DESAFIO DOMINANDO IA

empiricus

FÁBRICA

[AGENTES DE IA]

COMO CONSTRUIR AGENTES DE IA NO CLAUDE E NO CHATGPT DO ZERO, MESMO QUE VOCÊ NUNCA TENHA ABERTO UM APLICATIVO DE INTELIGÊNCIA ARTIFICIAL.

AULA MAGNA CONDUZIDA POR

ALEX HISATOMI

Quem está falando com você



Alex Hisatomi, estruturou a área de análise de dados da Empiricus.

Meu nome é Alex Hisatomi. São 26 anos de carreira no setor de tecnologia, quatro deles na Apple, e oito à frente da área de análise de dados da Empiricus.

Essa última parte importa mais do que parece. A Empiricus foi beta tester do ChatGPT quando a ferramenta chegou ao Brasil, tivemos acesso a essa tecnologia antes do mercado. Desde aquele dia, eu estudo o tema de forma obsessiva. Não por obrigação profissional: por gosto genuíno.

Nesses anos, automatizei diversas funções dentro da Empiricus, otimizei processos da empresa repetidas vezes e ajudei a reduzir custos sem perder eficiência. Também ensinei meu filho de 8 anos a criar um aplicativo multiplayer em um fim de semana, algo que, poucos anos atrás, teria exigido meses de uma equipe inteira.

> *Se funcionou com uma criança de 8 anos que ainda não estava plenamente alfabetizada,* ***eu tenho convicção de que funciona com você.***

O CAMINHO DESTE E-BOOK

SUMÁRIO

1. Abertura 4

Dois ativos que você não consegue comprar de volta 4

2. Antes de começar 5

3. PARTE I: O princípio por trás de todo agente que funciona 6

CAPÍTULO 1: Por que o pulo do gato está no processo, não na ferramenta 6

CAPÍTULO 2: A regra do humano no loop 6

4. PARTE II: Mão na massa: seu primeiro agente autônomo 8

CAPÍTULO 3: Passo 1 - Conectando seu e-mail ao Claude e ao ChatGPT 8

CAPÍTULO 4: Passo 2 - Permissões: a diferença real entre as duas ferramentas 9

CAPÍTULO 5: Passo 3 - O processo: categorias e labels 10

CAPÍTULO 6: Passo 4 - O prompt (e como escrevê-lo sem gastar tokens) 13

CAPÍTULO 7: Passo 5 - Implementação no Cowork e no Work 14

CAPÍTULO 8: Evoluindo o agente: o resumo do dia na sua caixa 15

CAPÍTULO 9: Preparando a inbox: a label de legado 16

CAPÍTULO 10: Tornando o agente autônomo: habilidades e agendamento 18

5. PARTE III: Do primeiro agente ao resto da sua rotina 20

CAPÍTULO 11: O que vem depois 20

6. ANEXOS: Prompts, checklist e glossário 22

ABERTURA

Dois ‘ativos’ que você não consegue comprar de volta

Tempo e dinheiro. Tudo o que você vai aprender nas próximas páginas existe para te ajudar a devolver mais dos dois.

Ao final deste e-book, você terá o caminho das pedras para construir um agente de IA que lê sua caixa de entrada, classifica cada mensagem, escreve um resumo do seu dia e prepara rascunhos de resposta sozinho, todos os dias, no horário que você definir.

Não importa se você utilizou IA muito pouco em sua vida, ou até mesmo não tem qualquer conhecimento sobre elas.

Quando as tarefas operacionais saem do seu colo, sobra espaço para aquilo que ninguém automatiza: pensar estrategicamente, propor a ideia que ninguém propôs, resolver o problema que trava a empresa. É aí que estão os aumentos, as propostas melhores e os resultados que aparecem.

Você vai ter a chance de passar menos tempo trabalhando e, ainda assim, produzir mais. Seja levando uma nova ideia de negócio para dentro da sua empresa, seja se tornando o profissional que o mercado procura e não encontra.

O que você vai construir aqui

Este e-book é prático do início ao fim. O agente que vamos montar juntos executa quatro tarefas:

01. **Lê a sua caixa de entrada.**

02. **Organiza os e-mails, categorizando cada um em um tipo que você mesmo definiu.**

03. **Monta um resumo do que chegou, por categoria, e entrega esse resumo na sua caixa.**

04. **Escreve rascunhos de resposta para os e-mails que merecem resposta.**

Se a sua função envolve responder clientes ou fornecedores, o agente pode te ajudar a redigir os rascunhos, e o seu trabalho passa a ser revisar e apertar enviar.

O QUE VOCÊ PRECISA PARA ACOMPANHAR

- Uma conta no Claude ou no ChatGPT, sim, a gratuita mesmo.
- Uma conta de Gmail (os conceitos valem para outros provedores, mas os exemplos usam Gmail).
- Um editor de texto simples, tipo Bloco de Notas, para escrever seu processo.
- Nenhum conhecimento de programação.

Antes de começar, note:

Antes da primeira linha de configuração, preciso que você entenda uma coisa: e esta é a parte do e-book que eu mais peço que você leve a sério.

> *Agentes autônomos de IA cometem erros. E quanto mais jovens eles são,* ***maior a chance de errar.***

Nunca permita que um agente execute ações críticas desde o início, no momento em que acaba de ser criado. Essa é uma regra que eu mantive em todas as áreas que gerenciei, sem exceção, e ela nunca me deixou na mão.

O caminho correto é gradual. Primeiro, você configura o agente para te dar a oportunidade de revisar o trabalho antes de qualquer coisa ser executada. Na maior parte dos casos, você vai pegar erros nessa fase, e isso é exatamente o que deveria acontecer.

O CICLO DE FORMAÇÃO DE UM AGENTE

01.

REVISAR

O agente propõe, você aprova cada ação.

02.

ENTENDER

Quando houver erro, identifique a causa: o prompt estava vago? as categorias se sobrepõem? faltou informação de base?



03.

AJUSTAR

Mude o prompt ou as informações que o agente usa como referência.

04.

TESTAR

Rode de novo e observe.

05.

LIBERAR

Só depois de uma sequência consistente de acertos, dê autonomia total.

E mesmo depois de liberar: para ações muito complexas, ou naquelas em que um erro seria muito prejudicial, mantenha sempre um humano no loop revisando.

PARTE I

O PRINCÍPIO POR TRÁS DE TODO AGENTE

CAPÍTULO 1

Por que o pulo do gato está no processo, não na ferramenta

Você já deve ter ouvido por aí que não adianta usar IA se você não tem processos bem definidos. É verdade. E é mais verdade para agentes do que para qualquer outro uso de inteligência artificial.

Quando você conversa com uma IA no chat, a vagueza é tolerável: você pergunta, ela responde mais ou menos, você refina. O custo de uma instrução imprecisa é uma resposta mediana. Com um agente autônomo, o custo é diferente: ele vai executar ações reais, no seu e-mail, sem você olhando.

Um processo bem definido responde a três perguntas

01. **O que o agente deve ler ou observar?**

02. **Que decisões ele precisa tomar, e com base em quais critérios?**

03. **Que ações ele deve executar como resultado dessas decisões?**

CAPÍTULO 2

A regra do humano no loop

Este capítulo é a aplicação prática do aviso que você leu na abertura.

Comece sempre em modo manual

Tanto o Claude quanto o ChatGPT permitem configurar o agente para pedir sua autorização antes de cada ação. Use isso. Nas primeiras execuções, aprove ação por ação e observe o raciocínio. Você vai aprender mais sobre o comportamento do seu agente nessas aprovações do que em qualquer tutorial.

Trate o erro como informação

Quando o agente classifica algo errado, resista ao impulso de concluir que “a IA não funciona”. Pergunte-se por quê. Na enorme maioria dos casos, a resposta é uma de três:

- Duas categorias suas são parecidas demais, e nem um humano saberia escolher entre elas.
- A instrução tem detalhe demais (ou de menos) em algum ponto específico.
- O modelo que você escolheu é simples demais para a nuance que a tarefa exige.

Todas as três têm solução, e nenhuma delas exige programação.

⚠ **MANTENHA O HUMANO NO LOOP PERMANENTEMENTE QUANDO:**
A ação é irreversível: excluir arquivos, apagar e-mails, cancelar algo.
A ação é financeira: pagar, transferir, comprar, assinar.
A ação é pública: publicar, enviar para clientes, responder em nome da empresa.
O erro geraria custo reputacional ou jurídico, ainda que raro.

No agente que vamos construir, essa regra aparece de forma concreta: em nenhum momento nós autorizamos o agente a excluir e-mails ou movê-los para a lixeira. Ele organiza, classifica e resume, mas nada é perdido. Essa escolha é deliberada, e eu recomendo que você a mantenha.

PARTE II

MÃO NA MASSA: SEU PRIMEIRO AGENTE AUTÔNOMO

Agora vamos construir. O objetivo dos próximos capítulos é um agente que organiza sua caixa de e-mail todos os dias, sozinho, e te entrega um resumo pronto para ler.

