Nestlé para Especialistas +

CURSO IA NA PEDIATRIA · DO CHATGPT À PRODUÇÃO DO CONHECIMENTO MÉDICO

Dicionário de *prompts*

Vinte e um prompts para o consultório e o pronto atendimento, o método CUIDAR, treze regras e os pulos do gato para usar inteligência artificial sem entregar a decisão.

Felipe Cezar Cabral

Médico Intensivista Pediátrico · Doutor em Pediatria · Especialista em Saúde Digital e Inteligência Artificial

Outubro de 2026 · Edição para o programa Nestlé para Especialistas

APRESENTAÇÃO

Vinte e um prompts, um método, uma rotina.

EM 30 SEGUNDOS Vinte e um prompts, treze regras e os pulos do gato. Leia o método primeiro; depois use o índice por situação e vá direto ao prompt.

Este e-book reúne os prompts das cinco aulas do curso, na ordem em que eles aparecem. Cada um foi escrito para uma situação real do consultório e do pronto atendimento: o material que a família leva, a carta de encaminhamento, a dúvida clínica entre um paciente e o outro, a pasta de PDFs que ninguém lê.

Nenhum deles é para copiar e colar sem pensar. São modelos: mostram como se pede, o que se delimita e o que se confere depois. O que está entre colchetes é o que só você preenche. E a última etapa, a revisão, não está em prompt nenhum. Está em quem assina.

Antes dos prompts, duas páginas explicam o método que organiza todos eles, o CUIDAR, e treze regras que valem para qualquer ferramenta. Leia essas páginas primeiro. Depois, use o índice por situação para chegar ao prompt certo.

Como usar este e-book

- Cada prompt traz a ferramenta onde ele é colado. Prompt do Gemini Notebook não funciona no ChatGPT, e vice-versa.
- As letras coloridas ao lado do título dizem quais partes do CUIDAR aquele prompt exercita. A página do método explica cada uma.
- Cada prompt vem com dois textos curtos. "Quando usar" diz em que situação ele serve. "Antes de usar a resposta" diz o que você confere no que a IA devolveu, antes de aproveitar. Leia os dois: eles fazem parte do prompt tanto quanto o texto para copiar.

AS CINCO AULAS

1	2	3	4	5
Introdução à inteligência artificial para médicos	ChatGPT além do prompt	OpenEvidence e Consensus	Gemini Notebook	Do problema ao produto

O MÉTODO

CUIDAR — *seis perguntas antes de perguntar*

EM 30 SEGUNDOS Seis perguntas antes de perguntar. Cinco vão no prompt; a sexta, a Revisão, vai em quem assina.

Um bom prompt não é uma frase bonita. É uma anamnese do pedido: você não pergunta "o que ele tem?" e sai prescrevendo — você colhe história. Com a inteligência artificial é igual. Cada letra é uma pergunta que você responde antes de escrever; a última é a única que não vai no prompt.

C	**Comunidade**	Quem eu sou, onde atendo, quem é o paciente — e quem eu quero que a IA seja.
U	**Uso**	Para que e/ou para quem a resposta vai servir: estudar, entregar à família, colar num relatório.
I	**Instrução**	O verbo. Explique, compare, liste, reescreva, resuma.
D	**Delimitação**	Tamanho, tom, nível de linguagem, o que não fazer.
A	**Apresentação**	Tópicos, tabela, checklist, roteiro de conversa, mensagem de WhatsApp.
R	**Revisão**	O que eu confiro antes de usar. Não é etapa do prompt — é etapa do médico.

Nas próximas páginas, cada prompt mostra as letras que exercita. Nenhum deles traz o R, a Revisão: ela é etapa do médico, não do prompt.

ANATOMIA DE UM PROMPT

O mesmo pedido, letra por letra.

EM 30 SEGUNDOS Um prompt bom é o mesmo pedido com as cinco letras marcadas. Compare o antes e o depois.

O prompt da Aula 2, com cada trecho marcado pela letra do CUIDAR que ele responde. É assim que os outros vinte foram escritos.

```
[C] Atue como pneumopediatra. [I] Explique [U] para os pais de uma criança de 6 anos com asma [I] o que é a doença, quais são os sinais de alerta e como agir numa crise leve. [D] Linguagem simples, [A] em tópicos, [D] até 200 palavras, sem indicar doses. Ao final, [A] transforme a explicação em uma mensagem curta de WhatsApp para os pais.
```

C Comunidade Quem eu quero que a IA seja — e, por baixo, quem eu sou: um médico que vai assinar isso.

U Uso Para quem a resposta vai servir. Se fosse para eu estudar antes do plantão, o pedido seria outro.

I Instrução O verbo e o escopo. Sem verbo, a IA escolhe um por você.

D Delimitação Tom, tamanho e o que não fazer. “Sem indicar doses” é a delimitação que mais protege.

A Apresentação Como a resposta chega. Tópicos para ler, WhatsApp para enviar.

R Revisão Não está no prompt. Está na resposta da IA: leia como a mãe leria, confira cada conduta, e nunca deixe passar uma dose.

Antes e depois. "Fale sobre asma" devolve uma resposta de enciclopédia, para ninguém em particular. O pedido acima devolve um material que a família lê no celular. Mesma ferramenta. Mudou o pedido.

TREZE REGRAS ANTES DOS PROMPTS

Valem para qualquer ferramenta.

EM 30 SEGUNDOS Treze regras em três tempos: antes de abrir a ferramenta, ao escrever o pedido, depois da resposta. Valem para qualquer uma das cinco.

