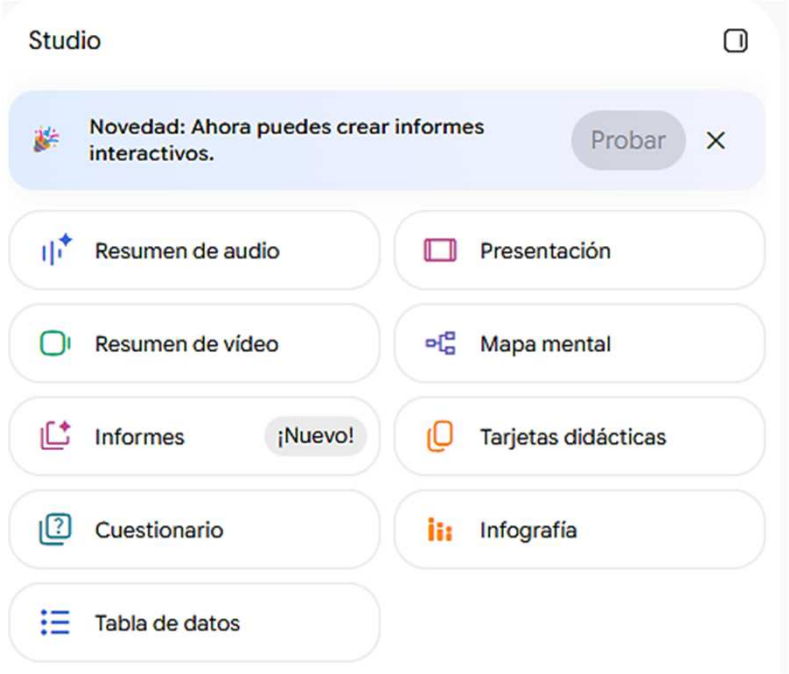


3. Decideixes el nom de quadern i ja pots conversar amb els teus documents.

Síguenos en: COACHING-TECNOLOGICO.COM

Gemini Notebook

STUDIO. És l'espai de Gemini Notebook que permet transformar la informació de les teves fonts en diferents formats: informes, àudios, vídeos, infografies, presentacions, mapes conceptuals, qüestionaris...



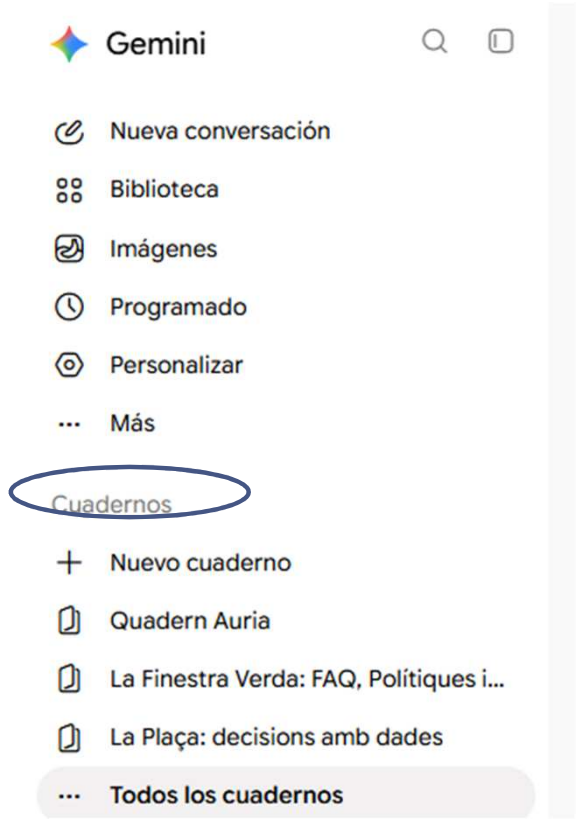
Amb disponibilitat/límits segons el nivell d'accés.
Al xat de Notebook converses amb les fonts, en canvi a Studio les transformes en informes, resum vídeo, qüestionari, inforgrafia…

Síguenos en: COACHING-TECNOLOGICO.COM

33

Gemini Notebook

Pots consultar des de Gemini els teus quaderns dissenyats a Gemini Notebook.

