
CARTILHA DE USO DE INTELIGÊNCIA ARTIFICIAL

para Estudantes do Ensino Superior

Licenciaturas • Tecnólogos • Bacharelados

Guia completo para uso ético, crítico e prático da IA na vida acadêmica

2026

1. O que é Inteligência Artificial?

A Inteligência Artificial (IA) é um campo da computação dedicado a criar sistemas capazes de realizar tarefas que, normalmente, exigiriam inteligência humana — como compreender textos, reconhecer padrões, tomar decisões e gerar respostas contextualizadas.

1.1 Como funciona na prática?

As IAs generativas mais comuns hoje — como ChatGPT, Claude, Gemini e Copilot — são modelos de linguagem treinados em grandes volumes de texto. Eles aprendem padrões estatísticos da linguagem e, a partir de um prompt (instrução), geram respostas coerentes e contextualmente relevantes.

☐ **Atenção: entendendo as limitações**

A IA não "sabe" as coisas da forma como um ser humano sabe. Ela gera respostas estatisticamente prováveis com base nos dados em que foi treinada.

Por isso, pode cometer erros, criar informações falsas (alucinações) e reproduzir vieses presentes nos dados de treinamento.

Seu papel como estudante é usar a IA como ferramenta — e não como substituta do seu pensamento crítico.

1.2 Principais ferramentas de IA disponíveis

Ferramenta	Empresa / Tipo	Principais usos acadêmicos
ChatGPT	OpenAI – Texto e análise	Redação, resumos, explicações, brainstorming
Claude	Anthropic – Texto e análise	Escrita longa, análise de documentos, revisão
Gemini	Google – Texto e pesquisa	Pesquisa integrada, análise de PDFs
Copilot	Microsoft – Integrado ao Office	Textos no Word, apresentações, planilhas
Perplexity	Perplexity AI – Pesquisa	Buscas com fontes citadas, resumos de artigos
NotebookLM	Google – Análise de fontes	Leitura crítica, perguntas sobre textos

2. IA no Dia a Dia Acadêmico

A IA pode ser uma poderosa aliada na sua rotina de estudos quando usada de forma estratégica e responsável. Veja como ela pode te apoiar em diferentes momentos:

2.1 Estudos e compreensão de conteúdo

- **Peça explicações** de conceitos difíceis em linguagem simples e com exemplos.
- **Use** a IA para criar resumos de textos longos — mas sempre leia o original!
- **Solicite questões** de fixação sobre o conteúdo estudado para testar seu aprendizado.
- **Peça analogias** e metáforas para entender temas abstratos.
- Use como **professor particular**: faça perguntas de follow-up até entender de verdade.

2.2 Leitura e pesquisa

- **Cole trechos** de artigos científicos e peça uma explicação ou análise crítica.
- Use ferramentas como **NotebookLM ou Perplexity** para interagir com suas fontes.
- Peça à IA que **identifique os argumentos** principais e as limitações de um texto.
- **Gere perguntas** de pesquisa a partir de um tema amplo para guiar sua investigação.

2.3 Escrita acadêmica

A IA pode ajudar no processo de escrita, mas com limites claros. Veja boas práticas:

✓Pode fazer	✗Evite
Pedir sugestões de estrutura para um argumento	Pedir que a IA escreva o trabalho por você
Revisar gramática e clareza do seu texto	Copiar e colar respostas sem revisão crítica
Pedir exemplos de introduções para se inspirar	Usar sem declarar (quando exigido pela IES)
Solicitar feedback sobre coerência e coesão	Substituir pesquisa em fontes confiáveis
Gerar um esboço de tópicos (outline) inicial	Aceitar afirmações sem verificar as fontes

2.4 IA por área de curso

Para Licenciaturas

- **Criação de planos de aula**: use a IA como ponto de partida, personalizando para sua turma.
- **Geração de atividades** diversificadas (questões abertas, fechadas, situações-problema).
- **Adaptação de materiais** para diferentes níveis de aprendizagem.
- **Reflexão sobre práticas pedagógicas** com base em teorias de aprendizagem.

Para Tecnólogos

- Apoio na escrita de **documentação técnica**, relatórios e manuais.
- Auxílio na resolução de **problemas de programação** (depuração, sugestão de código).

- **Análise de projetos** e identificação de melhorias em processos.
- **Pesquisa sobre tecnologias** emergentes e tendências do mercado.

Para Bacharelados

- **Revisão e aprimoramento** de textos acadêmicos e trabalhos de conclusão.
- **Análise de dados** qualitativos: organização de categorias, temas e padrões.
- Apoio na **estruturação de argumentos** para trabalhos de pesquisa.
- **Preparação para apresentações**: roteiros, simulações de perguntas da banca.

3. Uso Ético e Responsável da IA

O uso da IA levanta questões importantes sobre honestidade acadêmica, autoria e responsabilidade. Esta seção apresenta princípios fundamentais para que você use a tecnologia de forma ética.

3.1 Integridade acadêmica e plágio

Submeter trabalhos gerados integralmente por IA como se fossem de sua autoria é considerado desonestidade acadêmica. Isso é equivalente ao plágio e pode ter consequências sérias, incluindo reprovação e processos disciplinares.

