

Guia de gravação

AULA 04 · PESSOA

Folha da pessoa

Criar uma pessoa no ChatGPT, com retrato e folha de personagem, e salvar no Flow como @lia.

PROJETO	MODELO	FORMATO	CRÉDITOS
"Curso Flow"	ChatGPT (imagem) e Personagens do Flow	Retrato e folha	Zero

Antes de começar

- ☐ O ChatGPT aberto numa nova conversa. A versão grátis limita quantas imagens ele cria por dia.
- ☐ O projeto "Curso Flow" aberto no Flow, em outra aba.

Nos slides: o que falar

É rápido: uma frase por slide. O texto completo aparece nos slides com a tecla N.

1 Capa

"Hoje a gente cria uma pessoa do zero, direto no ChatGPT."

2 O que você vai fazer

"O ChatGPT cria a pessoa e a folha, e ela vira um personagem no Flow: a @lia."

3 Agora, no ChatGPT

"Vamos criar a Lia."

O que você precisa saber

Tudo no ChatGPT

Você pede a pessoa falando ou digitando e ajusta conversando, uma coisa por vez.

Primeiro o retrato

Aprove o rosto num retrato antes de pedir a folha.

Folha de personagem

A mesma pessoa de frente, de perfil, de costas e em close. Mantém o rosto igual nos vídeos.

Pessoa fictícia

Crie alguém novo. Rosto de pessoa real, só com autorização.

Não pode faltar no pedido ao ChatGPT

Você pede na hora, falando ou digitando. Antes de enviar, confira se o pedido tem tudo isto.

☐

Quem é

Idade, origem e profissão.

☐

Jeito

Expressão e personalidade.

☐

Rosto

Formato, olhos, sobrancelhas, nariz e boca.

☐

Pele

Tom e textura real: poros, sardas, marcas. Sem cara de boneca.

☐

Cabelo

Cor, comprimento, textura e penteado.

☐

Corpo

Altura e biotipo.

☐

Roupa e acessórios

Peças, cores e tecido; brinco, relógio, óculos.



A foto

Realista, de frente, do peito para cima, fundo cinza claro e luz natural.



Depois, a folha

A mesma pessoa de frente, de perfil, de costas e um close do rosto. Mesma roupa, sem textos.

Passo a passo no ChatGPT e no Flow

No slide “Agora, no ChatGPT”, aperte Alt + Tab. Faça as ações de cada passo, na ordem. Onde houver “Prompt”, o texto está logo abaixo.

1

Criar a pessoa no ChatGPT

Falando ou digitando

1.1

No ChatGPT, abra uma nova conversa e peça a foto da pessoa, falando ou digitando, com tudo da lista acima. O Prompt 1 é um exemplo de pedido.

1.2

Ajuste conversando, uma coisa por vez: “cabelo um pouco mais curto”, “mais natural”.

1.3

Aprove o retrato: rosto nítido, pele com textura real, sem cara de boneca.

2

Pedir a folha

A mesma pessoa, de vários ângulos

2.1

Na mesma conversa, peça a folha de personagem. O Prompt 2 é um exemplo.

2.2

Confira: o mesmo rosto, cabelo e roupa do retrato em todas as vistas. Se não, peça de novo.

2.3

Baixe as duas imagens: o retrato e a folha.

3

Salvar no Flow

A pessoa vira @lia

- 3.1 No Flow, no projeto “Curso Flow”: menu da esquerda › Personagens › Novo personagem.
- 3.2 Clique em Enviar e escolha as duas imagens que você baixou.
- 3.3 Dê o nome: lia.
- 3.4 Pule a parte da voz e clique em Concluir.
- 3.5 Mostre os dois personagens em Personagens: @serum e @lia.

Prompts desta aula

Na ordem em que você vai usar. Os pedidos ao ChatGPT são exemplos: fale do seu jeito, com tudo da lista acima.

Prompt 1 Exemplo de pedido: a pessoa

Onde colar ChatGPT · nova conversa (pode ser por áudio)

Quando Ação 1.1

Crie uma foto realista de uma mulher brasileira de 30 anos, empresária, confiante e simpática. Rosto oval, olhos castanhos, sobrancelhas naturais e um sorriso leve. Pele morena clara com textura real, poros e algumas sardas, sem cara de boneca. Cabelo castanho ondulado na altura do ombro. 1,68 m, corpo magro. Blusa de seda branca, calça social bege e brinco pequeno dourado. Foto do peito para cima, de frente, fundo cinza claro e luz natural suave.

Prompt 2 Exemplo de pedido: a folha

Onde colar ChatGPT · mesma conversa

Quando Ação 2.1

Agora crie a folha de personagem dessa mesma pessoa, numa imagem horizontal: corpo inteiro de frente, de perfil e de costas, e um close do rosto de frente. Mesmo rosto, mesmo cabelo e mesma roupa. Fundo cinza claro, luz de estúdio suave e nenhum texto na imagem.

Se travar

PROBLEMA

Rosto diferente em cada vista

FAÇA ISTO

Peça de novo: “a mesma pessoa do retrato em todas as vistas”.

PROBLEMA

Cara de boneca, pele lisa demais

FAÇA ISTO

Peça: “pele com textura real, poros visíveis, como foto de celular”.

PROBLEMA

O ChatGPT parou de criar imagens

FAÇA ISTO

A versão grátis tem limite por dia. Espere ou use o plano pago.

PROBLEMA

O Flow recusou o personagem

FAÇA ISTO

Ele bloqueia pessoas famosas e menores de idade. Use uma pessoa adulta e fictícia.

NO FIM DA AULA VOCÊ TEM

O retrato e a folha da pessoa prontos e o personagem @lia criado.