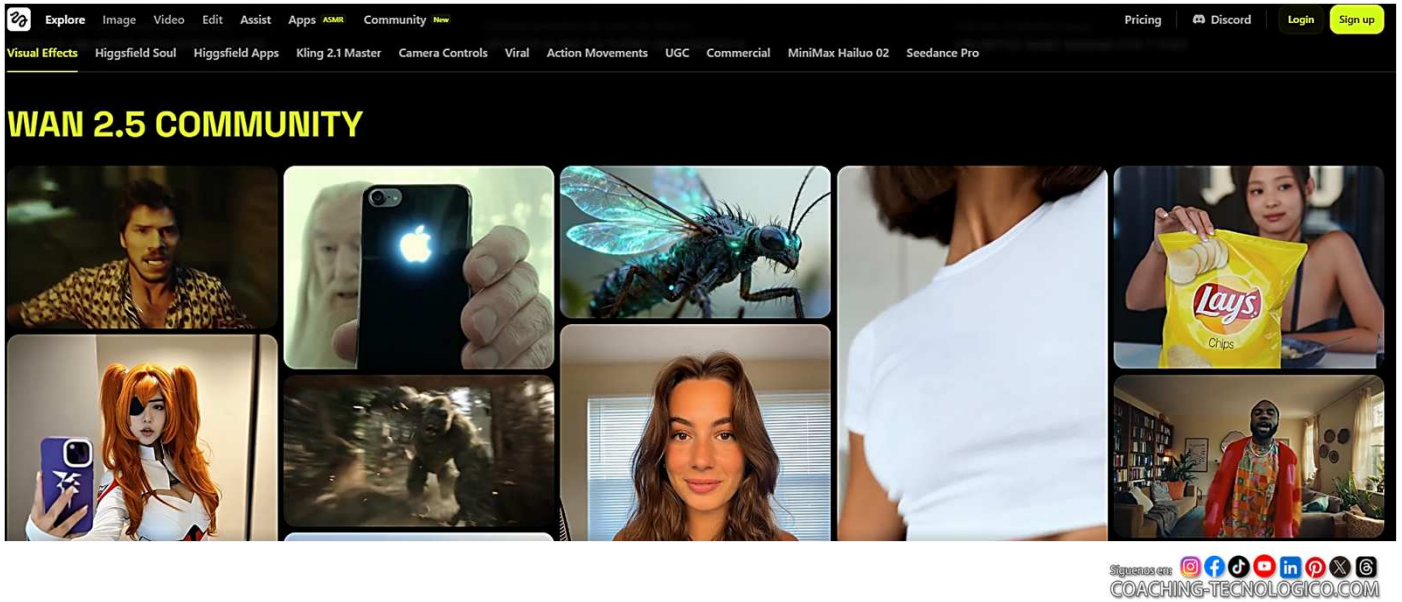


Síguenos en: COACHING-TECNOLOGICO.COM

SUITES CREATIVES D'IA: diversos models en una sola plataforma

HIGGSFIELD AI https://higgsfield.ai/

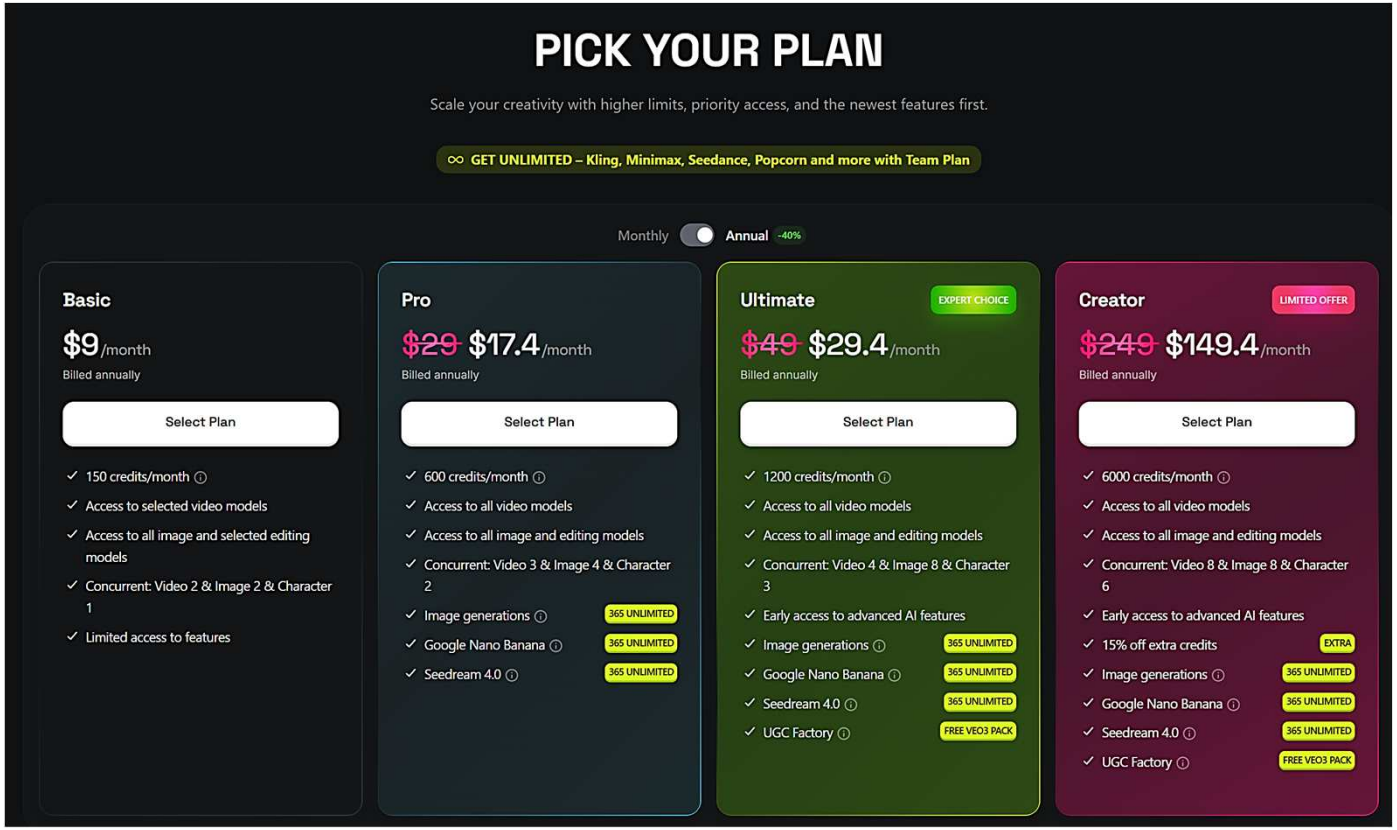
Higgsfield funciona com una plataforma que agrupa diferents models i eines d'IA per generar imatges, vídeos i altres continguts visuals, sense haver d'entrar a cada servei per separat.