5 OS CINCO PASSOS DA CONSTRUÇÃO

PASSO 1:
Setup do conector de e-mail na ferramenta.

PASSO 2:
Configuração das permissões.

PASSO 3:
Definição do processo: categorias e etapas.

PASSO 4:
Transformação do processo em prompt.

PASSO 5:
Implementação e agendamento.

CAPÍTULO 3

Passo 1 – Conectando seu e-mail ao Claude e ao ChatGPT

Este passo é essencial: o conector é a forma que o Claude e o ChatGPT têm de efetivamente executar ações dentro do seu e-mail. Sem ele, você tem um chat inteligente; com ele, você tem um agente capaz de agir.

Vou mostrar primeiro no Claude e depois no ChatGPT. Parto do princípio de que você já instalou a ferramenta e tem uma conta ativa gratuita ou paga, tanto faz para começar.

No Claude

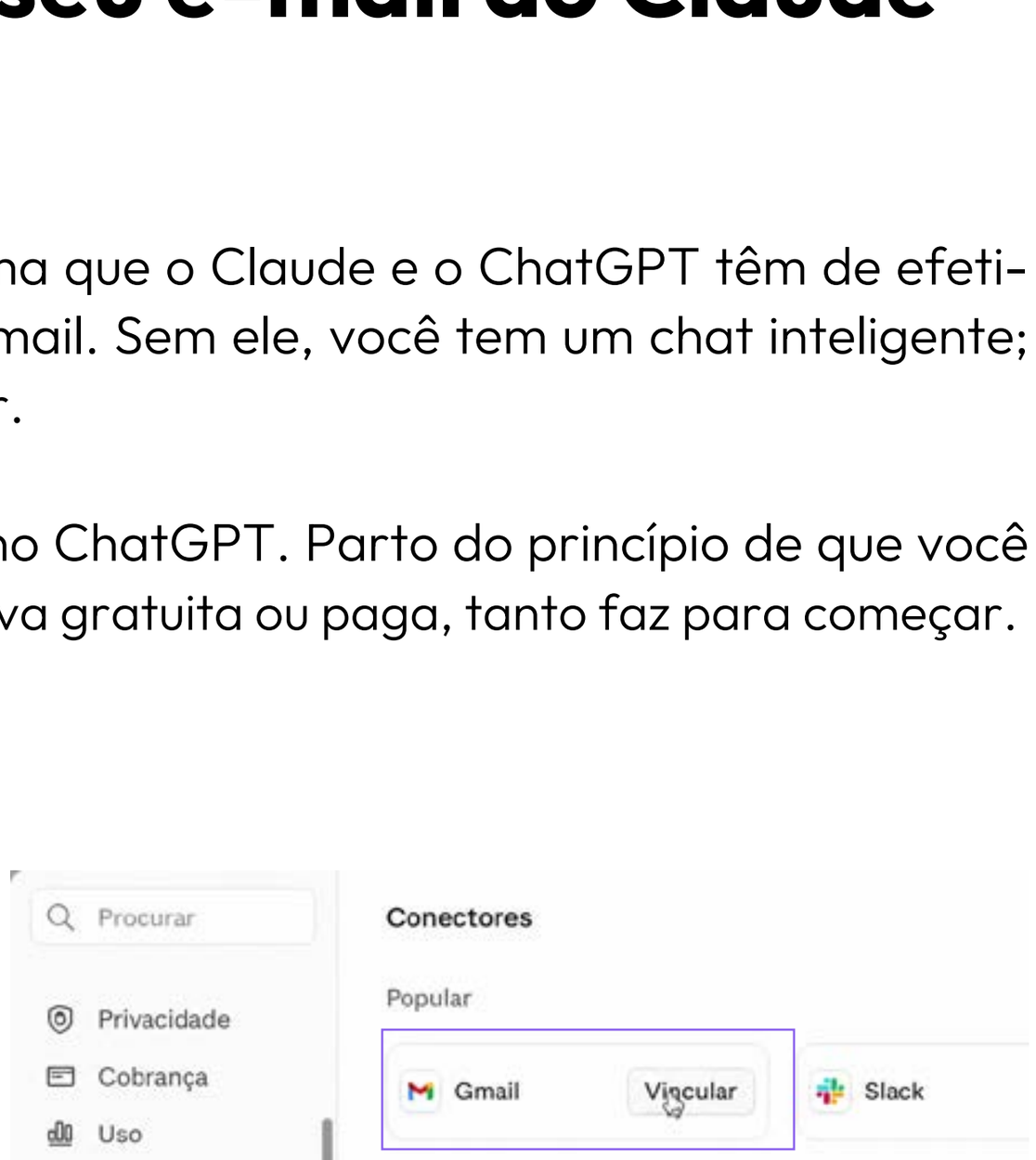
01. Abra o menu Personalizar e desça até a seção Conectores.

02. Você verá diversos conectores disponíveis, para inúmeros aplicativos. Procure o conector do Gmail: ele normalmente aparece em destaque, por ser um dos mais usados.

03. Se não encontrar, use a lupa de busca e digite “Gmail”.

04. Clique em vincular. O Claude vai indicar que você ainda não está conectado e pedir para você escolher uma conta.

05. Faça o login na sua conta do Gmail e autorize o acesso.

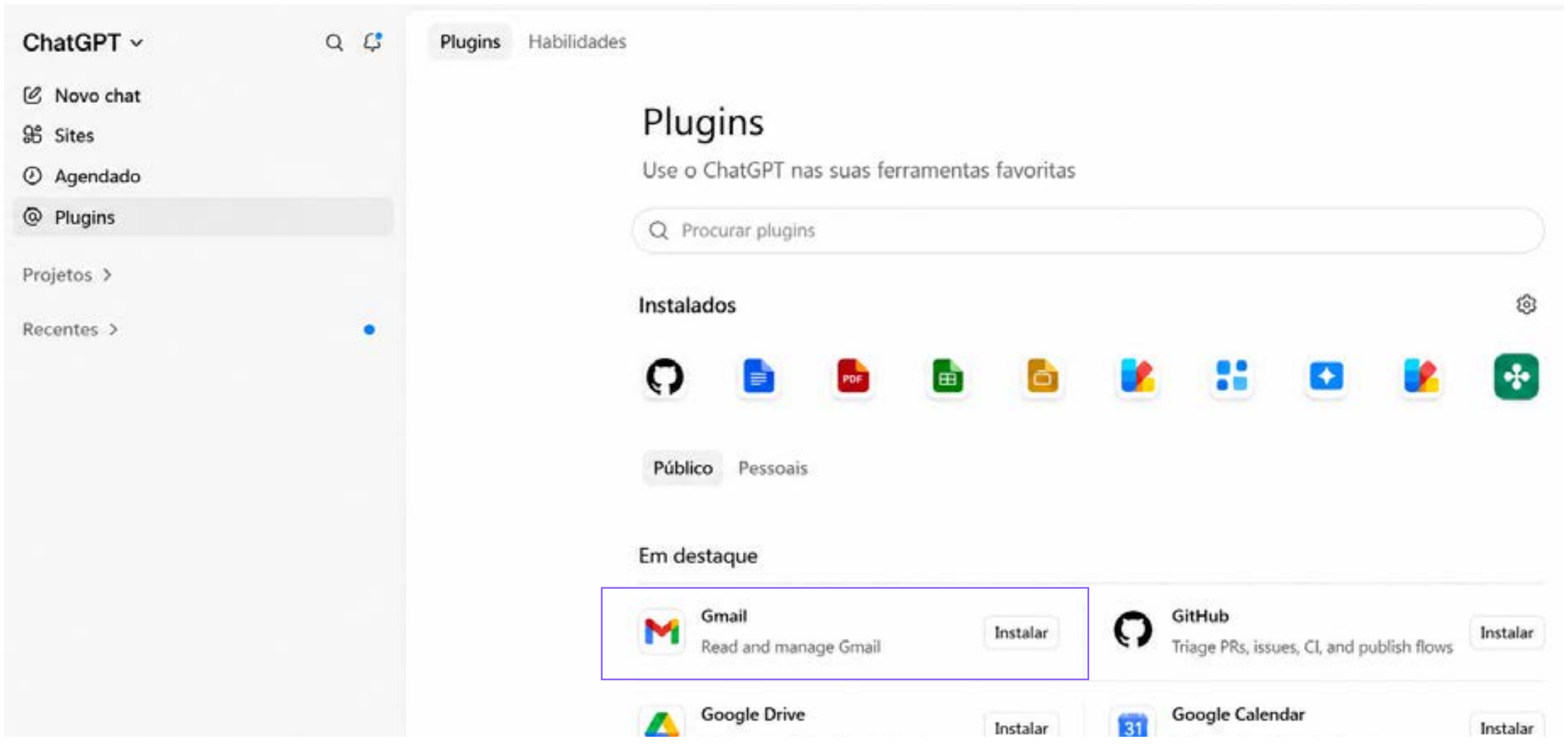


Menu Personalizar › Conectores: o conector do Gmail aparece entre os mais populares.

Pronto. A partir desse momento, o Claude está conectado ao seu Gmail.