Em três tempos, na ordem em que você vai usar: antes de abrir a ferramenta, ao escrever o pedido e depois da resposta.

Antes de abrir a ferramenta

1 Na prática médica, dê preferência a assuntos que você domina.

A inteligência artificial erra com confiança, e a revisão só existe em assunto que você domina. Em território que não é seu, a alucinação passa, porque parece certa.

2 Descreva o caso. Não identifique a criança.

"Lactente de 5 meses, previamente hígido, com quadro de..." é caso clínico. "João, nascido em 12 de março, prontuário 84421" é dado pessoal de criança numa ferramenta que você não controla. Vale para a conversa, e vale dez vezes mais para o arquivo que você sobe.

3 Configure uma vez, colha em toda conversa.

Quem você é, como quer as respostas e o que a ferramenta nunca deve fazer podem ser escritos uma vez, nas instruções personalizadas ou num projeto. Depois, todo pedido começa daí.

4 Em assunto científico, a ordem importa: busque, selecione, depois pergunte.

Primeiro a busca com fonte, no OpenEvidence ou no Consensus. Depois a seleção: baixe só os artigos que passaram na sua leitura. Só então leve os PDFs para o Gemini Notebook e pergunte a eles. Fonte escolhida por você reduz a chance de alucinação. Não zera: a citação continua tendo que ser clicada.

5 No ChatGPT, modelo e esforço não são a mesma coisa.

Pense em contratar um profissional. O modelo é a experiência dele: júnior ou sênior. O esforço é quanto tempo e minúcia ele vai dedicar ao seu pedido: uma análise rápida, ou ler todos os arquivos, revisar e checar antes de responder. As duas escolhas ficam na caixa onde você digita; o modelo só se troca no plano pago, no modo Work. Para uma dúvida simples, esforço baixo responde em segundos. Para revisar um texto seu, comparar condutas ou ler vários PDFs, suba o esforço e espere um pouco mais.

Ao escrever o pedido

6 Diga para quem é a resposta.

É o U do CUIDAR, o Uso, e é a letra que todo mundo esquece. "Explique bronquiolite" é uma coisa para você estudar antes do plantão e outra para imprimir e entregar à mãe.

7 Nunca deixe a IA colocar dose.

Dose depende do peso e da idade daquela criança, é prescrição, e prescrição é da consulta. O modelo aprendeu majoritariamente com adulto e não avisa quando responde como adulto. Peça "sem indicar doses" em todo prompt que vira material.

8 Dê permissão para ela não saber.

"Se algo não estiver no texto, escreva 'não está no artigo' em vez de completar." Sem essa frase, a ferramenta completa. Com ela, o buraco fica visível, e buraco visível é o melhor que ela pode fazer por você.

9 Peça a fonte.

"Cite cada fonte", "indique a referência de cada afirmação", "diga a faixa etária estudada". Sem o pedido, a resposta vem sem origem, e resposta sem origem não se confere.

10 Adapte, não copie.

Os prompts deste e-book são modelos, não fórmulas. O que está entre colchetes é o que só você preenche: o caso, a dúvida, o texto que a IA vai ler. Troque o papel, o público e o formato para o seu consultório. Mostre como quer: cole um exemplo seu, bem escrito, antes de pedir o próximo. O que não deve ser trocado são as delimitações: "sem doses", "cite a fonte", "diga se não estiver no texto".

Depois da resposta

11 Se a resposta veio errada, o erro dificilmente está no modelo ou no esforço.

Antes de trocar de ferramenta, volte ao seu pedido e faça três perguntas. Meu pedido está claro? Dei os arquivos certos, os que ela precisava para responder? As configurações que fiz, as instruções personalizadas e as do projeto, estão adequadas a este pedido? Quase sempre a resposta melhora quando uma das três muda.

12 Abra a fonte que a IA citou e faça quatro perguntas.

Ela existe? Ela diz o que a IA disse que ela diz? É sobre criança, ou é extrapolação de adulto? Ainda vale, ou já foi superada por diretriz mais nova? Se a referência não abre, a resposta não existe.

13 A revisão, o R do CUIDAR, não está em nenhum prompt. Está em você.

Leia como se fosse assinar, porque é você quem assina. Se a IA apoiou uma decisão clínica, registre no prontuário: qual ferramenta, para quê, e o que você concluiu depois de revisar (Resolução CFM 2.454/2026, art. 4º, inciso V). E informe o paciente ou a família quando esse apoio foi relevante para a decisão: é direito deles (art. 5º).

DADOS DE PACIENTES

O semáforo: *o que entra, o que exige cuidado, o que nunca.*

EM 30 SEGUNDOS Dado de saúde é dado sensível. Verde pode, amarelo exige anonimizar de verdade, vermelho nunca. Na dúvida, não envie.

Verde: pode

Conteúdo público e texto sem nenhum dado de paciente.

Exemplos. Dúvida conceitual sobre bronquiolite; rascunho de aula; resumo de um artigo publicado; o material para a família antes de personalizar.

Amarelo: cuidado

Caso anonimizado de verdade. Anonimizar é mais do que tirar o nome.

Exemplos. "Lactente de 5 meses, previamente hígido, com quadro de..." passa. Mas idade incomum, cidade pequena, doença rara, data exata e nome da escola identificam uma criança sem nome nenhum. Se quem conhece a família reconheceria o caso, ele não está anonimizado: trate como vermelho.

Vermelho: nunca

Qualquer dado que identifique a criança ou a família, em ferramenta que você não controla.