Síguenos en: COACHING-TECNOLOGICO.COM

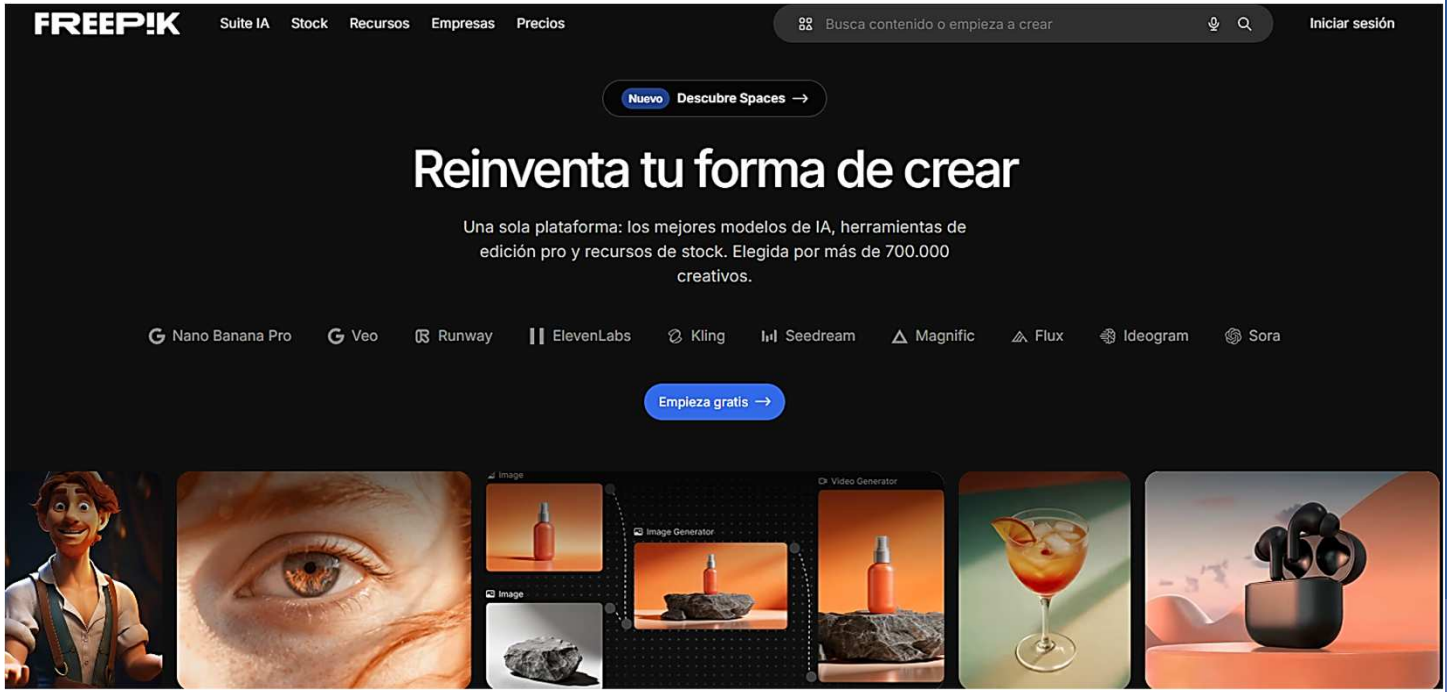
35

És de pagament.



