

# Entenda o que é a Resolução BCB 520 e o que muda para as empresas de criptomoedas

Banco Central define como operadoras de criptomoedas devem atuar no país

Depois de muita expectativa, o Banco Central tirou do papel a regulação operacional das empresas de crypto que atuam no Brasil. A Resolução BCB nº 520, publicada nesta segunda-feira (10), detalha como devem ser constituídas e operadas as sociedades prestadoras de serviços de ativos virtuais (as “SPSAVs”) e como outras instituições financeiras poderão oferecer intermediação e custódia de crypto. Trata-se do passo mais concreto desde o Marco Legal dos Criptoativos (Lei 14.478/2022).

De acordo com Marcelo Godke, sócio do Godke Advogados e especialista em Direito Empresarial e Bancário, a norma cria três “caixinhas” para quem presta serviço com crypto: intermediária, custodiante e corretora (que é quem pode intermediar e custodiar ao mesmo tempo). “Intermediárias e custodiante não podem acumular outras modalidades; só a corretora pode fazer as duas coisas juntas. Isso organiza o mercado e deixa claro quem faz o quê”, explica.

Além disso, as SPSAVs precisam de pelo menos três diretores/administradores responsáveis por áreas-chave, como a condução dos negócios, PLD/FT, controles internos, gestão de riscos, segurança cibernética. “E não vale abrir a operação como empresa com sócio único pessoa física. É governança mínima, mas com dentes”, alerta o especialista.

## O que muda na prática

PSAVs e instituições financeiras devem classificar e cursar como câmbio as situações definidas (pagamentos internacionais com crypto, autocustódia, stablecoins, etc.), aplicar limites quando a contraparte não é autorizada e reportar mensalmente. KYC/KYT,



Marcelo Godke é professor e advogado especialista em Direito Empresarial e Bancário.

contratos e fluxos operacionais terão de ser ajustados. “Empresas e pessoas físicas que usavam crypto para pagar/receber do exterior vão responder a mais perguntas e, em muitos casos, contratar câmbio como numa remessa tradicional”, afirma o advogado.

Já as Stablecoins saem da zona cinzenta. “Elas entram no regime cambial com referência em moeda, o que facilita supervisão e estatística de balanço de pagamentos”, diz Godke.

A Resolução 520 organizou quem pode prestar serviços com crypto e sob quais requisitos. “Ao fechar a brecha e alinhar o setor ao marco cambial moderno, o BC aumenta confiança, comparabilidade e dados — pilares para um mercado maior e mais seguro. Quem operar de forma profissional se

beneficia; quem dependia de “atalhos” terá de se adaptar”, explica.

## Relacionamento com o cliente

No relacionamento com o cliente, a regra exige separação total entre o dinheiro da empresa e o dos clientes (em contas individualizadas) e entre os crypto da empresa e os crypto dos clientes (em carteiras diferentes). “Há política obrigatória de prova de reservas e auditoria independente bienal publicada no site. Para facilitar liquidez, a empresa pode manter até 5% de cryptos próprios nas carteiras dos clientes — claramente identificados e livres de ônus. É o antídoto normativo à velha confusão de bolsos”, acrescenta Godke.

A norma também veda às SPSAVs oferecer crédito aos clientes, captar recursos do público (fora emissão de ações) e participar do capital de outras instituições financeiras.

A Resolução BCB nº 521, de 10/11/2025, amarra o que faltava entre ativos virtuais e mercado de câmbio. Ao alterar as Resoluções 277, 278 e 279 (novo marco cambial), o Banco Central define quais serviços com crypto têm natureza cambial e quando entram no regime de capitais brasileiros no exterior e capitais estrangeiros no país. “Quando a operação é, na substância, câmbio, passa a cursar pelo sistema financeiro autorizado, com regras, limites e reporte mensal”, conclui o especialista.