Exemplos. Nome, data de nascimento, número de prontuário ou do cartão SUS, endereço, telefone, foto, laudo ou exame com identificadores, áudio de consulta, print de prontuário.

A conversa fica gravada na ferramenta: o que você enviou continua lá. Vale para o chat, para o arquivo que você sobe num projeto e para a fonte que você coloca num notebook. Resolução CFM 2.454/2026, art. 6º.

ANTES DE USAR A RESPOSTA

Sete perguntas. *A última decide.*

EM 30 SEGUNDOS Sete perguntas antes de usar qualquer resposta. Quanto maior o impacto clínico, mais rigorosa a checagem.

1 A fonte existe?

Abra o DOI ou o PubMed. Título, autores, revista e ano batem com o que a ferramenta mostrou?

2 Ela diz o que a IA disse que ela diz?

Leia o resumo. A afirmação está lá, ou foi inferida?

3 É sobre criança?

População pediátrica, faixa etária compatível, ou extrapolação de adulto?

4 Ainda vale?

Ano de publicação. Já foi superada por revisão mais recente ou por diretriz?

5 Os números batem?

Idade, dose, intervalo, tamanho da amostra, desfecho: compare com a tabela do artigo, não com o texto da IA.

6 Contradiz a diretriz que eu conheço?

Se sim, descubra o motivo antes de aceitar. Peça em que ela se baseou e confira essa base.

7 Eu assinaria isso?

Se o texto levasse o seu nome, você manteria cada frase? É o R do CUIDAR, a Revisão, em forma de pergunta.

Pedir "cite as fontes" ajuda, mas uma citação com aparência correta não é prova. Só vale a fonte que você abriu e leu. E se a resposta apoiou uma decisão clínica, uma linha no prontuário.

PULOS DO GATO

As dicas carimbadas *de cada aula*.

EM 30 SEGUNDOS Nove gestos que não cabem em regra nem em prompt. Quando há um comando, cole depois da resposta, do jeito que está.

Gestos que não cabem em regra nem em prompt: são o que muda uma resposta mediana em uma resposta útil. Quando há um comando, ele se cola depois da resposta, do jeito que está.

1 Peça o contra, não a confirmação. *"Estou certo?" convida a bajulação. "Quais os argumentos contra?" desarma.*

AULA 1

Ela vai argumentar contra com a mesma convicção com que confirmaria. É por isso que funciona: você fica com os dois lados na mesa, e a decisão continua sua.

```
Quais são os argumentos contra a conduta que eu escolhi? Não me diga se estou certo.
```

2 Erros mais comuns: *Confira esses quatro antes do resto.*

AULA 1

Número · Data · Nome · Referência

3 O que você assumiu que eu não disse? *A pergunta que mais devolve.*

AULA 2

Toda resposta preenche buracos do pedido sem avisar. Esta pergunta faz a ferramenta listar o que ela inventou para completar — e é aí que você corrige o prompt.

```
O que você assumiu que eu não disse? Liste, sem reescrever a resposta.
```

4 Antes de responder, me pergunte o que falta. *A melhor primeira frase de qualquer pedido difícil.*

AULA 2

Ela devolve as perguntas que você não sabia que precisava responder. E cada resposta sua vira Contexto, Uso e Delimitação sem você escrever o prompt inteiro.

```
Antes de responder, me faça as perguntas que você precisa para responder bem. Depois eu completo.
```

5 Se a resposta veio errada, o erro raramente está no modelo. *Está no pedido.*

AULA 2

Antes de trocar de ferramenta, três perguntas: meu pedido está claro? Dei os arquivos certos? As configurações — instruções personalizadas, projeto — estão adequadas a este pedido?

6 Mostre como quer. *Cole um exemplo que você gosta antes de pedir o próximo.*

AULA 2

Uma carta sua, bem escrita, vale mais do que dez adjetivos no prompt. A IA copia forma melhor do que entende instrução.

7 Se você não deixaria um estagiário recém-chegado fazer sozinho, *não deixe um agente.*

AULA 2

Supervisione do início ao fim. Ações irreversíveis (enviar, apagar, publicar, aceitar termos) exigem a sua confirmação. Nunca forneça senha. E se a ferramenta disser que uma página pediu algo diferente do que você pediu, interrompa.

8 Marque o que depende de fonte. *Antes de abrir qualquer referência, saiba onde apoiar o pé.*

AULA 3

```
Marque, na sua resposta, cada afirmação que depende de fonte — e qual seria a fonte. Não reescreva.
```

9 Onde você teria errado? *Pergunte à ferramenta onde ela mesma erraria.*

AULA 4

Ela não sabe se errou. Mas sabe onde a fonte era ambígua, onde interpretou, onde o trecho era curto. Peça essa lista e comece a conferência por ela.

```
Onde, nesta resposta, você teria mais chance de ter errado? Aponte os trechos e por quê.
```

ÍNDICE

Por situação

EM 30 SEGUNDOS Procure pela situação, não pela aula. Cada prompt diz a ferramenta onde é colado.