FREEPIK

https://www.freepik.es/



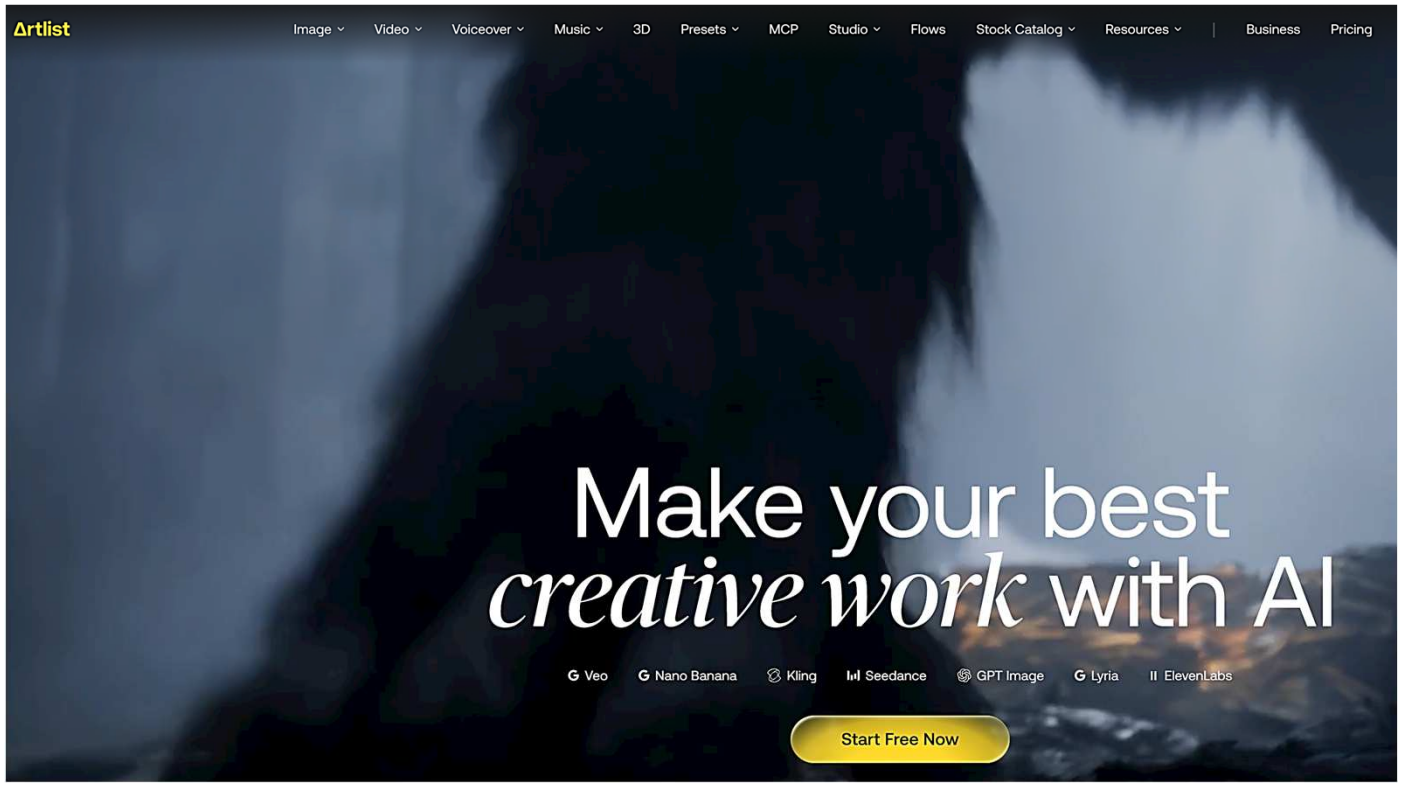
Síguenos en: COACHING-TECNOLOGICO.COM

37


Elige de qué forma quieres crear
Únete a más de 800.000 mentes creativas de todo el mundo
Comparemos
Individual
Equipos NUEVO
Mensual
Anual
Ahorra un 37% con el plan anual
MEJOR OPCIÓN
OPCIÓN PREFERIDA DE LOS EXPERTOS
Essential
Para entusiastas que se inician en la IA
8 € 5 € /mes
Facturación anual
Hazte Essential
84.000 créditos/año
Más los upscalers de Magnific
Acceso a todos los modelos de imagen, vídeo y audio
Spaces: un lienzo compartido, diseñado para flujos de trabajo
Herramientas de edición profesional: imagen, vídeo y diseño
Generación de música, voz y efectos de sonido
Licencia comercial de IA
Upscalers de Magnific para imagen y vídeo
Entrena a la IA para crear estilos, personajes y productos
Más de 200 millones de fotos, vídeos, vectores y PSD
Recarga créditos cuando quieras
Acceso anticipado a funciones de IA
El menor coste por crédito
Créditos válidos durante 1 año, sin restablecimientos mensuales
Premium
Para creadores que utilizan herramientas de IA y contenido de stock Premium
16 € 10 € /mes
Facturación anual
Hazte Premium
216.000 créditos/año
Con más de 200 millones de recursos de stock Premium
Acceso a todos los modelos de imagen, vídeo y audio
Spaces: un lienzo compartido, diseñado para flujos de trabajo
Herramientas de edición profesional: imagen, vídeo y diseño
Generación de música, voz y efectos de sonido
Licencia comercial de IA
Upscalers de Magnific para imagen y vídeo
Entrena a la IA para crear estilos, personajes y productos
Más de 200 millones de fotos, vídeos, vectores y PSD
Recarga créditos cuando quieras
