Instagram Agent Skill en ChatGPT

@StephanoBrooke · Palabra clave: FEED

Lo que necesitas

ChatGPT (cualquier plan; si el tuyo tiene Skills, mejor) y el link del repositorio: github.com/Jakeschincariol/instagram-agent-skill.
Diez minutos para contarle a ChatGPT cómo hablas (paso 2). Es lo que más cambia el resultado.

Paso 1: pégale el link a ChatGPT

ChatGPT acaba de matar a Instagram: así conectas Instagram Agent Skill a ChatGPT para que te ayude con tu cuenta.
Abre un chat nuevo (o un Proyecto) y pega esto:

> *"Lee este repositorio: https://github.com/Jakeschincariol/instagram-agent-skill . Abre la carpeta skills y dime qué hace cada skill ig-. A partir de ahora, cuando te diga 'usa ig-reel' (o cualquier otra), sigue las instrucciones del archivo SKILL.md de esa skill. Respóndeme siempre en español de México."*

Qué pasa después: si ChatGPT puede navegar, lee el repositorio y te resume las skills. Si te dice que no puede abrir el link, usa la opción 2 o la 3.
Tip: usa solo el repositorio original. Hay muchas copias (forks) y no sabes qué cambiaron.

Paso 1, opciones 2 y 3: súbela como Skill o en un Proyecto

Opción 2, si tu plan de ChatGPT tiene Skills (en 2026 aparecen en planes Business, Enterprise y Edu, y puede cambiar):

- En GitHub, entra al repositorio y descarga el ZIP (botón Code, Download ZIP).
- Descomprímelo. Cada skill vive en skills/ig-nombre/SKILL.md.
- En ChatGPT entra a Plugins, Skills, Create, Upload from your computer y sube el SKILL.md de la skill que quieras. Empieza con ig-reel.
- Revisa que el nombre y la descripción coincidan, instálala y pruébala.

Opción 3, en cualquier plan: crea un Proyecto en ChatGPT, súbele los archivos SKILL.md que quieras usar y pega esto en las instrucciones del proyecto:

> *"En este proyecto trabajas como mi equipo de Instagram. Cuando te pida una skill (ig-reel, ig-viral, ig-profile, ig-plan, ig-reply), sigue al pie de la letra el archivo SKILL.md con ese nombre. Respóndeme siempre en español de México."*

Tip: los menús de ChatGPT cambian seguido. Si algo no coincide, pídele a ChatGPT que te guíe con tu versión.

Tip: es código de un tercero. Léelo antes de usarlo. Los programas de Python del repositorio están hechos para Claude Code; en ChatGPT trabajas con las instrucciones de cada skill.

Paso 2: enséñale tu voz

Todas las skills leen un archivo de voz (voice.md) con tu forma de hablar. En Instagram importa mucho, porque lo que escribe lo vas a decir en voz alta.

> *"Te voy a pasar la transcripción de 3 de mis reels. Escribe mi voice.md a partir de ellos: cómo hablo, qué palabras uso, qué frases nunca diría, a quién le hablo y qué tono tengo. Úsalo en todo lo que me escribas con las skills ig-. Reel 1: [pega la transcripción] Reel 2: [pega la transcripción] Reel 3: [pega la transcripción]"*

Qué pasa después: ChatGPT te devuelve tu voice.md. Guárdalo y súbelo a tu Proyecto, o pégalo al inicio del chat cada vez.

Tip: corrige lo que no te suene. Mientras mejor esté, menos vas a tener que editar.

Las skills del video y su nombre real

El video dice 11 skills y en pantalla usa nombres simplificados. El repositorio real trae 13. Así se corresponden:

- ig-reel e ig-hooks: ig-reel (guion, 3 ganchos calificados de 26 fórmulas, texto en pantalla y tiempos).
- ig-captions: ig-caption (el caption y cómo se ve antes del 'más').
- ig-comments: ig-reply (respuestas a los comentarios de tu publicación).
- ig-engage: ig-comment (comentarios para cuentas de tu nicho).
- ig-audit e ig-bio: ig-profile (califica tu perfil de 0 a 100 y reescribe la bio).
- ig-planner: ig-plan (tu semana: qué, cuándo y con quién).
- ig-stories e ig-carousel: ig-story e ig-carousel.
- ig-viral: ig-viral (la mejor, según el video).

Además trae ig-human (quita lo que suena a IA), ig-dm (mensajes), ig-repurpose (un video o newsletter se vuelve reels y carruseles) e ig-audit (revisa lo que ya publicaste).