Princípio da Integridade Acadêmica

"Integridade acadêmica significa honestidade, confiança, justiça, respeito e responsabilidade no aprendizado.

O uso de IA sem transparência compromete o processo educativo e o valor do seu diploma."

3.2 Como declarar o uso de IA

Quando permitido pelo professor ou pela disciplina, o uso de IA deve ser declarado. Veja um modelo de nota de rodapé ou seção de metodologia:

☐ Modelo de Declaração de Uso de IA

Exemplo de declaração:

"Este trabalho utilizou ferramentas de Inteligência Artificial (ChatGPT, versão X, OpenAI) para [descrever a finalidade: revisão gramatical / geração de rascunho inicial / síntese de referências]. Todo o conteúdo foi revisado, verificado e editado pelo autor, que assume total responsabilidade pelo texto final."

3.3 Privacidade e proteção de dados

- **Nunca insira dados pessoais** seus ou de terceiros em ferramentas de IA (CPF, endereços, informações sensíveis).

- Dados inseridos em ferramentas gratuitas podem ser usados para treinar modelos — leia os **termos de uso**.
- Não compartilhe **informações confidenciais** de estágios, pesquisas ou empresas parceiras.
- **Prefira versões pagas ou institucionais** de ferramentas, que oferecem maior proteção de dados.

3.4 Vieses e limitações críticas

As IAs reproduzem os vieses presentes nos dados com que foram treinadas — o que inclui vieses de gênero, raça, classe e geopolítica. É importante manter um olhar crítico:

- **Questione respostas** que pareçam enviesadas ou que representem perspectivas limitadas.
- **Compare as respostas** da IA com fontes acadêmicas diversas e de qualidade.
- Esteja atento a **alucinações**: a IA pode inventar citações, datas e fatos com aparência de veracidade.
- **Sempre verifique informações** em bases de dados confiáveis (SciELO, Google Scholar, Portal CAPES).

Checklist antes de entregar um trabalho com uso de IA:

- ✓ Todas as informações factuais foram verificadas em fontes primárias?
- ✓ O texto reflete minha própria compreensão e voz?
- ✓ Declarei o uso da IA conforme solicitado pelo professor?
- ✓ Nenhum dado sensível foi inserido nas ferramentas?
- ✓ As referências bibliográficas são reais e foram consultadas por mim?

4. Riscos e Cuidados Essenciais

4.1 Alucinações e informações falsas

Um dos maiores riscos do uso de IA é a geração de conteúdo falso apresentado com grande confiança. A IA pode:

- **Inventar referências** bibliográficas que não existem (autores, títulos, DOIs falsos).
- **Citar pesquisas** com dados incorretos ou distorcidos.
- **Afirmar fatos** históricos errados com tom assertivo.
- **Descrever leis e regulamentações** de forma imprecisa ou desatualizada.

□ Como evitar referências falsas

Regra de ouro: nunca submeta uma citação bibliográfica gerada por IA sem verificá-la manualmente.

Procure o artigo original no Google Scholar, Portal CAPES ou na biblioteca da faculdade.

Se não encontrar, não use — a referência pode ser inventada.

4.2 Dependência excessiva

O uso intensivo de IA sem reflexão crítica pode prejudicar o desenvolvimento de habilidades fundamentais:

- Capacidade de **escrita e argumentação** própria.
- **Pensamento analítico** e resolução de problemas complexos.
- **Leitura aprofundada** e interpretação de textos.
- **Criatividade** e originalidade no pensamento acadêmico.

Use a IA como andaime — uma ferramenta de apoio que você usa enquanto constrói sua competência. Quando a estrutura estiver sólida, o andaime pode ser removido.

4.3 Direitos autorais e propriedade intelectual

- Conteúdo gerado por IA pode incorporar material protegido por **direitos autorais** dos dados de treinamento.
- A **autoria** de trabalhos acadêmicos é sempre do estudante — você é responsável pelo que entrega.
- Verifique a **política** de propriedade intelectual da sua instituição e dos periódicos onde deseja publicar.

5. Guia Prático: Como Usar Bem a IA

5.1 A arte de fazer bons prompts

A qualidade das respostas da IA depende diretamente da qualidade das suas perguntas. Isso se chama engenharia de prompts. Veja as técnicas básicas:

Técnica	Exemplo ruim ✗	Exemplo bom ✓
Seja específico	"Explique sociologia"	"Explique o conceito de habitus de Bourdieu para um aluno de pedagogia, com um exemplo prático"
Defina o papel da IA	"Me ajude com meu trabalho"	"Aja como um revisor acadêmico e aponte inconsistências no argumento abaixo"
Forneça contexto	"Escreva uma introdução"	"Escreva uma introdução para um TCC sobre gamificação no ensino médio, com 150 palavras"

Peça iterações	"Reescreva isso"	"Reescreva este parágrafo de forma mais objetiva, mantendo o argumento central"
Limite o escopo	"Me fale sobre IA"	"Liste 5 riscos éticos do uso de IA na educação, em bullet points"