Acceso anticipado a funciones de IA
El menor coste por crédito
Créditos válidos durante 1 año, sin restablecimientos mensuales
Premium+
Para creativos que quieren generaciones ilimitadas y un uso flexible de la IA
36 € 22,50 € /mes
Facturación anual
Hazte Premium+
540.000 créditos/año
Con uso ilimitado en determinados modelos
Acceso a todos los modelos de imagen, vídeo y audio
Spaces: un lienzo compartido, diseñado para flujos de trabajo
Herramientas de edición profesional: imagen, vídeo y diseño
Generación de música, voz y efectos de sonido
Licencia comercial de IA + derechos musicales
Upscalers de Magnific y Topaz
Entrena a la IA para crear estilos, personajes y productos
Más de 200 millones de fotos, vídeos, vectores y PSD
Recarga créditos cuando quieras
Acceso anticipado a funciones de IA
El menor coste por crédito
Créditos válidos durante 1 año, sin restablecimientos mensuales
Pro
Para profesionales que buscan expandir su producción de contenido
230 € 143,75 € /mes
Facturación anual
Hazte Pro
3.600.000 créditos/año
Con uso ilimitado + 20% de créditos extra
Acceso a todos los modelos de imagen, vídeo y audio
Spaces: un lienzo compartido, diseñado para flujos de trabajo
Herramientas de edición profesional: imagen, vídeo y diseño
Generación de música, voz y efectos de sonido
Licencia comercial de IA + derechos musicales
Upscalers de Magnific y Topaz
Entrena a la IA para crear estilos, personajes y productos
Más de 200 millones de fotos, vídeos, vectores y PSD
Recarga créditos cuando quieras
Acceso anticipado a funciones de IA
El menor coste por crédito
20% MÁS BARATO
Créditos válidos durante 1 año, sin restablecimientos mensuales
Síguenos en:
COACHING-TECNOLOGICO.COM

