BASTIDOR · CARROSSEL “SOMOS TODOS EU”

# COMO EU FIZ A EQUIPE INTEIRA.

Spoiler: são todos *eu.*



9 imagens, 31 gerações e tudo o que deu errado no caminho. A ideia, a referência e o prompt de cada uma.

HARE · 2026

O PROCESSO

# QUATRO ETAPAS. SEMPRE *nessa ordem.*

## 1 A IDEIA VEM ANTES DA IMAGEM

Eu não abro a ferramenta pra “ver o que sai”. Primeiro escrevo a história inteira: o que cada slide conta e qual é o único absurdo de cada foto.

## 2 BANCO DE REFERÊNCIAS

Eu mantenho um banco organizado de imagens de referência: um acervo de fotos de produto e cenas surreais, mais uma biblioteca de prompts com a imagem que cada um gerou. Toda imagem nasce de uma referência real, não de uma frase solta.

## 3 GERAÇÃO NO HIGGSFIELD

Uso o GPT Image 2.6 dentro do Higgsfield com três tipos de entrada: fotos reais minhas (para o rosto), a imagem de referência (para a composição) e um prompt que diz o que muda.

## 4 ACABAMENTO NO PHOTOSHOP

Todo texto entra no Photoshop, nunca na IA. Ali também entram a interface do iPhone, a folha de pagamento e o grão que dá unidade ao carrossel.

COMO EU PENSEI

# QUEM TRABALHA SOZINHO NÃO TEM FALTA DE EQUIPE. TEM *excesso de cargo.*

Essa frase virou o roteiro. Se eu sou o diretor, o redator, o cliente e o estagiário, então cada um desses cargos podia aparecer na foto, todos com o meu rosto.

Pra virar história e não só uma galeria, coloquei os cargos dentro de um dia: 9h, 10h, 11h... até a hora extra. Cada slide é uma hora, e o absurdo cresce até eu cair da cadeira às 18h01.

---

A REGRA QUE GUIA TUDO

## UM ABSURDO POR FOTO.
## O RESTO PRECISA SER *real.*



09:00

# CONTRATEI UMA EQUIPE.

## Somos todos *eu.*

A IDEIA

Apresentar logo na capa todos os “funcionários” que aparecem depois: cliente de terno, diretor de colete, redator de moletom, estagiário com os cafés. Eu parado no meio, olhando pra câmera.

A REFERÊNCIA

Uma foto aérea de clones andando numa rua, com tilt-shift e desfoque de movimento. Só o original fica nítido.

PROMPT (RESUMIDO)

```
Images 1–3 are real photos of the same man. Every person must be this exact man. Recreate the aerial tilt-shift composition of image 4. Each copy walking around is a different employee with his own outfit and action. The central copy stands still, sharp, looking up at the camera with a coffee. Candid photo, muted colors, no HDR, no text.
```

O QUE DEU ERRADO

Na primeira versão todos estavam iguais, com a mesma roupa e o mesmo café. Ficou bonito, mas sem graça. Pedi que cada clone estivesse fazendo uma coisa diferente, com a roupa do seu cargo.



10:00

# REUNIÃO DE FEEDBACK.

## Concordei *comigo.*

A IDEIA

A reunião de feedback mais tranquila do mundo: um de mim fala, o outro anota. Ninguém discorda.

A REFERÊNCIA

Duas pessoas sentadas num banco na frente de uma cafeteria, com luz de fim de tarde batendo de lado.

PROMPT (RESUMIDO)

```
Images 1–5 are real photos of the same man. Both men must be this exact man: fuller round face, wide jaw, small deep-set eyes, light ginger hair darker at the roots, reddish beard. Do not slim the face, do not beautify. Keep the bench, cafe window and golden light of image 6. Left: grey hoodie, writing in a notebook. Right: white t-shirt, coffee, giving feedback.
```

O QUE DEU ERRADO

O rosto saía mais fino e mais jovem que o meu. Resolvi colocando 5 fotos minhas em vez de 3 e descrevendo meu rosto no prompt: o que a IA tende a “embelezar”, eu proíbo.



11:00

# REUNIÃO COM O CLIENTE.

## Ele é bem *exigente.*

A IDEIA

O cliente é literalmente maior que você. Eu gigante, de terno, ajustando os óculos. Eu pequeno, de notebook, olhando pra cima.

A REFERÊNCIA

Perspectiva forçada: uma pessoa gigante atrás de um muro e outra em tamanho normal na calçada, com sol forte e sombra dura.

PROMPT (RESUMIDO)

```
Images 1–3 are real photos of the
same man. Both figures must be this
exact man. Recreate the forced
perspective of image 4. A giant
version in a dark suit behind the
low wall, adjusting his glasses,
staring down. In front, a normal-
size copy in a black t-shirt
holding a laptop, looking up
nervously. Hard midday sun, real
shadows, no text.
```

O QUE DEU ERRADO

Foi a primeira imagem em que o rosto bateu. Até ali eu usava imagens geradas como referência de rosto, e saía outro homem. A virada foi trocar por fotos reais minhas.