No ChatGPT

O caminho é equivalente. Acesse o menu de plugins, localize o plugin do Gmail, que também costuma estar em destaque, e se não estiver, busque por ele e clique em instalar. Em seguida, faça o login com a sua conta do Gmail, exatamente como no Claude.



No ChatGPT, o conector aparece como plugin: localize, instale e autentique.

Com isso, você tem o Gmail conectado nas duas ferramentas e pode comparar o comportamento de cada uma.

CAPÍTULO 4

Passo 2 – Permissões: a diferença real entre as duas ferramentas

Claude: controle granular

Quando você configura o conector do Gmail no Claude, ele te permite configurar em detalhe como cada permissão funciona. Para cada tipo de ação, você escolhe entre três comportamentos:

COMPORTAMENTO	QUANDO USAR
Sempre perguntar antes de executar	Padrão recomendado na fase de maturação do agente.
Executar sem perguntar	Apenas para ações já validadas e de baixo risco.
Nunca permitir	Ações destrutivas ou sensíveis (excluir, por exemplo.)

ChatGPT: aprovação obrigatória

No ChatGPT você não tem essa opção de configuração detalhada. A ferramenta sempre assume que precisa perguntar antes de executar cada ação. Isso é mais seguro por padrão, mas também significa menos flexibilidade quando você já confia no agente e quer que ele rode sem interrupções.

O QUE ISSO SIGNIFICA NA PRÁTICA

Na fase de aprendizado, a diferença é pequena. Nos dois casos, você quer aprovar tudo.

Na fase de operação, o Claude permite reduzir o atrito de forma seletiva: libera o que é seguro e mantém o pedido de aprovação no que é sensível.

Nós vamos desenvolver a ideia nas duas ferramentas, e você decide qual atende melhor ao seu caso.

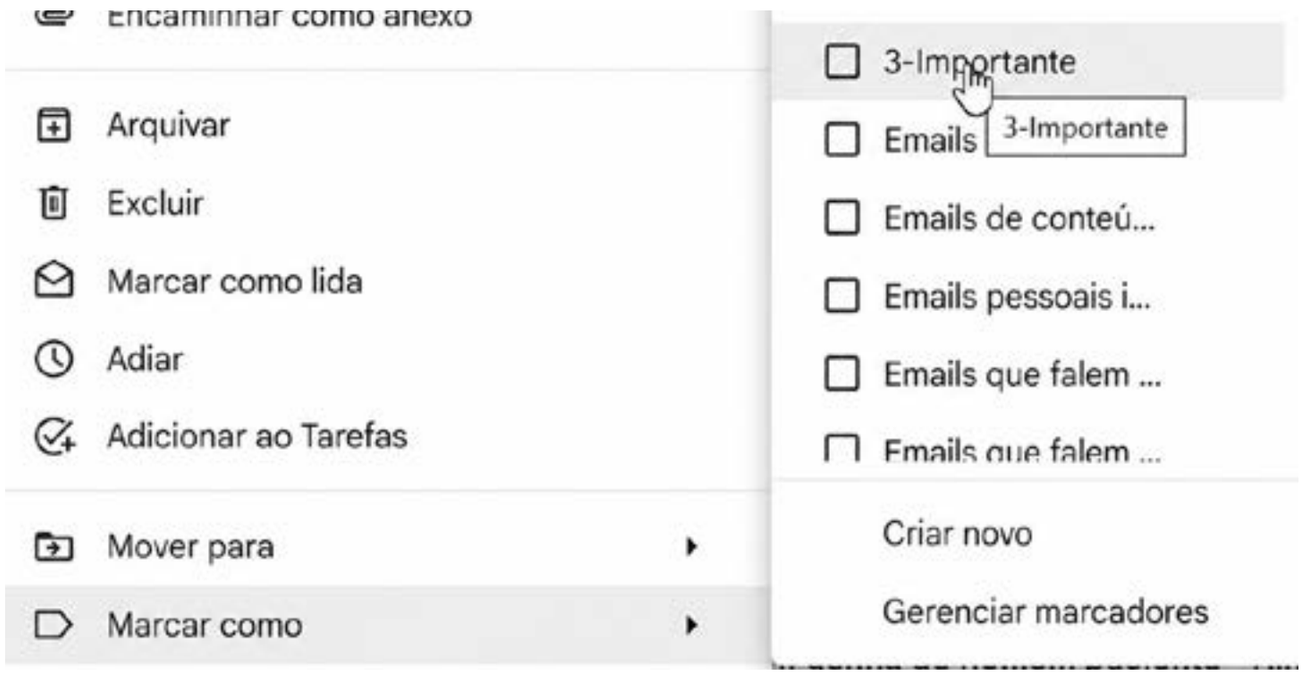
CAPÍTULO 5

Passo 3 – O processo: categorias e labels

Chegamos à parte mais importante do e-book. Vamos usar um recurso do Gmail chamado labels, ou marcadores, que permite categorizar e-mails como se fossem pastas.

O que são labels

Abra um e-mail qualquer na sua caixa e procure a opção “Marcar como”. Ali você encontra os labels disponíveis. Etiquetas que funcionam como pastas, com uma vantagem: um mesmo e-mail pode receber mais de uma. Vamos usar esse recurso para separar os e-mails e garantir que você consiga enxergá-los de maneira organizada.



Os labels do Gmail funcionam como pastas e um e-mail pode receber mais de uma.

Definindo suas categorias

Abra o Bloco de Notas no seu computador. Vamos escrever a instrução do agente ali, em texto simples, sem pressa.

Eu quero que os meus e-mails sejam organizados em sete categorias. As que você vai ler abaixo são as que funcionam para mim, trate-as como exemplo:

`1. <Pessoais importantes>` E-mails que precisam da minha atenção pessoal: pessoas que eu conheço, contas a pagar, pendências, avisos sobre entrega de produtos e similares.

`2. <Conteúdo de IA>` Newsletters e outros conteúdos que falem sobre inteligência artificial, e eu assino várias.

`3. <Conteúdo de tecnologia>` Newsletters e conteúdos sobre tecnologia em geral, que não sejam especificamente de IA.

`4. <Marketing>` Conteúdos e comunicações relacionados a marketing.

`5. <Clientes e leads>` E-mails de clientes ou de pessoas interessadas nos meus serviços, atuais ou potenciais.

6. <Placas de vídeo e LLMs locais> Meu interesse pessoal: todo e-mail que mencione placas de vídeo ou modelos rodando localmente.

7. <Promoções e outros> Promoções em geral e qualquer e-mail que não se encaixe nas categorias anteriores.



DETALHE QUE FAZ DIFERENÇA

Coloque o título de cada categoria entre os sinais de menor e maior `<assim>`. Isso deixa claro para o modelo que aquilo é um título de categoria, e não parte da descrição. É um recurso simples de formatação que melhora sensivelmente a precisão da classificação.

Agora pause a leitura e escreva, no seu Bloco de Notas, a sua versão. Categorias que fazem sentido para a sua vida e para o seu trabalho, e que vão realmente te ajudar a organizar o seu dia.

Definindo o passo a passo do agente

Com as categorias prontas, precisamos dizer o que o agente deve fazer com os e-mails, todos os dias ou cada vez que for chamado. São seis etapas:



ETAPA 1
Ler o inbox

O agente acessa a caixa de entrada e lê os e-mails que estão nela.



ETAPA 2
Categorizar cada e-mail

Classificação de acordo com as definições que você escreveu.

ETAPA 3
Criar um resumo por categoria

Para cada categoria, um resumo do que chegou, assim você sabe tudo o que recebeu sem abrir e-mail por e-mail.



ETAPA 4
Aplicar os labels

Até aqui o agente só fez trabalho de inteligência. Agora ele executa ação: marca cada e-mail com o label da sua categoria dentro do Gmail.

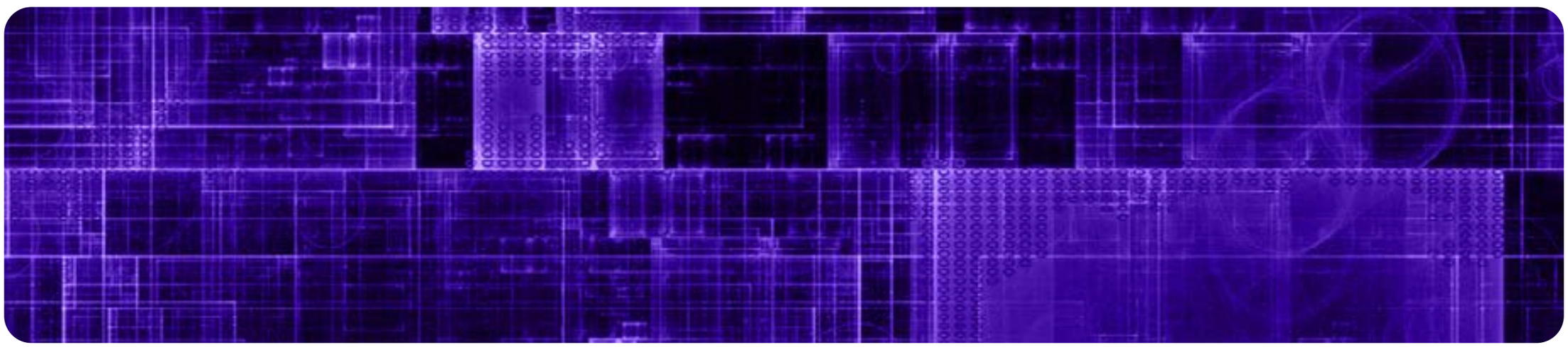
ETAPA 5
Remover o label de inbox

Para que a caixa de entrada fique limpa, explico em detalhe a seguir.



