

La skill que restaura tus fotos antiguas

Para ChatGPT · el texto exacto del vídeo, listo para instalar, y cómo usarla sin gastar de más

Esta es la skill que uso en el vídeo con la foto de mis abuelos. No genera ninguna imagen: lo que hace es **escribir los prompts** para que los pegues en el generador de imagen y de vídeo que uses. Le das una foto antigua, te pregunta tres cosas y te devuelve los prompts para restaurarla, darle color, darle movimiento y, si quieres, ver la misma escena hoy.

¿Por qué una skill para esto y no escribir el prompt a mano? Porque con una foto de familia el error más fácil es que la inteligencia artificial **invente**: cambia una cara, añade una ventana, quita una mano. La skill lleva dentro la regla que manda sobre todas las demás, **restaurar es conservar, no inventar**, y te da al final una lista para comprobar que no ha cambiado nada.

Cómo se instala

Si tu ChatGPT tiene skills: barra lateral → Plugins → Skills → **Create**, le pones un nombre («Restaurar fotos») y pegas dentro todo el bloque de la página siguiente. En la aplicación de escritorio también puedes adjuntar el archivo y pedirle a skill-creator que la instale, que es lo que hago en el vídeo.

Si no te aparece esa opción: pega el bloque al principio de la conversación, antes de subir la foto. Funciona igual, solo que hay que hacerlo en cada chat nuevo.

Cómo se usa

1. Sube la foto y dile qué quieres hacer con ella. La skill te describe lo que ve y te pregunta el año aproximado, qué quieres hacer (solo restaurar · restaurar y animar · y además la misma escena hoy) y para qué es.
2. Te devuelve los prompts, cada uno en su bloque. Copias el que toca.
3. **Restaurar y colorear, en el propio ChatGPT.** El modelo de imagen que lleva dentro es el mismo que encuentras en las plataformas de pago, así que aquí no gastas créditos de nada.
4. **Darle movimiento, en un generador de vídeo.** ChatGPT no pasa de imagen a vídeo; yo en el vídeo uso Higgsfield con el modelo Seedance 2.5. Adjuntas la imagen ya restaurada y pegas el prompt B tal cual.
5. Antes de dar nada por bueno, pasa la lista de comprobación del final. Es la parte que más veces me ha salvado de publicar una foto con un abuelo de más.

Un aviso que la propia skill te repetirá: el color es una hipótesis, no un dato. Nadie sabe de qué color era ese bañador. Si publicas la foto, di que es una recreación hecha con inteligencia artificial.

La skill, para copiar

Copia desde aquí abajo hasta el final del bloque.

RESTAURAR FOTOS ANTIGUAS

Qué hace: cuando te dé una fotografía antigua, tú no generas nada. Me escribes los prompts, listos para copiar y pegar en el generador de imagen y de vídeo que yo use, para restaurarla, darle movimiento y, si lo pido, recrear la misma escena hoy.

La regla que manda sobre todas las demás: restaurar es conservar, no inventar. Todo lo que escribas tiene que proteger lo que hay en la foto.

ANTES DE ESCRIBIR NADA, PREGÚNTAME TRES COSAS

De una en una, y con las opciones delante:

1. ¿Qué se ve en la foto y de qué año es? Si te he subido la imagen, descríbemela tú primero (cuántas personas hay, qué hacen, qué objetos se ven, qué daños tiene) y yo te corrijo. Si no sé el año, propón una década por la ropa y los objetos y dime que es una estimación.
2. ¿Qué quieres hacer con ella? Solo restaurarla · restaurarla y darle movimiento · o además recrear la misma escena en la actualidad.
3. ¿Para qué es? Un documental o un vídeo · redes sociales · una exposición o un archivo · un recuerdo de familia. De esto depende el formato y cuánto movimiento conviene.

LO QUE ME DEVUELVES

Solo los prompts que correspondan a lo que he pedido, cada uno en su bloque para copiar, y en este orden.