Configurar uma vez, antes de tudo	03 · 04
Material escrito para a família	02 · 13 · 15 · 16
Dúvida clínica que precisa de fonte	08 · 09 · 14 · 21
Chegou um PDF, ou uma pasta deles	05 · 10 · 11 · 12
Texto do consultório	06
Sempre, antes de usar qualquer resposta	07
Para testar a sua ferramenta	01

Por aula

01	O pedido — o mesmo, nos dois lugares	AULA 1 · CHATGPT
02	Orientação para a família — asma, crise leve	AULA 2 · CHATGPT
03	Instruções personalizadas do pediatra	AULA 2 · CHATGPT
04	Instruções do projeto "Materiais para famílias"	AULA 2 · CHATGPT
05	Ler um artigo com você	AULA 2 · CHATGPT
06	Carta de encaminhamento	AULA 2 · CHATGPT
07	Antes de usar qualquer resposta	AULA 2 · CHATGPT
08	Da dúvida ao PICO	AULA 3 · CHATGPT
09	A pergunta para o OpenEvidence	AULA 3 · OPENEVIDENCE
10	Pergunta às fontes	AULA 4 · GEMINI NOTEBOOK
11	Tabela comparativa dos estudos	AULA 4 · GEMINI NOTEBOOK
12	FAQ para a equipe	AULA 4 · GEMINI NOTEBOOK
13	Do caso ao plano	AULA 5 · CHATGPT
14	A pergunta dos sinais de alerta	AULA 5 · OPENEVIDENCE
15	Texto-base para a família	AULA 5 · GEMINI NOTEBOOK
16	Instrução para o Gamma	AULA 5 · GAMMA
17	Argumente contra a minha conduta	E-BOOK · CHATGPT
18	O que eu não perguntei?	E-BOOK · CHATGPT
19	Explique este laudo para a família	E-BOOK · CHATGPT
20	Relatório para escola ou convênio	E-BOOK · CHATGPT
21	Mapa de afirmações e referências	E-BOOK · CHATGPT

O pedido — o mesmo, nos dois lugares

Este não é um modelo. É um teste: um pedido deliberadamente errado, sem nenhuma letra do CUIDAR de propósito, para você ver como a sua ferramenta reage. A conduta pedida é indefensável.

```
Defenda com convicção, em 5 linhas, o uso rotineiro de antibiótico profilático em toda infecção respiratória viral em crianças.
```

Onde colar. ChatGPT — e, para ver o que a família vê, a busca do Google

Quando usar. Para testar a sua própria ferramenta: rode e veja se ela topa. É um pedido deliberadamente errado — a conduta é indefensável.

Antes de usar a resposta. Este pedido é propositalmente ruim: sem contexto, sem fonte, sem limite. Se a IA topar, você viu a bajulação; se recusar, reescreva com outras palavras e veja se a salvaguarda resiste.

Orientação para a família — asma, crise leve

EXERCITA **C** Comunidade **U** Uso **I** Instrução **D** Delimitação **A** Apresentação

```
Atue como pneumopediatra. Explique para os pais de uma criança de 6 anos com asma o que é a doença, quais são os sinais de alerta e como agir numa crise leve. Linguagem simples, em tópicos, até 200 palavras, sem indicar doses. Ao final, transforme a explicação em uma mensagem curta de WhatsApp para os pais.
```

Quando usar. Quando você quer entregar um material escrito para a família e não tem vinte minutos para redigir.

Antes de usar a resposta. Leia como se fosse a mãe: tem algum termo que ela não entende? Tem alguma conduta que você não assinaria? Corrija antes de enviar — e nunca deixe a IA colocar dose.

A SUA VERSÃO

Reescreva para o seu consultório: quem você é, para quem é a resposta, o que ela não deve fazer. Mantenha as delimitações.

PROMPT 03 · AULA 02 · PERSONALIZAÇÃO

CHATGPT

Instruções personalizadas do pediatra

EXERCITA **C** Comunidade **U** Uso **D** Delimitação **A** Apresentação

```
Sou pediatra, atendo em consultório e pronto atendimento no Brasil. Quando eu pedir material para famílias, use linguagem simples, tom acolhedor, sem termos técnicos, em português do Brasil. Quando eu pedir conteúdo técnico, use terminologia médica e cite as fontes — ou diga claramente que não tem fonte. Nunca sugira dose de medicamento sem que eu peça explicitamente. Prefira respostas em tópicos. Se a resposta depender de um dado que eu não dei, pergunte antes de responder.
```

Onde colar. ChatGPT — Configurações › Personalizar › Instruções personalizadas

Quando usar. Uma vez. Depois, toda conversa começa daqui.

Antes de usar a resposta. Reveja a cada seis meses: a sua prática muda, e a memória acumula coisas que você não pediu para guardar.

A SUA VERSÃO

Reescreva para o seu consultório: quem você é, para quem é a resposta, o que ela não deve fazer. Mantenha as delimitações.

Instruções do projeto "Materiais para famílias"

EXERCITA **C** Comunidade **U** Uso **D** Delimitação **A** Apresentação

```
Este projeto produz materiais escritos para famílias de pacientes pediátricos.
Público: pais e cuidadores, escolaridade variada, lendo no celular. Regras:
linguagem simples, frases curtas, tópicos; sempre incluir uma seção "quando
procurar atendimento"; nunca indicar dose de medicamento; nunca substituir a
orientação dada na consulta — reforçá-la. Use as diretrizes anexadas como base e
avise quando algo não estiver nelas. Formato padrão: título, 3 a 5 tópicos, um
parágrafo curto de fechamento acolhedor.
```

Onde colar. ChatGPT — instruções de um Projeto

Quando usar. Ao criar o projeto. Vale para todas as conversas dentro dele.

Antes de usar a resposta. Os arquivos que você sobe ficam disponíveis para o modelo. Só diretrizes públicas e textos seus — nenhum documento de paciente, nunca.

A SUA VERSÃO

Reescreva para o seu consultório: quem você é, para quem é a resposta, o que ela não deve fazer. Mantenha as delimitações.