ETAPA 6
Preservar clientes e leads na inbox

E-mails de clientes ou potenciais clientes permanecem na caixa de entrada, porque haverá outro agente cuidando deles.



A escolha do modelo: precisão versus custo

A etapa de categorização merece atenção especial, e aqui vale lembrar o que vimos sobre a inteligência dos modelos.

Se você usar um modelo mais simples, ele provavelmente vai fazer apenas aquilo que foi mandado: categorizar. Um modelo mais avançado e, naturalmente, mais caro, consegue raciocinar melhor, entender nuances dos e-mails e categorizar com mais precisão.

Existe, portanto, uma escolha a ser feita: você quer uma categorização muito precisa, que provavelmente vai custar mais porque exige um modelo mais inteligente, ou uma categorização mais simples, com um modelo mais barato, já é suficiente?

COMO TOMAR ESSA DECISÃO

Esse é o tipo de decisão que você só consegue tomar depois que o agente está rodando. Comece com o modelo mais simples, observe como ele categoriza e avalie. Se você perceber classificações ruins, geralmente porque duas categorias são parecidas ou porque alguma tem muito detalhe, aumentar a inteligência do modelo costuma resolver.

Por que remover o label de inbox

Esta etapa parece técnica, mas é a que faz o agente funcionar de verdade. Todo e-mail que está na sua inbox do Gmail carrega um label invisível, que você não enxerga, mas que é justamente o que faz o e-mail aparecer na caixa de entrada.

Se o agente classificar os e-mails, criar os resumos e aplicar os labels novos, mas não remover o label de inbox, os e-mails continuam na caixa de entrada. E na próxima execução, o que acontece? O agente entra, encontra os mesmos e-mails e faz todo o trabalho de novo, gastando tokens para reprocessar o que já estava pronto.

Removendo o label de inbox, o e-mail sai da caixa de entrada sem ser apagado: ele continua acessível pelo label da categoria. O resultado é uma inbox sempre limpa, contendo apenas os e-mails novos que acabaram de chegar.

A EXCEÇÃO DELIBERADA

E-mails de clientes ou potenciais clientes permanecem na inbox. São mensagens importantes demais para saírem da sua vista, e no próximo agente da série elas terão tratamento próprio, com rascunhos de resposta. Por isso a instrução pede explicitamente para deixá-las onde estão.

E repito o que já dissemos: em nenhum momento o agente exclui e-mails ou move algo para a lixeira. Isso não está no processo, e não deve estar.

CAPÍTULO 6

Passo 4 – O prompt (e como escrevê-lo sem gastar tokens)

Agora vamos pegar o processo que criamos e transformá-lo em um prompt. E aqui eu te passo uma das dicas mais úteis deste e-book.

A dica: escreva o prompt de graça

Existem coisas que você pode fazer sem gastar os seus tokens. Isso é muito importante se você usa uma conta gratuita, e também se usa uma conta paga de tier mais básico, em que a quantidade de tokens disponível é menor.

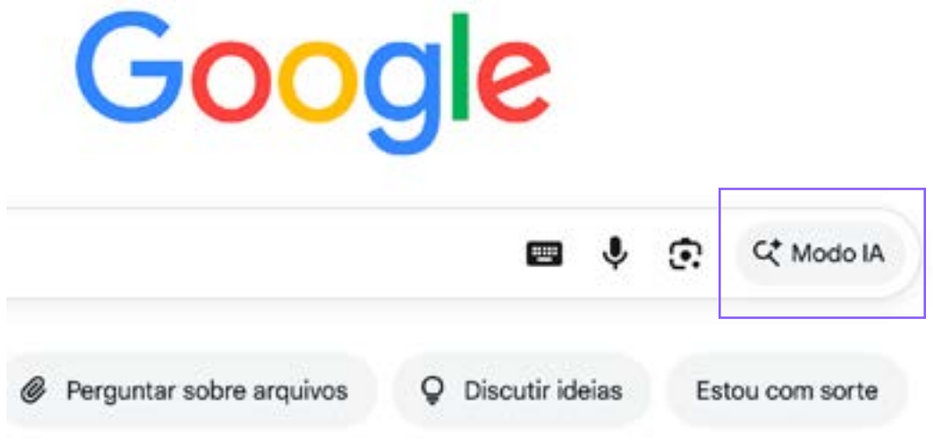
Para criação de prompt, eu normalmente uso o Google AI Mode. Ele é gratuito, tem inúmeras funcionalidades e funciona em qualquer lugar, celular ou computador.

01. Entre em uma tela de busca do Google, como se fosse fazer uma busca normal.

02. Selecione a aba "Modo IA" na barra do Google.

03. Cole o material que você escreveu e peça o prompt.

O Modo IA nada mais é do que o modelo Gemini do Google, um modelo um pouco mais antigo, mas com capacidade muito boa para executar tarefas simples. E escrever um prompt a partir de um processo já estruturado é exatamente uma tarefa simples.



O Modo IA do Google: gratuito e suficiente para a tarefa de redigir prompts.

O que colar e o que pedir

Pegue tudo o que você já escreveu até agora - os seus objetivos, as suas categorias e o processo passo a passo - cole no chat do Google AI Mode e faça o pedido:

```
Crie um prompt para a criação de um agente autônomo
que execute as tarefas propostas abaixo.

[cole aqui seus objetivos, suas categorias e seu
 processo passo a passo]
```

Ele vai escrever um prompt completo, que você pode copiar e usar nas suas ferramentas na próxima etapa.

POR QUE ISSO FUNCIONA TÃO BEM

Você não está pedindo para a IA inventar o seu processo, isso ela faria mal. Você está pedindo para ela traduzir em linguagem de prompt um processo que VOCÊ já pensou e estruturou. A inteligência estratégica continua sendo sua; a IA só cuida da formatação. É por isso que um modelo gratuito dá conta.

CAPÍTULO 7

Passo 5 – Implementação no Cowork e no Work

Agora nós vamos colocar o agente para funcionar. Antes de tentar fazer na sua máquina, eu recomendo que você leia o capítulo inteiro, pois há uma instrução importante no final, no Capítulo 9, sobre como preparar a sua caixa antes de ligar o agente.

No Claude: a funcionalidade Cowork

Abra o Claude, crie um chat novo e selecione a funcionalidade Cowork. A distinção é simples e vale entender: enquanto no chat você faz perguntas e recebe respostas, no Cowork o Claude ajuda você a executar ações e a criar agentes.

01. Garanta que a seção de permissões está em manual, para que ele não execute nada sem que você saiba.

02. Baixe o nível de esforço para médio, já que não precisamos de esforço alto para esta tarefa específica.

03. Cole o prompt e deixe o Cowork começar o trabalho.

Daqui em diante, ele assume e auxilia você na criação do agente.

As perguntas que vão aparecer

Eventualmente o Cowork vai fazer algum tipo de pergunta. Normalmente elas estão relacionadas a ações que ele quer executar no Gmail. No meu caso, por exemplo, ele parou e perguntou se podia remover labels de uma thread de e-mails, porque queria retirar o label de inbox, conforme pedimos.

Quando isso aparecer, escolha “permitir para esta tarefa”. Essa opção autoriza a ação durante a execução daquela tarefa, sem conceder permissão permanente.

O resultado

Quando o Cowork terminou, no meu teste, ele relatou as ações executadas: os 27 e-mails do dia foram rotulados com a categoria correspondente e removidos da inbox, conforme a regra, já que nenhum se encaixou na categoria de clientes e leads, a única que é mantida na caixa de entrada.

> *E, o mais importante: nenhum e-mail foi excluído ou movido para a lixeira.*

No ChatGPT: a aba Work

O ChatGPT funciona da mesma forma. Crie um chat, vá até a aba Work, o equivalente ao Cowork, garanta que a opção de solicitar aprovação está ativa para que ele não faça nada sem o seu aval, cole o prompt e coloque para rodar.

No meu teste ele produziu um resumo mostrando todos os e-mails que chegaram, por categoria. Bem-sucedido.

Quando não der certo

É importante você saber que nem sempre o processamento será bem-sucedido. Muitas vezes o prompt que entregamos tem algum tipo de deficiência, ou o próprio processamento do ChatGPT e do Claude acaba não funcionando como esperado, e o resultado na inbox não é o ideal.