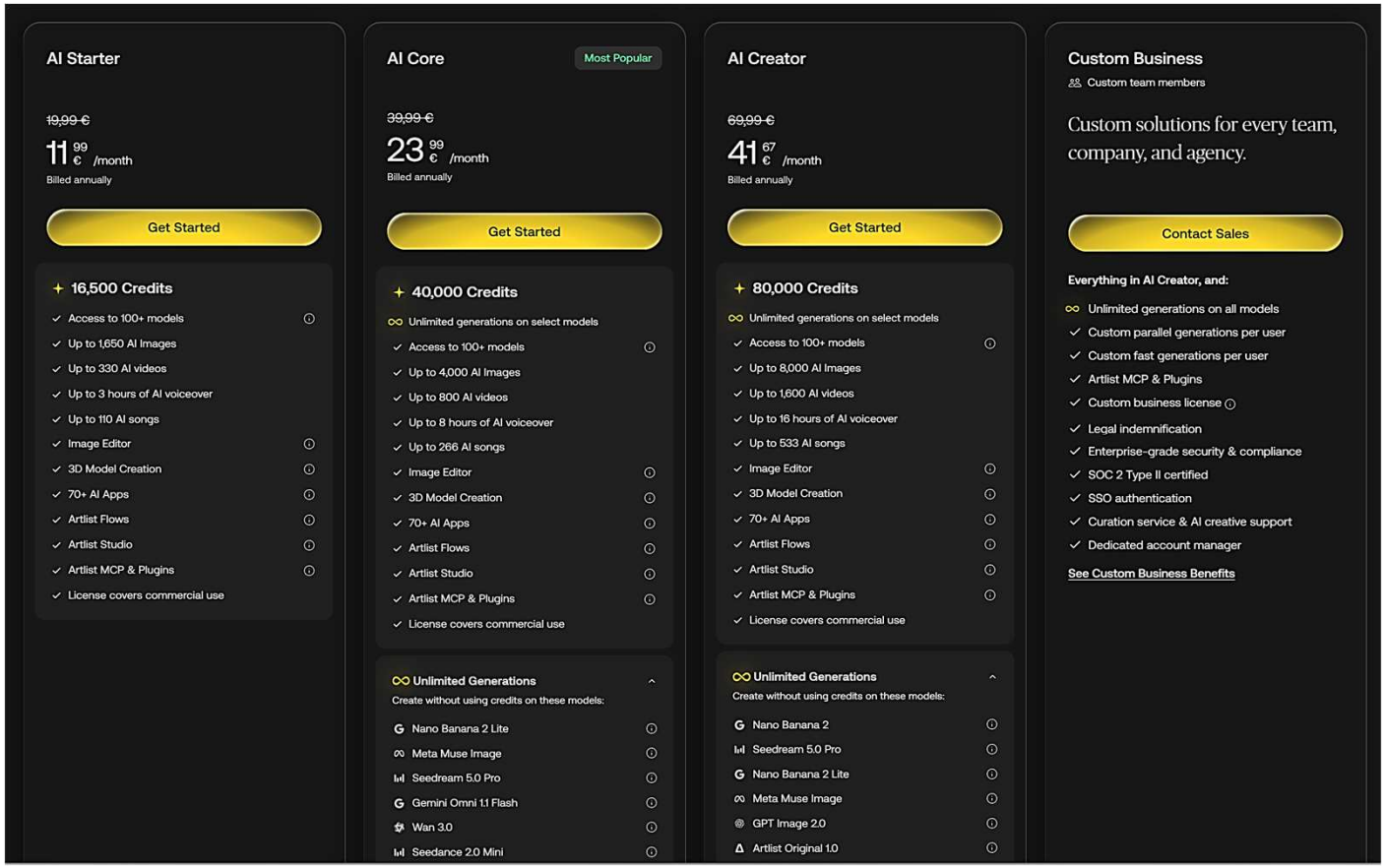
ARTLIST

https://artlist.io



Síguenos en: COACHING-TECNOLOGICO.COM

39



AI Starter

~~19,99 €~~
11 99 € /month
Billed annually

Get Started

16,500 Credits

- Access to 100+ models
- Up to 1,650 AI Images
- Up to 330 AI videos
- Up to 3 hours of AI voiceover
- Up to 110 AI songs
- Image Editor
- 3D Model Creation
- 70+ AI Apps
- Artlist Flows
- Artlist Studio
- Artlist MCP & Plugins
- License covers commercial use

AI Core

Most Popular

~~39,99 €~~
23 99 € /month
Billed annually

Get Started

40,000 Credits

- Unlimited generations on select models
- Access to 100+ models
- Up to 4,000 AI Images
- Up to 800 AI videos
- Up to 8 hours of AI voiceover
- Up to 266 AI songs
- Image Editor
- 3D Model Creation
- 70+ AI Apps
- Artlist Flows
- Artlist Studio
- Artlist MCP & Plugins
- License covers commercial use

Unlimited Generations
Create without using credits on these models:

- Nano Banana 2 Lite
- Meta Muse Image
- Seedream 5.0 Pro
- Gemini Omni 1.1 Flash
- Wan 3.0
- Seedance 2.0 Mini

AI Creator

~~69,99 €~~
41 67 € /month
Billed annually

Get Started

80,000 Credits

- Unlimited generations on select models
- Access to 100+ models
- Up to 8,000 AI Images
- Up to 1,600 AI videos
- Up to 16 hours of AI voiceover
- Up to 533 AI songs
- Image Editor
- 3D Model Creation
- 70+ AI Apps
- Artlist Flows
- Artlist Studio
- Artlist MCP & Plugins
- License covers commercial use

Unlimited Generations
Create without using credits on these models:

- Nano Banana 2
- Seedream 5.0 Pro
- Nano Banana 2 Lite
- Meta Muse Image
- GPT Image 2.0
- Artlist Original 1.0

Custom Business

Custom team members

Custom solutions for every team, company, and agency.