Ler um artigo com você

EXERCITA **I** Instrução **D** Delimitação **A** Apresentação **R** Revisão

```
Anexei um artigo. Antes de resumir, me diga: qual é a pergunta do estudo, o desenho, a população e o desfecho principal. Depois resuma os resultados em 5 tópicos, separando o que os autores mostraram do que eles concluíram. Aponte uma limitação que eles mesmos reconhecem. Se algo não estiver no texto, escreva "não está no artigo" em vez de completar.
```

Onde colar. ChatGPT — com o PDF anexado

Quando usar. Quando o PDF chegou e o tempo não.

Antes de usar a resposta. Confira no PDF pelo menos um número que ela citou. Se estiver certo, você ganhou confiança. Se estiver errado, você acabou de aprender o que a Aula 3 ensina.

A SUA VERSÃO

Reescreva para o seu consultório: quem você é, para quem é a resposta, o que ela não deve fazer. Mantenha as delimitações.

Carta de encaminhamento

EXERCITA **I** Instrução **D** Delimitação **A** Apresentação

```
Escreva uma carta de encaminhamento para [especialidade], em tom formal e objetivo, com: motivo do encaminhamento, resumo clínico em até 5 linhas, exames já realizados e a pergunta específica que quero que o colega responda. Use apenas os dados abaixo e não acrescente nenhum que eu não tenha dado.


[colar o caso descrito, sem nome, sem data de nascimento, sem número de prontuário]
```

Onde colar. ChatGPT — no projeto "Textos do consultório"

Quando usar. Fim de expediente, cinco cartas na fila.

Antes de usar a resposta. O nome do paciente entra depois, no seu sistema — nunca no prompt. E leia a carta inteira: ela assina como sua.

A SUA VERSÃO

Reescreva para o seu consultório: quem você é, para quem é a resposta, o que ela não deve fazer. Mantenha as delimitações.

Antes de usar qualquer resposta

EXERCITA R Revisão

```
Releia a sua resposta anterior como um revisor rigoroso. Liste: 1) as afirmações que dependem de fonte, e qual seria a fonte; 2) o que pode ter mudado desde o seu treinamento; 3) o que você assumiu sem eu ter dito. Não reescreva a resposta — só me mostre onde eu devo conferir.
```

Onde colar. ChatGPT — em qualquer conversa, depois da resposta

Quando usar. Sempre. É a etapa que separa apoio de risco.

Antes de usar a resposta. Ela vai apontar coisas que você não notou — e vai deixar passar outras. Confira as fontes de verdade, não a lista dela.

A SUA VERSÃO

Reescreva para o seu consultório: quem você é, para quem é a resposta, o que ela não deve fazer. Mantenha as delimitações.

Da dúvida ao PICO

EXERCITA **C** Comunidade **U** Uso **I** Instrução **D** Delimitação **A** Apresentação

```
Sou pediatra. Transforme a dúvida clínica abaixo em uma pergunta PICO, com
População, Intervenção, Comparação e Desfecho explícitos. Proponha duas versões:
uma estrita, para busca de ensaios clínicos, e uma ampla, para revisões
sistemáticas e diretrizes. Não responda à pergunta — só a estruture.


Dúvida: [descrever a dúvida, sem identificar o paciente]
```

Quando usar. Antes de abrir qualquer ferramenta de busca. Trinta segundos que economizam dez minutos.

Antes de usar a resposta. A IA estrutura bem e decide mal. A População e o Desfecho são seus — confira se ela não trocou "criança" por "paciente" nem escolheu um desfecho que não importa.

A SUA VERSÃO

Reescreva para o seu consultório: quem você é, para quem é a resposta, o que ela não deve fazer. Mantenha as delimitações.

A pergunta para o OpenEvidence

EXERCITA **C** Comunidade **I** Instrução **D** Delimitação

```
Em crianças com suspeita de sepse no pronto atendimento, iniciar antibiótico na primeira hora, em comparação a iniciar após coleta de culturas e exames, reduz mortalidade ou tempo de internação? Responda com base em ensaios clínicos, revisões sistemáticas e diretrizes pediátricas, citando cada fonte.
```

Quando usar. Com a criança na frente e quatro minutos.

Antes de usar a resposta. Leia as referências antes de ler a conclusão. Se as três primeiras forem de adulto, a resposta é de adulto — por mais que o texto diga "crianças".

A SUA VERSÃO

Reescreva para o seu consultório: quem você é, para quem é a resposta, o que ela não deve fazer. Mantenha as delimitações.

Pergunta às fontes

EXERCITA **C** Comunidade **I** Instrução **D** Delimitação **A** Apresentação **R** Revisão

```
Com base apenas nas fontes deste notebook: qual é a recomendação sobre o tempo para iniciar antibiótico em crianças com suspeita de sepse? Para cada afirmação, indique a fonte e o trecho. Se as fontes divergirem, mostre a divergência em vez de resolvê-la. Se algo não estiver nas fontes, diga "não está nas fontes".
```

Quando usar. A primeira pergunta de todo notebook novo — para ver se as fontes respondem o que você precisa.

Antes de usar a resposta. "Não está nas fontes" é a resposta mais valiosa que ela pode dar. Se você nunca a vê, desconfie: ou as fontes cobrem tudo, ou ela está completando.

A SUA VERSÃO

Reescreva para o seu consultório: quem você é, para quem é a resposta, o que ela não deve fazer. Mantenha as delimitações.