13:00

# SESSÃO DE FOTOS.

O modelo não cobra *cachê.*

A IDEIA

Eu filmo, eu poso. O diretor de colete segue o modelo de terno pela calçada.

A REFERÊNCIA

Duas pessoas andando lado a lado na frente de um prédio de concreto, num dia nublado.

PROMPT (RESUMIDO)

```
Image 4 is the previous version of this exact photo: keep the street, building, light, angle and outfits. Change only: the director on the left holds a real video camera at eye level, filming while walking. The model on the right walks naturally, arms relaxed, NO hand on the hip.
```

O QUE DEU ERRADO

O modelo estava com a mão na cintura e o diretor fazia um “quadradinho” estranho com as mãos. Usei a própria imagem como base e pedi só o que mudava. Assim o resto não se perde.



15:00

# REUNIÃO DE ALINHAMENTO.

## Ninguém me *achou.*

### A IDEIA

O esconderijo perfeito: dentro do forro do escritório. E, pelo buraco, o céu, como se o forro desse direto pra fora.

### A REFERÊNCIA

Uma pessoa sentada num buraco do forro, fotografada de baixo pra cima, com o céu aparecendo pela abertura.

### PROMPT (RESUMIDO)

```
Images 1–3 are real photos of the
same man. Recreate the extreme low
angle of image 4: office drop
ceiling, one tile removed, the man
sitting in the hole with legs
dangling, laptop on his lap, peeking
down with his face clearly visible.
Blue sky with clouds through the
hole. Cool fluorescent light, no
text.
```

### O QUE DEU ERRADO

Na primeira versão só apareciam as pernas. Sem rosto, ninguém sabe que sou eu. Pedi “leaning forward, face clearly visible”.



17:58

# ENTREGA ÀS 18H.

## Ainda dá *tempo.*

A IDEIA

Correndo pelo corredor com o HD na mão, tão rápido que o corpo deixa um rastro.

A REFERÊNCIA

Um efeito de pixel esticado (slit-scan): a pessoa nítida e um rastro horizontal saindo das costas.

PROMPT (RESUMIDO)

```
Images 1–3 are real photos of the
same man. Use image 4 ONLY for the
pixel-stretch trail. Office
corridor, grey carpet, glass
meeting rooms. He runs toward the
camera with a hard drive, panicked.
One impossible element: the smear
trail behind him. Candid smartphone
photo, fluorescent light, NO HDR,
no cinematic grading.
```

O QUE DEU ERRADO

A primeira parecia anúncio: HDR forte, laranja e azul, palmeira, corpo de atleta. A palavra que salvou foi pedir “foto de celular” e proibir “cinematic”.

18:01 · O CLIENTE RESPONDEU. “SÓ UM AJUSTE.”

# ESSA LEVOU *4 tentativas.*

É a imagem com mais reação do carrossel, e a que mais deu trabalho. Cada versão errava uma coisa diferente.



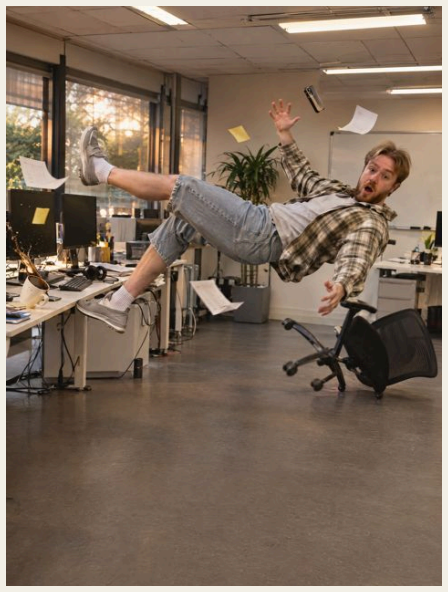
Versão 1

~~Rosto de outra pessoa~~. Usei imagem gerada como referência de rosto.



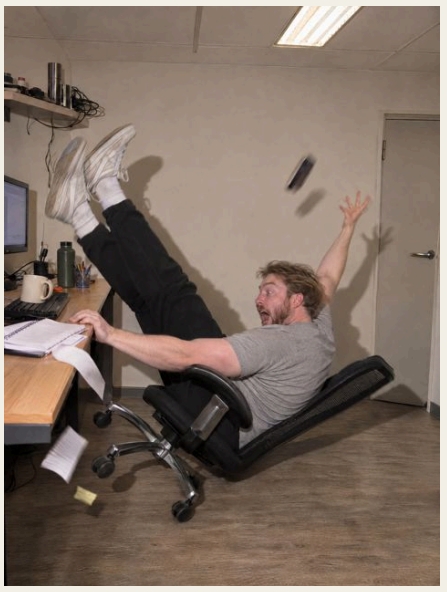
Versão 2

Rosto certo, mas ~~caindo na rua~~. O ajuste do cliente acontece no escritório.