O ponto que muda tudo é este: o Cowork e o Work são ambientes de desenvolvimento em conjunto com a inteligência artificial. Se alguma coisa der errado, você pode simplesmente avisar.

```
Não funcionou. Aconteceu o seguinte problema: [descreva].
```

O próprio agente vai procurar entender o que deu errado, reescrever o prompt interno dele e executar novamente. Você não precisa voltar à estaca zero nem reescrever nada manualmente.

PENSE ASSIM:

Não trate o Cowork como um formulário que você preenche e aperta enviar. Trate como um colega com quem você está construindo algo. Reportar o erro em linguagem natural é parte do método de trabalho, não um sinal de que você fez algo errado.

CAPÍTULO 8

Evoluindo o agente: o resumo do dia na sua caixa

O resumo está aparecendo dentro do chat do Cowork, mas ele seria muito mais útil se chegasse como um rascunho de e-mail dentro do próprio Gmail.

Eu não quero ter que entrar todos os dias no Claude e abrir o chat para ver qual foi o resumo dos e-mails do dia. Quero que o resumo esteja na minha caixa, pronto, esperando por mim.

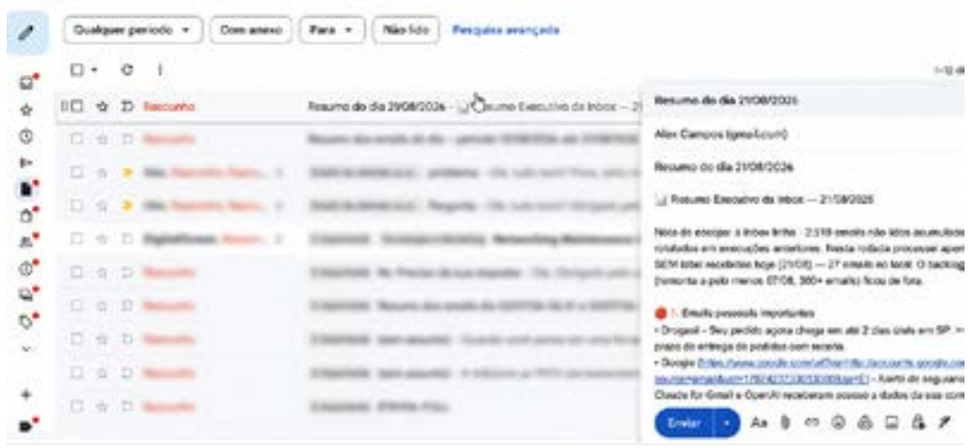


Usando a conversa para adicionar funcionalidade

Vamos aplicar exatamente o conceito do capítulo anterior, aquele que usamos para corrigir erros, mas agora para incluir uma funcionalidade nova. Basta dar a ordem ao Cowork:

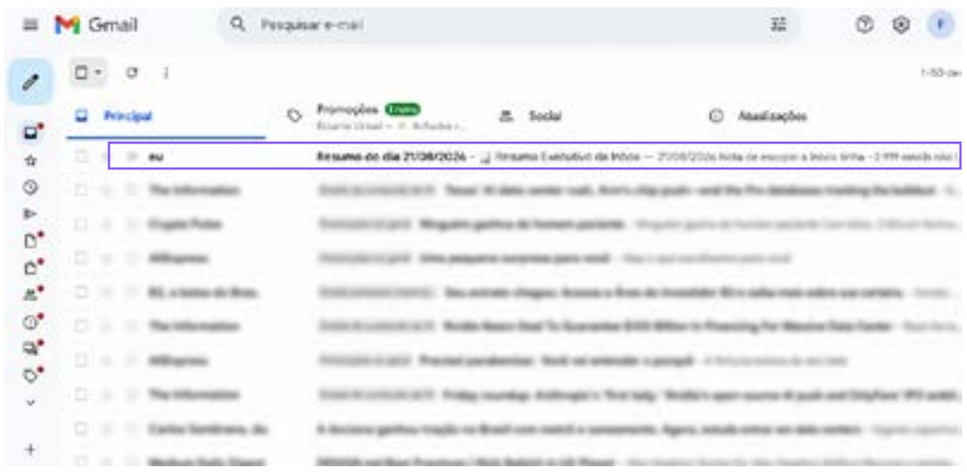
```
Crie um rascunho de e-mail com o resumo do dia,
com o assunto "Resumo do dia XX" (onde XX é a data
resumida), e direcione o e-mail para mim.
```

O Cowork vai alterar o processo que já construímos, incorporando a nova etapa. No meu teste, ao terminar, ele informou que havia criado o resumo, e ele estava mesmo na minha caixa de rascunhos, com o resumo executivo do dia pronto. Bastava enviar para mim mesmo.



O resumo executivo do dia entregue como rascunho, pronto para ser enviado.

O resultado que você quer alcançar



A inbox depois do agente: um resumo por dia, em vez de centenas de mensagens.

O objetivo final é uma caixa de e-mail parecida com esta: em vez de um monte de e-mails acumulados na inbox, você tem os resumos de cada dia. Pode consultar rapidamente o que cada dia trouxe de informação relevante, e passa a se preocupar com os resumos em vez de cada e-mail individualmente.

CAPÍTULO 9

Preparando a inbox: a label de legado

Se a sua caixa nunca foi organizada antes e você quer deixá-la limpa, que eu imagino ser o objetivo de quem chegou até aqui, existe um passo preparatório que você precisa fazer ANTES de ligar o agente.

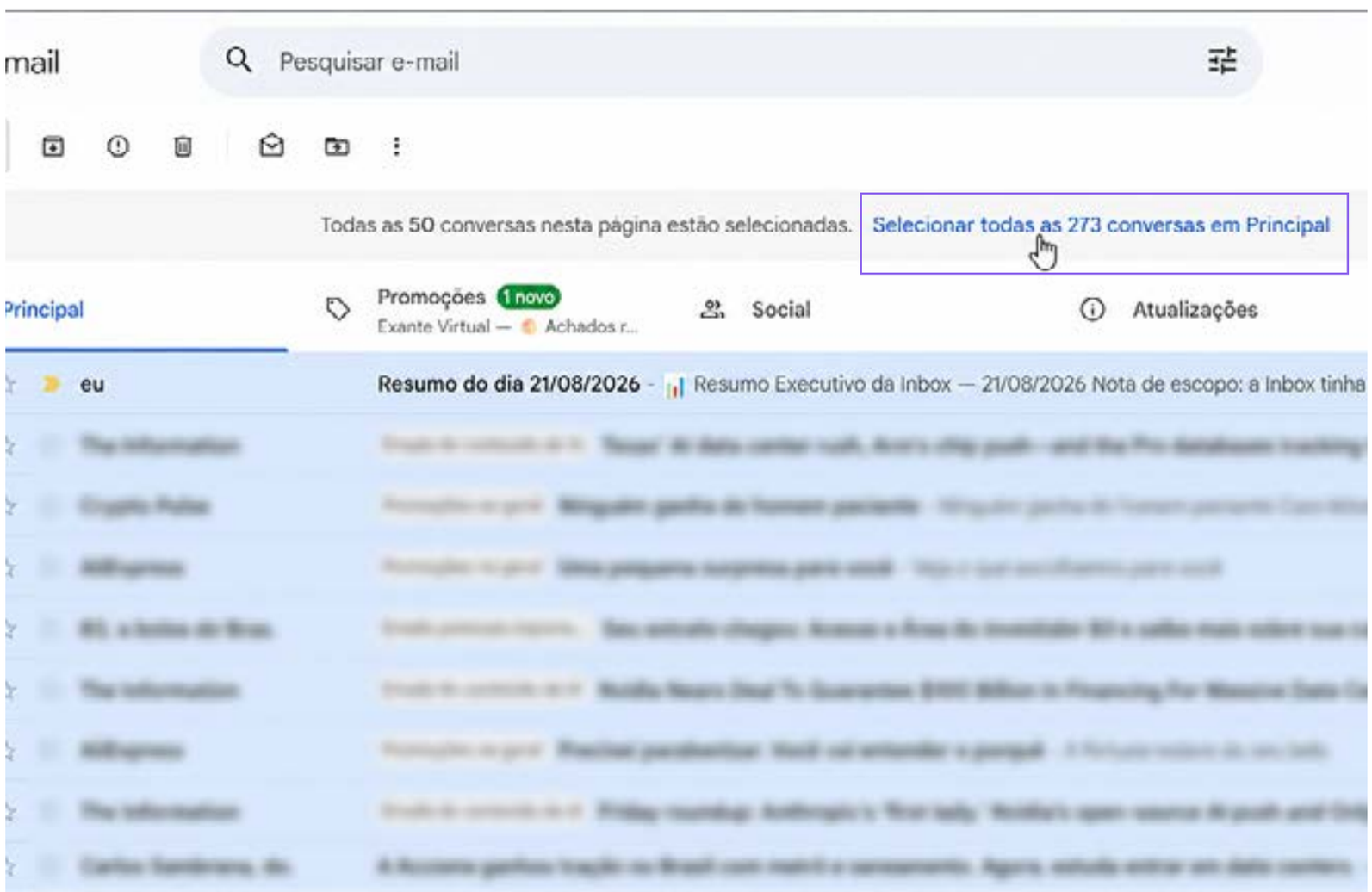
⚠ O PROBLEMA QUE VOCÊ VAI EVITAR

Se você ligar o agente com a caixa cheia de histórico, ele vai tentar organizar e-mails de um passado distante e gastar muito token no processo. Antes de ligar o meu, eu tinha mais de 60.000 e-mails na caixa. Se eu tentasse organizar todos, estaria classificando e-mail de 2013 e provavelmente não teria token suficiente para terminar.