5.2 Fluxo de trabalho recomendado

Fluxo para Uso Responsável da IA em Trabalhos Acadêmicos

1. PLANEJE → Defina seu objetivo antes de abrir a IA
2. PESQUISE → Busque fontes reais (artigos, livros, base de dados)
3. USE A IA → Para apoiar, explicar, organizar ou revisar
4. REVISE → Leia criticamente e corrija o que for necessário
5. VERIFIQUE → Cheque todos os fatos e referências nas fontes originais
6. DECLARE → Informe o uso da IA conforme a política da disciplina

5.3 Fontes confiáveis para combinar com IA

- **Portal de Periódicos CAPES:** capes.gov.br/servicos/periodicos
- **SciELO** – Biblioteca científica em acesso aberto: scielo.org
- **Google Scholar:** scholar.google.com.br
- **Biblioteca Digital** da sua instituição – consulte a secretaria acadêmica.
- **BDTD** – Biblioteca Digital Brasileira de Teses e Dissertações: bdtb.ibict.br

6. Política Institucional sobre IA

6.1 Posicionamento da FAMEESP

A Faculdade Metropolitana do Estado de São Paulo reconhece a IA como ferramenta com potencial educacional significativo. Ao mesmo tempo, reafirma seu compromisso com a formação integral, o pensamento crítico e a integridade acadêmica.

Diretrizes Gerais da FAMEESP

O uso de IA é permitido como apoio ao aprendizado, desde que:

- Não substitua a produção intelectual autêntica do estudante;
- Seja declarado quando solicitado pelo docente responsável;
- Respeite as normas de integridade acadêmica da FAMEESP;
- Não envolva o compartilhamento de dados confidenciais.

6.2 O que cada curso deve observar

- **Licenciaturas:** atenção especial à autoria em planos de aula, relatórios de estágio e trabalhos reflexivos.

- **Tecnólogos:** em projetos técnicos, toda a responsabilidade pela solução permanece com o estudante.
- **Bacharelados:** TCCs e monografias exigem produção original — use IA apenas como suporte.

6.3 Consequências do uso indevido

O uso de IA em desacordo com as diretrizes institucionais pode resultar em:

- **Anulação** do trabalho ou atividade avaliativa.
- **Reprovação** na disciplina, a critério do docente.
- Instauração de **processo disciplinar** conforme Regimento Institucional.

6.4 Dúvidas e suporte

Em caso de dúvidas sobre o uso de IA em atividades acadêmicas, consulte:

- O **professor responsável** pela disciplina — cada docente pode ter políticas específicas.
- A **Coordenação** do seu curso.
- A **Pró-Reitoria** de Ensino e Inovação.

7. Glossário Essencial

Alucinação (IA): Quando a IA gera informações falsas ou inventadas com tom de certeza.
Ex: criar referências bibliográficas que não existem.

ChatBot: Sistema de conversação baseado em IA capaz de responder a perguntas e realizar tarefas a partir de texto.

Engenharia de Prompts: A prática de formular instruções claras e estratégicas para obter melhores respostas das ferramentas de IA.

IA Generativa: Tipo de IA capaz de criar conteúdo novo (texto, imagens, código) a partir de padrões aprendidos em grandes conjuntos de dados.

Modelo de Linguagem (LLM): Sistema de IA treinado em grandes volumes de texto para compreender e gerar linguagem natural.

Plágio por IA: Submissão de trabalho gerado por IA como produção própria, sem declaração ou autorização.

Prompt: A instrução, pergunta ou texto enviado à IA pelo usuário para orientar a geração de uma resposta.

Viés algorítmico: Tendências ou distorções nas respostas da IA causadas por desequilíbrios nos dados de treinamento.

8. Referências e Leituras Recomendadas

8.1 Documentos e diretrizes

- UNESCO. Guidance for generative AI in education and research. Paris: UNESCO, 2023.
- BRASIL. Lei n. 13.709/2018 – Lei Geral de Proteção de Dados (LGPD). Brasília, 2018.
- INEP. Uso de ferramentas digitais e inteligência artificial na educação superior. Brasília, 2024.

8.2 Artigos e livros

- FLORIDI, L. et al. An ethical framework for a good AI society. *Minds and Machines*, v. 28, p. 689–707, 2018.
- SELWYN, N. *Distrusting educational technology: Critical questions for changing times*. New York: Routledge, 2014.
- BENDER, E. M. et al. On the dangers of stochastic parrots. *FACCT '21*, ACM, 2021.

8.3 Sites e recursos online

- Portal CAPES de Periódicos: periodicos.capes.gov.br
- AI Literacy for Students – Common Sense Education: commonsense.org/education
- Responsible AI – Microsoft: <https://www.microsoft.com/en-us/ai/responsible-ai>

Esta cartilha é um documento vivo e será atualizada conforme a tecnologia e as políticas institucionais evoluem.

Versão 1.0 – 2026 | Faculdade Metropolitana do Estado de São Paulo

Dúvidas? Fale com a coordenação do seu curso.