Versão 3

No escritório, mas ~~parecia colado~~: sem sombra, luz diferente da sala.



Versão final

Caindo *com* a cadeira, com flash e sombra na parede. A física faz sentido.

PROMPT DA FINAL (RESUMIDO)

```
Same small office, outfit and on-camera flash look as image 4. He is seated in
his mesh office chair and the chair flips over backwards: almost horizontal,
about to hit the floor, still sitting in it, legs over the desk edge, one hand
grabbing the desk, phone flying. Body and chair fall together. Consistent hard
flash shadows. Nothing looks pasted in.
```



23:00

# HORA EXTRA.

## A equipe toda *ficou.*

A IDEIA

De noite, o escritório vira uma escada impossível: cada um de mim subindo e descendo com pastas, alguns de cabeça pra baixo. O da frente só segura o café.

A REFERÊNCIA

Clones numa escada estilo Escher vistos pela lente redonda do celular.

PROMPT (RESUMIDO)

```
Images 1–3 are real photos of the
same man. Recreate the Escher-like
interior of image 4 with a round
phone-lens vignette, at night with
warm lamps. Many copies in grey
hoodies walk up and down
staircases, some upside down,
carrying folders. In front, one
tired copy with dark circles holds
a mug and looks at the camera. No
interface, no text.
```

O ACABAMENTO

A interface da câmera do iPhone (grid, zoom, modos e disparador) não foi gerada. Eu desenhei por cima, no Photoshop. Assim ela sai nítida e sem letra errada.




O FECHAMENTO

# FOLHA DE PAGAMENTO.

Total: 1 *café.*

## A IDEIA

Terminar com um objeto real em vez de um slide de texto: a folha de pagamento da equipe em cima da mesa, eu assinando.

## O TRUQUE

Gerei a folha **em branco**, só com as linhas da tabela. Todo o texto entrou no Photoshop em modo multiplicar, que faz a tinta "entrar" no papel e pegar a textura e a sombra da folha.

### PROMPT (RESUMIDO)

```
Exact top-down photo of a dark
walnut desk. One sheet of white
paper, edges parallel to the frame:
a payroll form with a thin table
grid and a signature line, but NO
text, NO letters, NO numbers. His
real hand holds a pen on the
signature line. Mug of coffee,
phone, glasses, paper clips around.
Soft window light.
```

### POR QUE EM BRANCO

IA escreve errado. Se eu pedisse "folha de pagamento com cargos", viriam letras inventadas. Com a folha vazia, controlo cada palavra.

O QUE EU APRENDI NESSE CARROSSEL

# 5 REGRAS PRA NÃO TER CARA DE *IA*.

*1*

## ROSTO VEM DE FOTO REAL

Nunca use uma imagem gerada como referência do seu rosto. Use 3 a 5 fotos suas, de frente e nítidas.

*2*

## PEÇA FOTO DE CELULAR

“Cinematic”, “8K” e “HDR” deixam com cara de anúncio. “Candid phone photo, muted colors, no HDR” deixa com cara de verdade.

*3*

## UM ABSURDO POR FOTO

Clone, gigante, rastro: escolha um. Todo o resto (luz, chão, bagunça, roupa) tem que ser comum.

*4*

## A FÍSICA TEM QUE FECHAR

Se a pessoa está no ar, de onde ela caiu? Se tem flash, onde está a sombra? O olho percebe antes de você explicar.

*5*

## TEXTO NUNCA NA IA

Título, interface, documento: tudo no Photoshop. A IA cria a cena, você escreve.

PRA COPIAR

# O PROMPT-MODELO QUE EU *uso em todas.*

Anexe as fotos na ordem: primeiro as suas (de 3 a 5), por último a referência. Troque só o que está em laranja.

```
// identidade
Images 1 to [N] are real photos of the same man.
The person in the new picture must be unmistakably THIS man:
exact face, hair, beard, skin and build. Do not beautify, do not
change age.

// composição
Use image [N+1] ONLY for composition and light, never for the
face.

// cena (um absurdo só)
Scene: [lugar comum e real]. The man [ação]. One impossible
element only: [o absurdo].

// realismo
Candid smartphone photo, natural muted colors, NO HDR, no
cinematic grading, slight noise, consistent shadows, nothing
looks pasted in, correct hands.

// texto
No text, no letters, no logos.
```

FERRAMENTA: HIGGSFIELD · MODELO GPT IMAGE 2.6 · QUALIDADE HIGH · 2K · 3:4

AGORA É COM VOCÊ

# FAZ O SEU E ME *marca.*

Pega uma frase do seu dia, transforma num absurdo só e coloca você dentro dela. Se ficar parecendo foto, você acertou.

FEITO COM IA A PARTIR DE FOTOS REAIS MINHAS · IDEIA, REFERÊNCIAS, DIREÇÃO E ACABAMENTO: HARE