A solução é simples: mova todo o histórico para um label de legado antes de ligar o agente. Assim ele começa a trabalhar apenas com o que chega de agora em diante.

Como fazer, passo a passo

- No menu lateral do Gmail, vá até a aba de marcadores e clique no sinal de mais para criar um novo label.
- Dê a ele um nome que indique histórico: “Legado”, “Antigos”, ou qualquer coisa que signifique “e-mails pré-agente”.
- No topo da lista de e-mails, clique no quadradinho de seleção.
- Atenção a este ponto: esse quadradinho seleciona apenas os 50 e-mails exibidos na página, porque o Gmail armazena de 50 em 50. Procure a opção “Selecionar todas as conversas” que aparece em seguida e clique nela.
- Clique na setinha de “Mover para” e escolha o label que você acabou de criar.



O detalhe crítico: “Selecionar todas as conversas”. Sem isso, só 50 e-mails são movidos.

TENHA PACIÊNCIA NESTA ETAPA

Se você tiver uma quantidade muito grande de e-mails, a movimentação pode levar alguns minutos ou até horas. Na primeira vez que fiz, eram 65.000 mensagens e levou quase duas horas para transferir tudo. Se demorar, não se preocupe, deixe rodando, ele vai concluir.

Com a inbox preparada, você evita a frustração de ligar o agente e descobrir que não tem token suficiente para o que ele tentou fazer.



CAPÍTULO 10

Tornando o agente autônomo: habilidades e agendamento

Agora que você tem uma inbox preparada e um agente funcionando, vamos fazer com que ele se torne realmente autônomo, rodando sozinho, sem você pedir.

No Claude: transformando em habilidade

Digite o seguinte comando no chat do Cowork:

```
Agora transforme essa instrução em uma habilidade
e agende-a para rodar todos os dias às 8 da manhã.
```

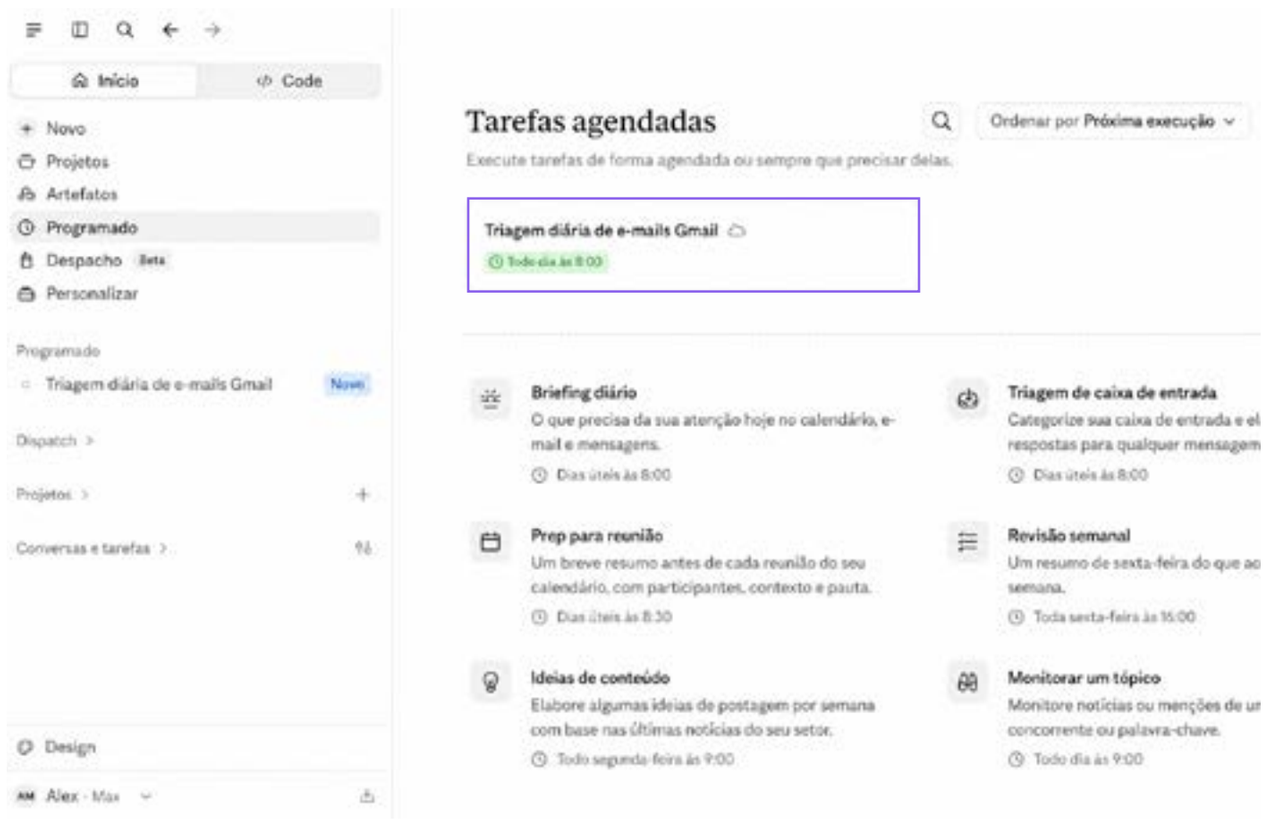
Se ele fizer alguma pergunta, leia com atenção, pois provavelmente significa que ele quer algum tipo de autorização sua.

01. Do lado direito vai aparecer um artifact, um artefato, com o texto da habilidade que foi criada.

02. Ele vai pedir permissão para fazer o agendamento. Autorize.

03. Ao final, ele oferece a opção de salvar a habilidade recém-criada. No meu caso a opção era atualizar, porque eu já tinha uma salva.

Pronto, a sua habilidade está salva. Se quiser conferir o agendamento, vá até a opção "Programado": a habilidade estará lá, pronta para ser executada todos os dias às 8 da manhã.



A habilidade agendada. O ícone de nuvem indica execução na infraestrutura do Claude.

O avanço da execução na nuvem

Um avanço recente do Claude é que as tarefas agendadas agora são executadas na nuvem, dependendo do tipo de recurso que elas usam. Isso está até indicado com um ícone de nuvem ao lado da tarefa.

Isso ajuda muito. Até pouco tempo atrás, você precisaria manter o computador ligado para que a execução acontecesse. Agora não precisa, uma vez que o agente roda mesmo com a sua máquina desligada.

No ChatGPT: o mesmo caminho, com uma limitação

Cole a mesma instrução que usamos no Cowork, agora na aba Work do ChatGPT, e deixe ele trabalhar. Para verificar o agendamento, acesse o menu “Agendado” e você verá a atividade programada no horário que determinou.

DIFERENÇA IMPORTANTE ENTRE AS FERRAMENTAS

No ChatGPT não existe o agendamento na nuvem como no Claude. O computador precisa estar ligado e com o ChatGPT aberto para que a atividade aconteça. Se você quer um agente verdadeiramente independente da sua máquina, o Claude leva vantagem neste ponto específico.

CRITÉRIO	CLAUDE	CHATGPT
Controle de permissões	Granular, por tipo de ação	Sempre pede aprovação
Ambiente de construção	Cowork	Work
Agendamento	Sim	Sim
Execução na nuvem	Sim (conforme o recurso)	Não exige PC ligado
Salvar como habilidade	Sim	Sim

Está aí o que foi prometido: entregue. A partir de hoje, você não precisa mais gastar tempo lendo e-mails que não são úteis para você e nem respondendo e-mails de rotina.

PARTE III

DO PRIMEIRO AGENTE AO RESTO DA SUA ROTINA

CAPÍTULO 11

O mesmo método, em qualquer área

Repare que o que você aprendeu aqui não foi “como organizar e-mail”. Foi um método, e ele se aplica a qualquer tarefa repetitiva da sua rotina:

- Descreva o processo com clareza: o que ler, o que decidir, o que executar.
- Defina as categorias ou critérios de decisão com os seus próprios termos.
- Peça a uma IA gratuita para transformar isso em prompt.
- Implemente em modo manual e revise cada ação.
- Ajuste conversando, até acertar de forma consistente.
- Transforme em habilidade e agende.

Esse ciclo é o mesmo para triagem de documentos, acompanhamento de planilhas, relatórios periódicos, organização de agenda, controle de gastos. Troque o conector e as categorias, mantenha o método.

Um exemplo de onde isso pode chegar

Eu criei uma assistente que me avisa de tudo. Ela tem acesso à minha agenda pessoal, aos meus gastos e à minha rotina, e organiza tudo para mim: manda um resumo de como eu estou gastando meu dinheiro, me alerta quando eu passo do ponto e me lembra das reuniões.