Paso 3: reels y comentarios

> *"Usa la skill ig-reel. Hazme un reel para mi marca personal sobre [tu idea en una frase]. Dame 3 ganchos calificados, el guion para 30 segundos, el texto en pantalla y el desglose por tiempos. Todo en español de México y con mi voice.md."*

Qué pasa después: te devuelve 3 ganchos con su calificación, el guion y el desglose por tiempos, listo para grabar.

> *"Usa la skill ig-reply. Estos son los comentarios de mi último reel: [pega los comentarios]. Ordénalos por tipo y escríbeme una respuesta para cada uno, en mi voz. Yo las publico."*

Qué pasa después: recibes una respuesta por comentario, agrupadas por tipo (preguntas, elogios, dudas de precio).

> *"Usa la skill ig-comment. Esta es la publicación de una cuenta de mi nicho: [pega el texto]. Escríbeme 3 comentarios distintos que aporten algo, sin frases genéricas."*

Qué pasa después: 3 comentarios para elegir. Tú escoges uno y lo escribes.

Tip: publica tú cada respuesta y cada comentario. Automatizarlos va contra los términos de Instagram.

Paso 3 (continuación): perfil, plan y viralidad

"Usa la skill ig-profile. Califica mi perfil del 1 al 100. Mi usuario es [@usuario], mi bio actual es: [pega tu bio] y mi publicación fijada es: [descríbela]. Reescribe primero lo que más puntos me quitó y dame mi bio optimizada."

Qué pasa después: una calificación con lo que te quitó puntos y una bio nueva para copiar.

"Usa la skill ig-plan. Planea mi próxima semana de Instagram. Publico [número] veces por semana, mi tema es [tema] y mi meta es [meta]. Dime qué subir, en qué formato, qué día y a qué hora, y con qué cuentas interactuar."

Qué pasa después: un calendario de 7 días con formato, horario y cuentas para interactuar.

"Usa la skill ig-viral. Mi nicho es [tu nicho]. Estos son reels que están funcionando en mi nicho: [pega los links o el texto de cada uno]. Explícame por qué funcionó cada uno y conviértelos en 3 guiones para mi marca personal, sin copiarlos."

Qué pasa después: el análisis de cada reel (gancho, formato, por qué funcionó) y 3 guiones adaptados a ti.

Tip: si ChatGPT no puede ver los reels, pégale tú el texto o la transcripción de cada uno.

Prompts bonus

"Usa la skill ig-caption. Escribe el caption de este reel: [pega el guion]. Muéstrame cómo se ve en el feed antes del 'más' y usa máximo 5 hashtags."

"Usa la skill ig-carousel. Mi idea: [tu idea]. Dame la portada que haga deslizar, el texto de cada slide (máximo 8) y el caption."

"Usa la skill ig-story. Planea mis historias de hoy. Mi tema es [tema] y quiero que la gente me escriba la palabra [PALABRA] por mensaje. Dime qué sticker usar en cada historia y qué decir."

"Usa la skill ig-dm. Escribe el mensaje que mando cuando alguien comenta [PALABRA] en mi reel, con el link [link] y una pregunta al final. Corto y en mi voz."

"Usa la skill ig-repurpose. Aquí está la transcripción de mi video: [pega la transcripción]. Conviértela en 3 reels y 2 carruseles que se entiendan cada uno por separado."

"Usa la skill ig-human. Revisa este texto y dime qué frases suenan a IA y cómo cambiarlas, sin cambiar lo que quiero decir: [pega el texto]"

La parte honesta

El video dice que lo conectas a tu cuenta y te la maneja en automático. Según el propio repositorio, las skills no se conectan a Instagram ni publican nada: escriben y tú publicas. Automatizar publicaciones, comentarios o mensajes va contra los términos de Instagram y puede bloquear tu cuenta.
El repositorio está hecho para Claude. En ChatGPT funciona con las instrucciones de cada skill (no con los programas de Python), y cómo se instala depende de tu plan.
El video dice 11 skills y más de 21 ganchos: el repositorio trae 13 skills y 26 fórmulas de ganchos.
Lo que sí es real: te ahorra el tiempo de pensar qué subir, y si le das tu voz, lo que escribe suena mucho más a ti.

¿Y si usas Claude?

Este paquete nació para Claude, donde se instala pegando el link y corre completo, con sus programas. Tengo la guía para Claude con la palabra clave INSTA en stephanobrooke.ai/biblioteca (Instagram Agent Skill: 13 skills de Claude para tu Instagram).

Cómo usarlos

1. Conecta las skills a ChatGPT (paso 1).
2. Crea tu voice.md (paso 2).
3. Usa ig-reel una semana completa.
4. Suma ig-plan e ig-profile.
5. Cuando te falten ideas, usa ig-viral.

Cuéntame qué te salió: coméntalo en el reel o etiquétame en @stephanobrooke.