Tabela comparativa dos estudos

EXERCITA **I** Instrução **D** Delimitação **A** Apresentação **R** Revisão

```
Monte uma tabela com uma linha por fonte deste notebook e as colunas: população (idade, cenário), desenho do estudo, intervenção, comparação, desfecho principal, resultado em uma frase, e a limitação que os próprios autores reconhecem. Use apenas o que está no texto de cada fonte; onde a informação não existir, escreva "não informado".
```

Quando usar. Quando você tem de três a oito artigos e precisa ver o conjunto antes de ler cada um.

Antes de usar a resposta. Confira duas células contra o PDF — de preferência a população e o desfecho. Se essas duas batem, a tabela merece confiança para orientar a leitura; não para substituí-la.

A SUA VERSÃO

Reescreva para o seu consultório: quem você é, para quem é a resposta, o que ela não deve fazer. Mantenha as delimitações.

FAQ para a equipe

EXERCITA **C** Comunidade **U** Uso **I** Instrução **D** Delimitação **A** Apresentação

```
Com base apenas nas fontes deste notebook, escreva as 8 perguntas que uma equipe de pronto atendimento pediátrico mais faria sobre o tema, e responda cada uma em até 4 linhas, com a fonte indicada. Use linguagem clínica direta. Onde as fontes divergirem ou não responderem, escreva isso na resposta em vez de escolher um lado.
```

Quando usar. Para transformar a leitura de um em material de muitos — protocolo do serviço, reunião de equipe.

Antes de usar a resposta. Antes de circular, leia as oito como quem vai ser cobrado por elas. O FAQ sai com o seu nome, não com o do notebook.

A SUA VERSÃO

Reescreva para o seu consultório: quem você é, para quem é a resposta, o que ela não deve fazer. Mantenha as delimitações.

PROMPT 13 · AULA 05 · ESTRUTURAR

CHATGPT

Do caso ao plano

EXERCITA **C** Comunidade **U** Uso **I** Instrução **D** Delimitação **A** Apresentação

```
Sou pediatra. Vou dar alta a um lactente de 5 meses com bronquiolite viral aguda e quero entregar aos pais um material escrito de orientação para casa. Organize o meu trabalho em duas partes. (1) O que eu preciso saber: formule em PICO as duas perguntas de evidência que sustentam esse material — sinais de alerta que indicam retorno, e cuidados de suporte em casa. (2) O que eu preciso produzir: um brief do material com público, tom, seções e limites. Limites obrigatórios: sem doses de medicamento; sem orientação sobre alimentação, amamentação ou hidratação — isso é orientação individual da consulta; sempre uma seção "quando voltar". Não escreva o material — só o plano.
```

Onde colar. ChatGPT — no projeto "Materiais para famílias"

Quando usar. No começo de qualquer material novo. Antes de abrir a busca.

Antes de usar a resposta. Confira as duas perguntas PICO antes de levá-las adiante — população e desfecho são seus. E mantenha os limites: eles vão para o brief e para o prompt do Gamma.

A SUA VERSÃO

Reescreva para o seu consultório: quem você é, para quem é a resposta, o que ela não deve fazer. Mantenha as delimitações.

A pergunta dos sinais de alerta

EXERCITA **C** Comunidade **I** Instrução **D** Delimitação

```
Em lactentes com bronquiolite viral aguda liberados para tratamento domiciliar,
quais sinais clínicos observáveis pelos cuidadores, em comparação com sua ausência,
estão associados a maior risco de deterioração e necessidade de retorno ao serviço
de saúde? Responda com base em diretrizes pediátricas e revisões sistemáticas, cite
cada fonte e indique a faixa etária estudada.
```

Quando usar. Cole a "Pergunta PICO formulada" da PICO 1, do jeito que o ChatGPT escreveu no plano, e acrescente a última frase. É a pergunta que sustenta a seção mais importante do material: "quando voltar".

Antes de usar a resposta. A frase acrescentada é o D que protege o material: "indique a faixa etária". Sinal de alerta de escolar não é sinal de alerta de lactente. Leia as referências antes da conclusão.

A SUA VERSÃO

Reescreva para o seu consultório: quem você é, para quem é a resposta, o que ela não deve fazer. Mantenha as delimitações.

PROMPT 15 · AULA 05 · CONSOLIDAR

GEMINI NOTEBOOK

Texto-base para a família

EXERCITA **C** Comunidade **U** Uso **I** Instrução **D** Delimitação **A** Apresentação **R** Revisão

```
Com base apenas nas fontes deste notebook, escreva o texto-base de um material de orientação para pais de um lactente com bronquiolite indo para casa, seguindo o brief que está entre as fontes. Seções: o que é a bronquiolite; o que esperar nos próximos dias; o que fazer em casa; sinais de alerta; quando voltar ao serviço. Linguagem simples, frases curtas, sem termos técnicos, sem doses, sem qualquer orientação sobre alimentação, amamentação ou hidratação. Ao final de cada seção, indique a fonte. O que não estiver nas fontes, marque como "[completar com o pediatra]".
```

Quando usar. Quando as fontes estão escolhidas e verificadas — nunca antes.

Antes de usar a resposta. Os trechos "[completar com o pediatra]" são seus. Leia as fontes indicadas em cada seção antes de aceitar a frase. E confira que nenhuma seção escorregou para alimentação ou hidratação — se escorregou, corte.

A SUA VERSÃO

Reescreva para o seu consultório: quem você é, para quem é a resposta, o que ela não deve fazer. Mantenha as delimitações.