Agora estou desenvolvendo outra função para ela. Eu mando a lista de produtos que comprei para casa e aviso toda vez que algo acaba. Ela anota, e quando um item está prestes a terminar, me lembra de comprar, informando onde está mais barato perto de casa. O próximo passo é fazê-la comprar sozinha, nos mercados melhores e mais em conta.



O PRÓXIMO PASSO É SEU

Se você quer ir além do básico, o caminho natural é o **Desafio Dominando IA**:

30 aulas que vão do básico ao avançado, mais os cases práticos de como usamos IA em cada área-chave da Empiricus: marketing digital, edição de vídeo, social media, financeiro, CRM, mercado financeiro e BI, que é a minha área há oito anos. Gravamos um conteúdo com o gestor de cada uma delas. Você recebe também os prompts dos principais agentes que usamos aqui.

A trilha cobre desde o essencial: para que serve cada IA, qual é melhor em qual função, como economizar tokens, até nível intermediário (criar vídeos, imagens, aplicativos, sites, integrar IA ao Excel, PowerPoint e CRM) e avançado (IA criando IA, open source, VPS, automações).

COMO FUNCIONA O ACESSO

O investimento é de R$ 1.283,39, valor com o módulo avançado incluído, que originalmente seria cobrado à parte (a referência cheia seria 40 aulas a R$ 29,90, ou R$ 1.196,00, sem o avançado).

12 meses de acesso, para você assistir no seu ritmo. Mas a dica é terminar e aplicar rápido, para pegar o jeito da coisa.

Vendo uma aula por dia, você conclui todo o conteúdo em um mês.

CLIQUE AQUI PARA ACESSAR

Acesso às 30 aulas, cases e agentes prontos.

Espero te ver do outro lado.

ANEXOS

PROMPTS, CHECKLIST E GLOSSÁRIO

ANEXO A

Os prompts dos agentes

Prompt 1 — Agente organizador de caixa de entrada

```
Você é um agente autônomo responsável por organizar minha
caixa de entrada do Gmail. Execute o processo abaixo na
ordem indicada, sem pular etapas.

CATEGORIAS
Classifique cada e-mail em UMA das sete categorias abaixo:

<Pessoais importantes> — e-mails que precisam da minha
atenção pessoal: pessoas que eu conheço, contas a pagar,
pendências, avisos de entrega de produtos e similares.

<Conteúdo de IA> — newsletters e conteúdos sobre
inteligência artificial.

<Conteúdo de tecnologia> — newsletters e conteúdos sobre
tecnologia em geral, que não sejam especificamente de IA.

<Marketing> — conteúdos e comunicações sobre marketing.

<Clientes e leads> — e-mails de clientes ou de pessoas
interessadas nos meus serviços, atuais ou potenciais.

<Placas de vídeo e LLMs locais> — e-mails que mencionem
placas de vídeo ou modelos de linguagem rodando localmente.

<Promoções e outros> — promoções em geral e qualquer e-mail
que não se encaixe nas categorias anteriores.

PROCESSO
1. Leia os e-mails presentes na minha caixa de entrada
   (inbox).
2. Categorize cada e-mail de acordo com as definições acima.
3. Crie um resumo do conteúdo recebido para CADA categoria,
   indicando quantos e-mails chegaram e os pontos relevantes.
4. Aplique no Gmail o label correspondente à categoria de
   cada e-mail. Crie o label caso ele ainda não exista.
5. Remova o label de inbox dos e-mails que você classificar,
   para que a caixa de entrada permaneça limpa.
6. EXCEÇÃO: e-mails da categoria <Clientes e leads> devem
   MANTER o label de inbox e permanecer na caixa de entrada.
```

7. Crie um rascunho de e-mail endereçado a mim, com o assunto "Resumo do dia [DATA]", contendo o resumo executivo de todas as categorias.

RESTRIÇÕES OBRIGATÓRIAS
- NUNCA exclua um e-mail.
- NUNCA mova e-mails para a lixeira ou para spam.
- NUNCA envie o e-mail de resumo: deixe-o apenas como rascunho, para minha revisão.
- Solicite minha aprovação antes de executar ações de escrita no Gmail.
- Ao final, relate exatamente quais ações foram executadas e em quantos e-mails.

Para transformar este prompt em rotina diária, use o comando do Capítulo 10:

Agora transforme essa instrução em uma habilidade e agende-a para rodar todos os dias às 8 da manhã.

Prompt 2 — [Social Midia 1]

Você será meu estrategista de conteúdo para YouTube, especializado em criptomoedas e mercado financeiro.

Vou enviar a pauta da live do dia. Com base apenas nas informações da pauta, entregue:

Passo 1. Três opções de título

** Otimizadas para CTR e SEO no YouTube.*
** Devem conter palavras-chave relevantes (Bitcoin, Ethereum, criptomoedas, ETFs, Fed, Lei CLARITY, etc., quando fizer sentido).*
** Devem despertar curiosidade sem recorrer a clickbait enganoso.*

Passo 2. Três opções de thumb

Para cada uma, informe:
** Texto principal (máximo de 5 palavras);*
** Sugestão de elementos visuais;*

Passo 3. Descrição completa da live

Siga sempre este formato:
** Um parágrafo inicial curto resumindo o principal tema da live, citando tb o nome do apresentador.*
** Uma lista com os principais assuntos que serão abordados.*

** Encerramento com:*

📅 Ao vivo, às 10h.
📅 Lives diárias.
📊 Análises estratégicas.
🚀 Bitcoin, altcoins e tendências globais.

A descrição deve ser otimizada para SEO, incluindo naturalmente as principais palavras-chave da pauta, especialmente nos dois primeiros parágrafos. Escreva pensando tanto no algoritmo do YouTube quanto no leitor, mantendo uma linguagem jornalística, objetiva e profissional.

Ao final, indique qual combinação de título + thumb você considera a melhor para maximizar CTR e explique sua escolha em uma frase.

Prompt 3 — [Social Midia 2]

A partir do roteiro abaixo, crie o pacote completo de divulgação para YouTube da Empiricus, com foco em SEO, CTR e linguagem chamativa, inteligente e não-cafona.

Entregue:

5 opções de títulos, explorando ângulos diferentes.

5 opções de thumbs curtas e clicáveis, sem repetir exatamente o título.

Defina a principal palavra-chave de SEO e use-a naturalmente nos títulos e na descrição.

Escreva uma descrição completa e otimizada para SEO, com CTA para curtir, se inscrever no canal e ativar as notificações.

Sugira 8 a 12 hashtags relevantes.

No final, escolha a melhor combinação de título + thumb e explique brevemente por quê.

Não invente informações que não estejam no roteiro. Priorize os ganchos, conflitos, consequências e pontos de curiosidade do conteúdo. Use linguagem forte quando o roteiro permitir, mas sem clickbait que prometa algo que o vídeo não entrega.

ROTEIRO:

[COLE O ROTEIRO AQUI]

Prompt 4 — [Pesquisa de Marketing]

```
Cruze os dados e me dê um direcionamento para o time de copy:

- que tipo de abordagem usar para vender
- quais objeções quebrar e como
- ângulos e ideias com mais chance de conversão
- tudo mais que for relevante para criar os melhores conteúdos

Linguagem simples e direta, pensada para quem escreve a copy. Nada de termos técnicos de estatística no texto final.

Por trás, garanta que os números sejam confiáveis:

- Só use como argumento dados com base grande o suficiente (pelo menos 100 respostas). Grupos pequenos, no máximo como pista.
- Só diga que um grupo é diferente de outro se a diferença for real, e não variação normal da amostra.
- Confira se os números batem entre si antes de usar.
- Quando algo for dedução sua, e não dado da pesquisa, marque com "(a testar)".
- Se um número importante não for confiável, avise em uma linha.
```

Prompt 5 — [Audiovisual]

```
Abra as 4 abas antes de começar

1. chat.openai.com
2. elevenlabs.io
3. hailuoai.video
4. capcut.com

PASSO 1 — Briefing do projeto

Você é um diretor criativo especialista em produção audiovisual com IA.

Antes de criar qualquer coisa, me faça as perguntas abaixo uma por uma para entender

o projeto:

1. Que tipo de vídeo vamos criar?
- Comercial / anúncio
- Vídeo de vendas
- Clipe musical
- Peça 2D (motion graphics, animação)
- Peça 3D (produto, ambiente, personagem)
```

- Abertura / vinheta
- Trailer / teaser
- Conteúdo para redes sociais (Reels/TikTok)

2. Qual é o produto, marca ou tema do vídeo?

3. Qual o público-alvo?

4. Qual o tom?

(épico / emocional / divertido / sofisticado / urgente / inspirador)

5. Qual a duração? (15s / 30s / 60s)

6. Onde vai ser publicado?

(Instagram / YouTube / TV / apresentação)

7. Que tipo de VFX você quer usar?

EFEITOS EM IMAGEM (gerados no ChatGPT):