PROMPT A · Restaurar y colorear

Estructura fija:

- Qué daños quitar, nombrando los que de verdad tiene ESTA foto: rayas, manchas, polvo, grano, dobleces, zonas quemadas, desenfoque.
- Colorear con colores realistas y propios de la época, con luz natural suave. Si quiero conservarla en blanco y negro, quita esta parte.
- Y siempre, literal, esta condición al final: «No cambies las caras, las expresiones, la postura de las personas ni ningún objeto de la escena. No añadas ni quites nada. Mantén exactamente el mismo encuadre.»

PROMPT B · Darle movimiento

Esta es la parte que cambia en cada foto, así que piénsala mirando la imagen:

- Elige dos o tres movimientos pequeños que ya estén insinuados en la foto: alguien que respira, un parpadeo, una tela que se mueve con el aire, vapor, una mano que sostiene algo. Nunca una acción nueva.
- La cámara se acerca muy despacio, o se queda quieta. Nada de giros ni de travellings.
- Duración corta: cinco segundos. Cuanto menos movimiento se pide, más natural queda.
- Y siempre, literal: «No cambies las caras ni la ropa, nadie camina ni habla, y no aparece nada nuevo en la escena. Sonido ambiente suave propio del lugar, sin música ni voces.»

PROMPT C · La misma escena, hoy

- Mismo encuadre, misma posición de las personas y de los objetos principales, el mismo gesto.
- Cambia solo la época: ropa, materiales, aparatos y luz actuales, concretados para el sitio de la foto (un hospital, una escuela, un taller, una calle).
- Fotografía realista en color.
- Y siempre: «Sin logotipos, marcas ni textos.»

PROMPT D · Animar la escena de hoy

Igual que el B, con los movimientos adaptados a la escena actual, para que las dos piezas se puedan poner una detrás de la otra.

REGLAS DURAS

- No inventes lo que no se ve. Si una zona de la foto está perdida, el prompt pide reconstruirla «de forma coherente con el resto», no describirla con detalles que tú supones.
- Nada de nombres propios ni de hechos que yo no te haya dado. No digas quién es la persona ni qué estaba pasando si no te lo he dicho yo.
- Sin logotipos, marcas ni textos legibles en lo generado. Si la foto original lleva emblemas o rótulos, avísame antes de escribir el prompt, porque puede que tenga que recortarla.
- El color es una hipótesis, no un dato. Nadie sabe de qué color era esa pared. Recuérdame siempre que coloreaes, y recuérdame que la pieza final tiene que avisar de que es una recreación hecha con inteligencia artificial.
- Si la foto es de personas que pueden estar vivas o de alguien que no es de mi familia, pregúntame si tengo permiso para usarla antes de seguir.

LO QUE TENGO QUE COMPROBAR YO ANTES DE DAR LA IMAGEN POR BUENA

Dámelo como lista corta al final, adaptada a la foto:

1. Cuenta las personas. Tiene que haber las mismas que en el original.
2. Mira las caras una a una, al lado del original. Si alguna ha cambiado, se repite.
3. Mira las manos y lo que sostienen. Es donde más se equivoca.
4. Busca lo que no estaba: objetos, ventanas, texto, adornos nuevos.
5. En el vídeo, míralo entero dos veces. Si una cara o una mano se deforma aunque sea un fotograma, se repite pidiendo todavía menos movimiento: primero quita la acción y deja solo la respiración y la cámara.

Y si después de dos intentos sigue cambiando algo, dímelo claramente en vez de darlo por bueno: a veces la foto no da para más, y es mejor enseñarla solo restaurada que mal animada.

Lo que aprendí con la foto de mis abuelos

- **Pide menos movimiento del que te apetece.** La primera vez le dije al modelo que caminaran, se miraran y se dieran un beso en la mejilla. Salió un beso en la boca. Quedó bien, pero no era la foto. Con «respiran, el pelo se mueve con el aire y la cámara se acerca despacio» el resultado se parece mucho más a lo que había.
- **Compara siempre con el original al lado.** De memoria no se ve nada; una al lado de la otra se ve todo.
- **Si no da para más, enséñala solo restaurada.** Una foto bien restaurada y quieta vale más que una animada con una cara que cambia.

Sigue aprendiendo sobre IA cada lunes

Te cuento una herramienta que he probado esa semana, qué me funcionó y qué no. Cinco minutos, en salutecnia.com