Contact Sales

Everything in AI Creator, and:

- Unlimited generations on all models
- Custom parallel generations per user
- Custom fast generations per user
- Artlist MCP & Plugins
- Custom business license
- Legal indemnification
- Enterprise-grade security & compliance
- SOC 2 Type II certified
- SSO authentication
- Curation service & AI creative support
- Dedicated account manager

See Custom Business Benefits

Síguenos en: COACHING-TECNOLOGICO.COM

40

AGENTS D'IA: De conversar amb la IA a delegar-li tasques

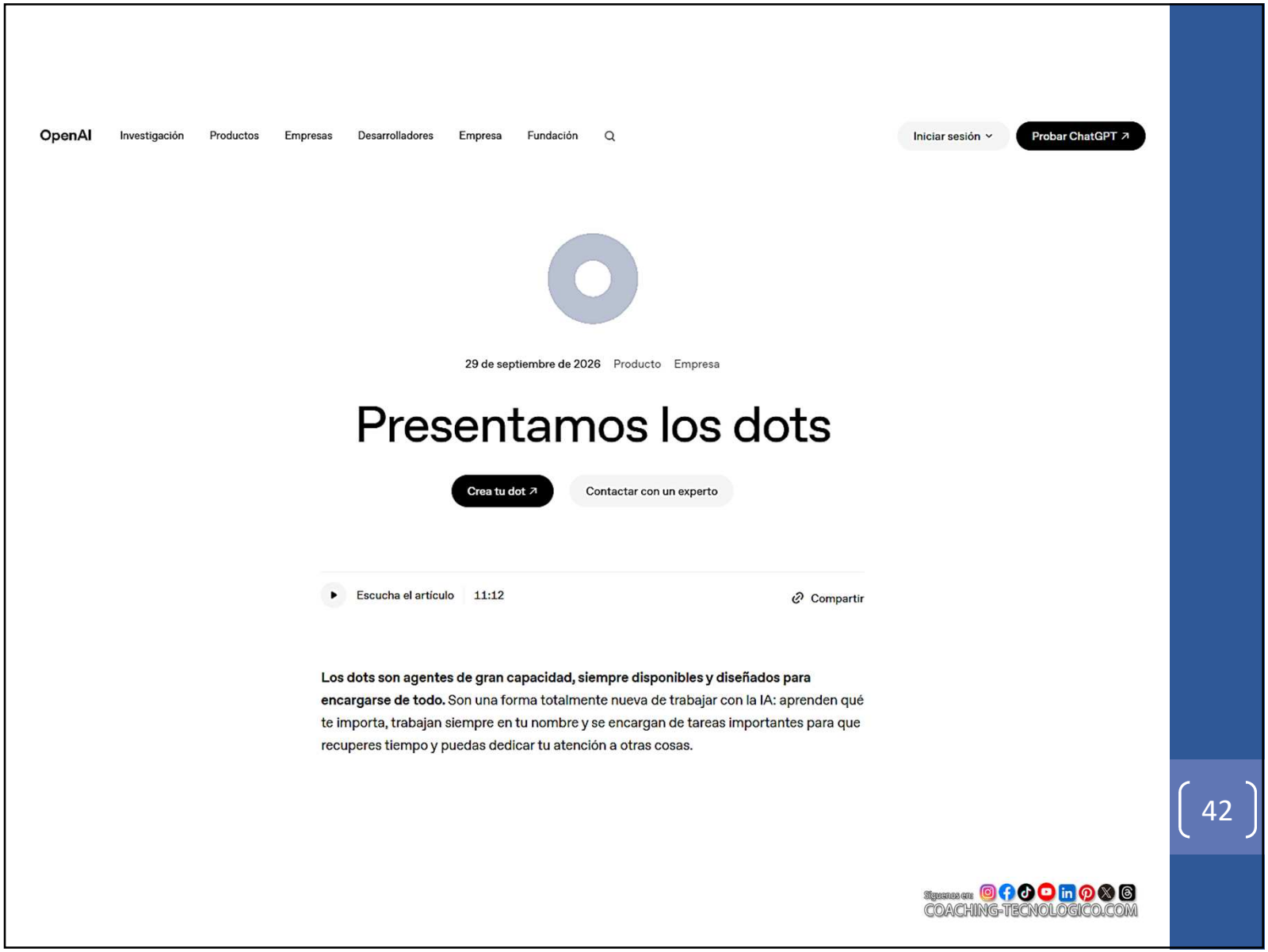
Els agents d'IA poden planificar i executar tasques de diversos passos, utilitzant eines i aplicacions. Defineixes l'objectiu, supervises el procés i revises el resultat.