- Partículas e energia (rastros de luz, explosões)
- Fogo e fumaça (chamas, névoa, vapor)
- Água e líquidos (ondas, respingos, reflexos)
- Glitch e digital (falhas de tela, holograma)
- Natureza e atmosfera (raios, vento, poeira)
- Peça 3D integrada (produto flutuando, rotação)
- Sem VFX (só cinematografia e iluminação)

EFEITOS EM VÍDEO (gerados no Hailuo / Runway):

- Câmera lenta extrema (slow motion dramático)
- Morphing (transformação de uma coisa em outra)
- Zoom infinito (câmera entra pelo produto)
- Explosão de partículas em movimento
- Distorção de tempo (time freeze + movimento)
- Efeito espelho e duplicação de cena
- Transição por luz (cena some em flash de luz)

Depois que eu responder tudo, crie a pré-produção completa em formato de tabela com 4 cenas:

- Cenas 1, 2 e 3: conteúdo principal do vídeo
- Cena 4: vinheta final com o logo do produto centralizado, fundo escuro premium,

VFX de saída elegante

- Decupagem técnica de cada cena
- VFX específico de imagem e vídeo por cena
- Texto de narração em off (máx. 8 palavras por cena)

PASSO 2 — Storyboard visual (1 imagem com 4 frames)

Agora crie o storyboard completo do vídeo em UMA ÚNICA IMAGEM com 4 frames lado a lado.

Formato da imagem:

- 4 frames dispostos horizontalmente
- Cada frame identificado:

CENA 1 / CENA 2 / CENA 3 / CENA 4

- Abaixo de cada frame: nome do ângulo utilizado

Os frames devem ter ângulos DIFERENTES:

- CENA 1: Plano geral ou médio
(apresenta o produto/personagem no ambiente)

- CENA 2: Close ou plano detalhe
(foco no elemento principal com VFX)

- CENA 3: Contra-plongée ou plano aberto
(momento épico e de impacto)

- CENA 4: Plano centralizado — VINHETA FINAL
(logo do produto centralizado, fundo escuro premium, partículas ou luz saindo do logo)

Cada frame deve mostrar:

- O enquadramento e ângulo específico da cena
- O VFX de imagem integrado
- A atmosfera, iluminação e clima da cena
- Mesma paleta de cores em todos os frames

Estilo: fotografia comercial cinematográfica realista.

Formato da imagem final: horizontal (landscape).

Sem texto além dos títulos de cada cena e ângulo.

PASSO 3 — Imagens finais das cenas

Cena 1:

Agora gere a imagem final da CENA 1 separadamente.

Use o frame 1 do storyboard como referência exata: mesmo ângulo, mesmo enquadramento, mesmo VFX.

Aumente a qualidade e o detalhamento cinematográfico.

Estilo: fotografia comercial realista, premium.

Formato vertical 9:16. Sem texto na imagem.

Cena 4 — Vinheta final:

Agora gere a imagem final da CENA 4 — VINHETA:

Logo do produto centralizado na tela.

Fundo escuro premium, quase preto.

VFX de saída: partículas ou luz irradiando suavemente ao redor do logo.

Iluminação: suave, elegante, sofisticada.

Mesma paleta de cores do vídeo.

Formato vertical 9:16. Apenas o logo, sem texto.

PASSO 4 — Texto de locução

Agora crie o texto completo de locução do vídeo com base na narração de cada cena da pré-produção.

Entregue:

1. Texto de locução por cena (máx. 8 palavras cada)

2. Tom de voz sugerido:

(grave e épico / suave e emocional / firme e direto / sofisticado e pausado)

3. Ritmo sugerido:

(lento e dramático / médio e fluido / rápido e energético)

4. Texto completo unificado para colar direto no ElevenLabs

PASSO 5 — Prompts de movimento para o Hailuo

Agora crie um prompt curto de movimento em inglês para cada cena, para usar no Hailuo AI.

O movimento deve ser cinematográfico e alinhado com o ângulo, enquadramento e VFX de vídeo escolhido no briefing.

Responda em lista:

Cena 1 — Movimento:
Cena 2 — Movimento:
Cena 3 — Movimento:
Cena 4 — Movimento: (movimento sutil e elegante para a vinheta — logo surgindo com partículas)

PASSO 6 — ElevenLabs

1. Acesse elevenlabs.io ➡️ Text to Speech

2. Cole o texto unificado gerado no Passo 4

3. Escolha a voz adequada ao tom do projeto

4. Ajuste a velocidade conforme o ritmo sugerido

5. Clique em Generate ➡️ baixe o MP3

PASSO 7 — Hailuo AI

Para cada uma das 4 imagens finais:

1. Clique em “Image to Video”

2. Faça upload da imagem da cena

3. Cole o prompt de movimento correspondente

(gerado no Passo 5)

4. Clique em gerar e aguarde

5. Baixe o clipe gerado

PASSO 8 — CapCut

1. Novo projeto ➡️ formato 9:16

2. Importe os 4 clipes na sequência

(Cenas 1, 2, 3 + Vinheta final)

3. Importe o MP3 do ElevenLabs

4. Transição entre cenas 1, 2 e 3: corte seco

5. Transição para a Cena 4 (vinheta): fade suave

6. Trilha ➡️ banco do CapCut

➡️ *filtrar pelo tom do projeto*

(epic / cinematic / tech / emotional)

7. Volume: trilha 30% · narração 100%

8. Exporte: 1080p · 9:16

ANEXO B

Checklist de implementação

Use esta lista para acompanhar sua construção. A ordem importa, especialmente o item 7, que deve vir antes de qualquer agendamento.

- [ ] **Conta criada no Claude ou no ChatGPT.** Gratuita já serve para começar.
- [ ] **Conector do Gmail instalado e autenticado.** Menu Personalizar › Conectores (Claude) ou menu de plugins (ChatGPT).
- [ ] **Permissões configuradas em modo manual.** Nada deve ser executado sem a sua aprovação nesta fase.
- [ ] **Minhas categorias escritas no Bloco de Notas.** Entre os sinais < e >, com descrição clara de cada uma.
- [ ] **Processo passo a passo definido.** O que ler, o que decidir, o que executar.
- [ ] **Prompt gerado no Google AI Mode.** Gratuito — não gaste tokens com esta etapa.
- [ ] **Histórico movido para a label de legado.** FAZER ANTES de ligar o agente, para não gastar tokens com e-mails antigos.
- [ ] **Primeira execução no Cowork / Work com revisão.** Aprove ação por ação e observe o raciocínio.
- [ ] **Resultado conferido no Gmail.** Labels aplicados? Inbox limpa? Clientes preservados? Nada excluído?
- [ ] **Rascunho de resumo do dia funcionando.** Capítulo 8: a instrução adicional ao Cowork.
- [ ] **Erros reportados e prompt ajustado.** Converse com o Cowork em vez de reescrever do zero.
- [ ] **Sequência de acertos consistente observada.** Só avance quando o agente acertar de forma repetida.
- [ ] **Transformado em habilidade e agendado.** Capítulo 10: verifique no menu Programado.
- [ ] **Execução na nuvem confirmada (Claude).** Ícone de nuvem ao lado da tarefa. No ChatGPT, o PC precisa ficar ligado.

ANEXO C

Glossário

Agente autônomo · Uma IA configurada para executar um processo definido por você, de forma independente e recorrente, incluindo ações reais em ferramentas externas, e não apenas responder perguntas.

Artifact (artefato) · Painel lateral do Claude onde o conteúdo gerado, como o texto de uma habilidade — aparece de forma estruturada e editável.

Conector / plugin · Integração que autoriza a IA a acessar e agir dentro de outra ferramenta, como o Gmail. É o que transforma um chat em agente capaz de executar.

Cowork (Claude) / Work (ChatGPT) · Ambientes de construção em conjunto com a IA. Enquanto o chat é para perguntas e respostas, estes ambientes servem para executar ações e criar agentes.

Google AI Mode · Modo de IA da busca do Google, baseado no modelo Gemini. Gratuito e adequado para tarefas simples, como redigir prompts sem consumir os seus tokens.

Habilidade (skill) · Instrução salva como rotina reutilizável, que pode ser agendada para rodar automaticamente em horários definidos.

Humano no loop · Prática de manter uma pessoa revisando e aprovando as ações do agente, em vez de conceder autonomia total.

Label (marcador) · Etiqueta do Gmail que funciona como pasta. O label de inbox é invisível e é o que faz um e-mail aparecer na caixa de entrada, removê-lo limpa a inbox sem apagar nada.

Permissionamento · Configuração que define se o agente pode executar uma ação livremente, se deve pedir aprovação antes, ou se nunca pode executá-la.

Prompt · O conjunto de instruções que você entrega à IA. No caso de um agente, é a tradução do seu processo em linguagem executável.

Token · Unidade de processamento consumida pelos modelos de IA. Quanto mais texto processado, mais tokens gastos, por isso evitamos reprocessar e-mails antigos.

empiricus

FÁBRICA

[AGENTES DE IA]

Acompanhe as redes da Empiricus