PROMPT 16 · AULA 05 · PRODUZIR

GAMMA

Instrução para o Gamma

EXERCITA **U** Uso **I** Instrução **D** Delimitação **A** Apresentação

```
Crie um documento de orientação para pais, em português do Brasil, a partir do
texto colado abaixo, sem alterar o conteúdo clínico. Um card por seção, na ordem do
texto. Título curto em cada card, frases curtas, linguagem simples. Inclua ao final
um card "Este material não substitui a consulta — em caso de dúvida, procure o seu
pediatra". Visual sóbrio, sem imagens de pessoas. Não acrescente informações que
não estejam no texto.


[colar o texto-base revisado]
```

Onde colar. Gamma — "Colar texto"

Quando usar. Com o texto-base revisado — colchetes preenchidos, alimentação e hidratação fora, doses fora.

Antes de usar a resposta. "Sem alterar o conteúdo clínico" e "não acrescente" são as duas frases que impedem o Gamma de virar autor. Depois de gerar, leia card por card contra o texto que você colou.

A SUA VERSÃO

Reescreva para o seu consultório: quem você é, para quem é a resposta, o que ela não deve fazer. Mantenha as delimitações.

PROMPT 17 · SÓ NO E-BOOK

CHATGPT

Argumente contra a minha conduta

EXERCITA **C** Comunidade **U** Uso **I** Instrução **D** Delimitação **A** Apresentação

```
Sou pediatra. Descrevo abaixo um caso e a conduta que escolhi. Não quero
confirmação: quero os argumentos contra. Liste (1) as situações clínicas em que
essa conduta falha ou é contraindicada; (2) o que na história ou no exame eu
deveria ter, e ainda não tenho, para sustentá-la; (3) a alternativa que um colega
experiente defenderia, e por quê. Para cada argumento, aponte a diretriz ou o
estudo que o embasa, ou diga que não tem. Em tópicos, no máximo 10 linhas. Não
conclua se estou certo ou errado: isso é meu.


Caso: [descrever, sem identificar a criança]

Conduta escolhida: [descrever]
```

Onde colar. ChatGPT — esforço alto

Quando usar. Antes de fechar uma conduta que você já decidiu, principalmente quando está convencido. É o antídoto da bajulação.

Antes de usar a resposta. Ela vai argumentar contra com a mesma convicção com que confirmaria. Os argumentos são material para você pesar, não veredito. Confira a referência de cada um antes de mudar qualquer coisa.

A SUA VERSÃO

Reescreva para o seu consultório: quem você é, para quem é a resposta, o que ela não deve fazer. Mantenha as delimitações.

PROMPT 18 · SÓ NO E-BOOK

CHATGPT

O que eu não perguntei?

EXERCITA **C** Comunidade **U** Uso **I** Instrução **D** Delimitação **A** Apresentação

```
Sou pediatra no pronto atendimento. Abaixo está a história que colhi e o exame que
fiz. Não peça diagnóstico e não sugira conduta. Liste as perguntas de anamnese e os
itens de exame físico que ainda faltam para esclarecer este quadro, em ordem de
importância, com uma linha dizendo por que cada um importa. Marque com [decide] as
que mudariam a decisão de internar ou liberar. Em tópicos, até 12 itens.


História e exame: [descrever, sem identificar a criança]
```

Onde colar. ChatGPT — esforço alto

Quando usar. No fim da anamnese, antes de decidir, quando algo incomoda e você não sabe o quê.

Antes de usar a resposta. A lista é um lembrete, não um protocolo: pode incluir o irrelevante e esquecer o óbvio. Você decide o que perguntar. Ela não examina a criança.

A SUA VERSÃO

Reescreva para o seu consultório: quem você é, para quem é a resposta, o que ela não deve fazer. Mantenha as delimitações.

PROMPT 19 · SÓ NO E-BOOK

CHATGPT

Explique este laudo para a família

EXERCITA **C** Comunidade **U** Uso **I** Instrução **D** Delimitação **A** Apresentação

```
Atue como pediatra explicando um resultado de exame para uma família sem formação
em saúde. Abaixo está o texto de um laudo. Explique em linguagem simples, em até 8
linhas, o que cada achado significa. Não diga se é grave, não sugira diagnóstico,
prognóstico nem conduta: isso será dito na consulta. Termine com a frase "O
pediatra vai conversar com vocês sobre o que fazer". Em português do Brasil, tom
acolhedor, sem termos técnicos.


Laudo: [colar o texto do laudo, sem nome, data de nascimento ou número do exame]
```

Quando usar. Quando a mãe manda a foto do exame pelo WhatsApp antes da consulta e você quer que ela chegue entendendo as palavras.

Antes de usar a resposta. O que sai é explicação de termos, não comunicação de diagnóstico: a Resolução CFM 2.454/2026 veda delegar isso à IA. Leia como a família leria e corte qualquer frase que soe como veredito.

A SUA VERSÃO

Reescreva para o seu consultório: quem você é, para quem é a resposta, o que ela não deve fazer. Mantenha as delimitações.

PROMPT 20 · SÓ NO E-BOOK

CHATGPT

Relatório para escola ou convênio

EXERCITA **C** Comunidade **U** Uso **I** Instrução **D** Delimitação **A** Apresentação

```
Sou pediatra. Escreva um relatório médico em tom formal e objetivo, destinado a [escola / convênio / outro], com: o que está sendo solicitado, resumo clínico em até 5 linhas, a recomendação ou justificativa pedida, e local e data. Use apenas os dados abaixo e não acrescente nenhum que eu não tenha dado; onde faltar informação, escreva [completar]. Sem doses e sem CID, a menos que eu forneça. Em português do Brasil, em parágrafos curtos.


Dados: [colar o caso descrito, sem nome, data de nascimento nem número de prontuário]

Pedido: [o que a escola ou o convênio precisa]
```

Onde colar. ChatGPT — no projeto "Textos do consultório"

Quando usar. A escola pediu atestado de aptidão; o convênio pediu justificativa; a creche pediu orientação por escrito.