Diferència entre un Chat i un Agent:
Chat → Ajuda'm a fer-ho. Treballeu junts.
Agent→ Encarrega-te'n tu. Avança i avisa'm quan necessitis alguna cosa.

Eines:

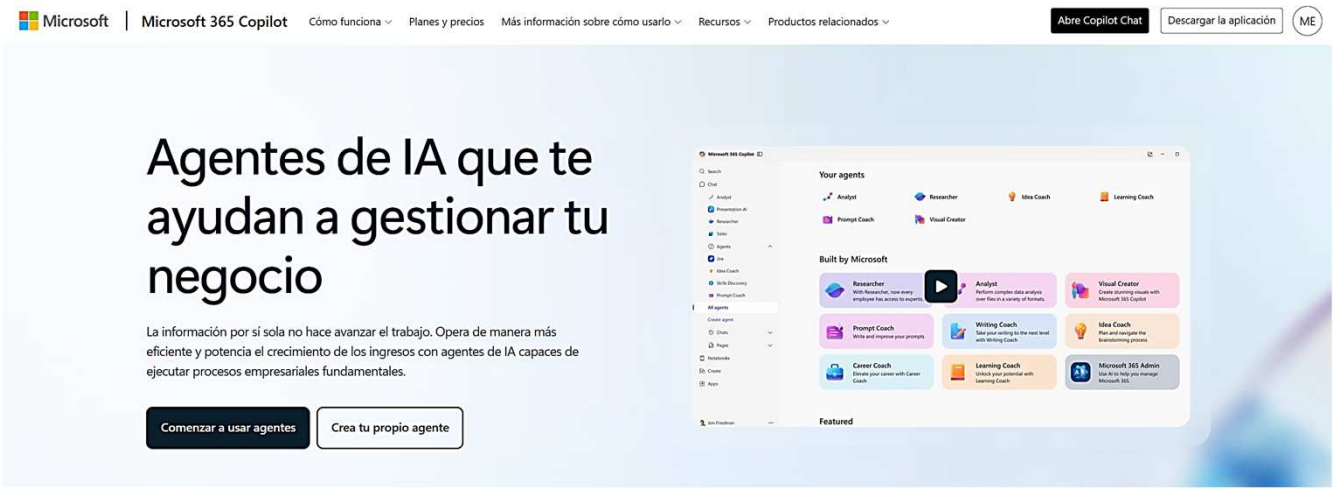
- **Dots de CHATGPT:** Està especialment pensat per fer seguiment de projectes i assumir responsabilitats continuades, tot i que també pot executar encàrrecs puntuals. OpenAI el descriu com un agent "sempre actiu" amb el seu propi ordinador al núvol. L'accés depèn del pla i del desplegament del producte.

Síguenos en: COACHING-TECNOLOGICO.COM


OpenAI
Investigación
Productos
Empresas
Desarrolladores
Empresa
Fundación
Iniciar sesión
Probar ChatGPT ↗
29 de septiembre de 2026 Producto Empresa
Presentamos los dots
Crea tu dot ↗
Contactar con un experto
Escucha el artículo 11:12
Compartir
Los dots son agentes de gran capacidad, siempre disponibles y diseñados para encargarse de todo. Son una forma totalmente nueva de trabajar con la IA: aprenden qué te importa, trabajan siempre en tu nombre y se encargan de tareas importantes para que recuperes tiempo y puedas dedicar tu atención a otras cosas.
Síguenos en:
COACHING-TECNOLOGICO.COM

- **Agent de Microsoft Copilot**

https://www.microsoft.com/es-es/microsoft-365-copilot/agents



Síguenos en: COACHING-TECNOLOGICO.COM

- **Agent de Google:** Google Workspace Studio: crea agents i automatitza tasques sense programar

https://workspace.google.com/intl/es/studio/



- **Zapier Agent**

https://zapier.com/es/agents



1.000.000.000.000
de Gràcies!!



Meri Farrés Garcia
Formadora de Xarxes Socials, Intel.ligència Artifical, Marketing Online, Noves Tecnologies
www.coaching-tecnologico.com

Síguenos en: COACHING-TECNOLOGICO.COM

46