(Fonte: Marcelo Godke - Especialista em Direito Internacional Empresarial, Integridade Corporativa, M&A, Direito Bancário, Mercado de Capitais (securitização, derivativos, IPOs), Societário, Project Finance, Contratos Domésticos e Internacionais. Professor do Ceu Law School e Faculdade Belavista, mestre em Direito pela Columbia University School of Law. Doutor em Direito pela USP (Brasil) e Doutorado pela Universiteit Tilburg (Holanda).)

# Medicina neurocomportamental: cinco dicas para cuidar da mente e do corpo ao mesmo tempo

Especialista explica como pequenas mudanças de comportamento influenciam o cérebro, a saúde hormonal e o bem-estar. Cuidar da saúde mental e física não precisa ser um processo separado. A medicina neurocomportamental propõe justamente o contrário: integrar cérebro, emoções e hábitos do dia a dia em um único cuidado. Segundo a médica e farmacêutica Dra. Sâmia La-Côrte, mestre em Saúde pela UFJF, pós graduada em endocrinologia, nutrologia e medicina funcional integrativa, essa abordagem amplia a compreensão de doenças e ajuda a prevenir disfunções hormonais e metabólicas.

“A forma como pensamos, dormimos e nos alimentamos interfere diretamente na liberação de neurotransmissores e hormônios, que regulam desde o humor até o metabolismo”, explica Dra. Sâmia. A seguir, ela lista cinco dicas práticas inspiradas na medicina neurocomportamental para fortalecer a conexão entre mente e corpo.

- 1) Cuide da qualidade do sono** - Dormir bem é essencial para o equilíbrio do sistema nervoso e hormonal. “O sono profundo é o momento em que o corpo regula o cortisol e o GH, hormônios relacionados ao estresse e à regeneração celular”, afirma a especialista. Evite telas antes de dormir e mantenha horários regulares para acordar e deitar.
- 2) Alimente o cérebro com nutrientes certos** - Segundo Dra. Sâmia, vitaminas do complexo B, magnésio, Vit D e ômega-3 são fundamentais para o funcionamento cerebral e a produção de serotonina e dopamina. “Uma dieta proteica, personalizada, de acordo com as suas

necessidades individuais, melhora a concentração e o humor”, orienta.

- 3) Movimente-se para equilibrar emoções** - A prática regular de atividade física é uma das principais ferramentas da medicina neurocomportamental. “O movimento ativa áreas cerebrais ligadas à motivação e reduz a inflamação sistêmica, melhorando a resposta do corpo ao estresse”, explica. Caminhadas diárias ou exercícios de baixo impacto já trazem benefícios. Mas, os realmente eficazes são: musculação com força progressiva e resistida e Cardio metabólico.
- 4) Gerencie o estresse com estratégias simples** - A especialista lembra que o cérebro não distingue ameaças reais de preocupações mentais. “Respirações profundas, pausas conscientes, aprender a lidar com as regras do jogo da vida e momentos de lazer ajudam o sistema nervoso a voltar ao estado de equilíbrio”, afirma. Práticas como meditação e mindfulness podem ser grandes aliadas.
- 5) Cultive relações e propósito** - Conexões sociais saudáveis estimulam a produção de ocitocina e serotonina, substâncias ligadas ao prazer e à sensação de segurança. “Ter um propósito e vínculos afetivos sólidos é um dos pilares da longevidade emocional e física”, completa Dra. Sâmia.

A medicina neurocomportamental vem ganhando espaço por unir ciência e comportamento humano em uma abordagem personalizada. “Não existe equilíbrio sem autoconhecimento e mudança de hábitos. O cérebro é plástico e responde às nossas escolhas todos os dias”, conclui Dra. Sâmia La-Côrte.

## Negócios & Carreira



Fabiana Monteiro (\*)

## Paixão, coragem e empatia: assim Claíse Müller Rauber transformou desafios em conquistas

Uma trajetória inspiradora de superação, propósito e liderança guiada pela empatia.

Paixão, coragem e empatia sempre foram os pilares que moldaram a trajetória de **Claíse Müller Rauber**, conselheira no Banrisul Seguridade e referência em liderança humanizada. Ela acredita que o verdadeiro **sucesso** está em inspirar outras pessoas a estudar, crescer e contribuir para um país melhor.