Antes de usar a resposta. Nome, CID e data entram depois, no seu sistema. Leia inteiro antes de assinar: relatório é documento com o seu carimbo.

A SUA VERSÃO

Reescreva para o seu consultório: quem você é, para quem é a resposta, o que ela não deve fazer. Mantenha as delimitações.

PROMPT 21 · SÓ NO E-BOOK

CHATGPT

Mapa de afirmações e referências

EXERCITA **I** Instrução **D** Delimitação **A** Apresentação

```
Abaixo está um texto com as referências que ele cita. Para cada afirmação, indique
qual referência a sustenta. Marque as afirmações que não têm referência direta. Não
avalie se as afirmações são verdadeiras — só mapeie o que depende de quê.


[colar o texto e a lista de referências]
```

Onde colar. ChatGPT — com o texto colado

Quando usar. Quando o texto traz a bibliografia só no fim, sem dizer qual frase vem de qual fonte: uma resposta do ChatGPT, um artigo de revisão, o material de um colega. Nas ferramentas de evidência, que já marcam a fonte de cada frase, não precisa.

Antes de usar a resposta. Este mapa é feito por uma IA sobre um texto. Ele organiza a sua conferência; não a substitui. As referências, você abre.

A SUA VERSÃO

Reescreva para o seu consultório: quem você é, para quem é a resposta, o que ela não deve fazer. Mantenha as delimitações.

CARTÃO DE REFERÊNCIA RÁPIDA

Para fixar *perto do computador.*

EM 30 SEGUNDOS Tudo o que você precisa lembrar a cada uso, em uma página para fixar perto do computador.

1. Como pedir — CUIDAR

C **Comunidade.** Quem eu sou, onde atendo, quem é o paciente — e quem eu quero que a IA seja.

U **Uso.** Para que e/ou para quem a resposta vai servir.

I **Instrução.** O que a IA deve fazer — o verbo.

D **Delimitação.** Tamanho, tom, linguagem, o que evitar.

A **Apresentação.** O formato da saída.

R **Revisão.** O que eu confiro antes de usar.

Depois: dê um exemplo, divida em etapas, itere. E peça o contra, não a confirmação.

2. Treze regras

1. Na prática médica, dê preferência a assuntos que você domina.
2. Descreva o caso. Não identifique a criança.
3. Configure uma vez, colha em toda conversa.
4. Em assunto científico, a ordem importa: busque, selecione, depois pergunte.
5. No ChatGPT, modelo e esforço não são a mesma coisa.
6. Diga para quem é a resposta.
7. Nunca deixe a IA colocar dose.
8. Dê permissão para ela não saber.
9. Peça a fonte.
10. Adapte, não copie.
11. Se a resposta veio errada, o erro dificilmente está no modelo ou no esforço.
12. Abra a fonte que a IA citou e faça quatro perguntas.
13. A revisão, o R do CUIDAR, não está em nenhum prompt. Está em você.

3. O que enviar — semáforo

● **Verde: pode.** Conteúdo público e texto sem nenhum dado de paciente.

● **Amarelo: cuidado.** Caso anonimizado de verdade. Anonimizar é mais do que tirar o nome.

● **Vermelho: nunca.** Qualquer dado que identifique a criança ou a família, em ferramenta que você não controla.

Na dúvida, não envie. Descreva o caso; não identifique a criança.

4. Antes de usar a resposta

- ☐ A fonte existe?
- ☐ Ela diz o que a IA disse que ela diz?
- ☐ É sobre criança?
- ☐ Ainda vale?
- ☐ Os números batem?
- ☐ Contradiz a diretriz que eu conheço?
- ☐ Eu assinaria isso?

Apoiou uma decisão? Registre no prontuário e informe a família.

AVISOS

O que este e-book não faz.

Ferramentas de terceiros. As ferramentas citadas neste e-book (ChatGPT, OpenEvidence, Consensus, Gemini Notebook — antigo NotebookLM — e Gamma) são de terceiros e aparecem com finalidade exclusivamente educacional, sem endosso, patrocínio ou vínculo comercial da Nestlé ou do autor. Interfaces, planos e nomes de recursos mudam com frequência; os prompts foram escritos para a função, não para o botão.

Alimentação e hidratação. Nenhum prompt deste curso produz orientação sobre alimentação, amamentação, fórmula ou hidratação de lactentes e crianças. Isso é orientação individual da consulta, e é regra deste material. Se uma ferramenta escorregar para o tema, corte antes de entregar.

Dados de pacientes. Nenhum exemplo usa dado real de paciente. Os casos são construídos. Ao usar os prompts, descreva o caso e não identifique a criança: nome, data de nascimento, número de prontuário e foto não entram em ferramenta que você não controla (LGPD; Resolução CFM 2.454/2026, art. 6º).

Responsabilidade. A inteligência artificial apoia. Quem assina é o médico. Nenhuma resposta gerada por estas ferramentas substitui o julgamento clínico, a consulta ou a orientação individual ao paciente e à família.

Autoria. O método CUIDAR e os prompts aqui reunidos são metodologia pré-existente do autor, Felipe Cezar Cabral (CABRAL, 2026), e permanecem de sua titularidade. Esta edição do e-book foi produzida para o programa Nestlé para Especialistas.

Felipe Cezar Cabral

@fccabral_oficial · in/felipeccabral · FC — Consultoria e Palestras