Para Claíse, **sucesso** é sinônimo de dedicação, resiliência e humildade para recomeçar. É saber dar dez passos para trás quando necessário e continuar, aprendendo com os tropeços e celebrando o crescimento. “Só se chega ao **sucesso** praticando a empatia, ouvindo mais do que falando e compreendendo o outro”, afirma. Liderar, para ela, é unir pessoas por um propósito comum e convencer pelo exemplo.

Nascida em uma família humilde do interior de Santa Catarina, filha de um construtor e de uma dona de casa com saúde frágil, Claíse aprendeu cedo o valor da responsabilidade. Aos 15 anos, começou a trabalhar em uma loja de roupas e depois em uma loja de móveis, onde desenvolveu seu fascínio pelos números. Determinada, sonhava em ser bancária — e transformou esse sonho em realidade em 1988, quando ingressou no banco após seis anos afastada dos estudos.

Enquanto conciliava trabalho, vestibular e faculdade de Ciências Contábeis, construiu também sua família. Casou-se, teve duas filhas e não parou de buscar novos desafios. Cada mudança de cidade foi um recomeço. Com esforço e foco, ascendeu de caixa a cargos de liderança, sempre acreditando que as oportunidades aparecem para quem se prepara. Em 35 anos de carreira, ajudou a estruturar novas áreas, liderou equipes e participou de projetos estratégicos que exigiram coragem e fé.

Para Claíse, a boa liderança se faz com exemplo e diálogo. Ela sempre acreditou na força das equipes felizes — “quem está bem, entrega mais”. Nunca buscou poder, mas a realização coletiva. Perfeccionista e organizada, valoriza o equilíbrio entre trabalho e família. Mesmo em períodos de intensa agenda, mantinha o hábito de chegar em casa às 18h para tomar chimarrão com o marido e as filhas. “Pequenos gestos preservam grandes vínculos”, costuma dizer.



Claíse Müller Rauber

O mundo corporativo, lembra **Claíse**, ainda impõe desafios às mulheres. Em um ambiente majoritariamente masculino, precisou aprender a se impor com empatia e inteligência emocional. Para ela, liderar não é ter poder, e sim mais responsabilidade. O respeito se conquista com conhecimento, postura e coerência. “Bons líderes não se impõem pela força, mas pela consistência e pelo exemplo.”

Em tempos digitais, ela defende o resgate do contato humano. A tecnologia é uma aliada, mas ouvir a voz de alguém ainda faz diferença. Um bom líder, acredita, é aquele que envolve o time, faz com que todos se sintam pertencentes e valoriza as diferenças. A comunicação empática, para ela, é o alicerce de toda equipe vitoriosa.

Claíse costuma dizer que o brilho nos olhos é indispensável. Valoriza pessoas com iniciativa e, sobretudo, com **“acabativa”** — quem começa e termina com dedicação. Incentiva o aprendizado contínuo, a curiosidade e a alegria no trabalho. É entusiasta da leitura e recomenda o livro Conversas Cruciais, de Kerry Patterson, por ensinar a dialogar com firmeza e respeito — virtudes essenciais à liderança moderna.

Aos jovens, Claíse deixa um conselho direto: **“Levantem da cadeira e traçam objetivos**. Trabalhar e estudar fazem parte da vida e ninguém trilha o caminho por você. O sucesso não é sorte, é construção diária feita de escolhas e propósito.”

Hoje, aposentada do banco e atuando como conselheira da corretora de seguros, Claíse segue aprendendo, lendo e viajando. Planeja cada nova etapa com entusiasmo e gratidão. **“Cheguei até aqui colocando amor em tudo o que fiz** — sendo firme, sem deixar de ser doce.” Para ela, o verdadeiro sucesso é aquele conquistado com empatia.

(\*) Chairman, CEO da Editora Global Partners - Affiliated to Institute of Coaching at McLean Hospital, associate Harvard Medical School - (ICPA). Conselheira de empresas.

