



APOSTAS ONLINE E EDUCAÇÃO FINANCEIRA: riscos, escolhas e consciência



**CONHECIMENTO
EM FOCO**



SICOOB
Instituto

APOSTAS ONLINE E EDUCAÇÃO FINANCEIRA: riscos, escolhas e consciência

INSTITUTO SICOOB



**CONHECIMENTO
EM FOCO**

SUMÁRIO

Introdução	4
1. O que são bets e por que elas se espalharam tão rápido?	6
2. Apostar não é investir: uma diferença essencial	7
3. Os impactos das bets nas finanças pessoais e familiares	9
4. Educação financeira como ferramenta de proteção	11
5. Autoconhecimento: o papel das emoções nas decisões financeiras	12
6. As escolhas financeiras e seus impactos na comunidade	14
7. Caminhos práticos para uma relação mais saudável com o dinheiro	15
8. Cidadania Financeira é um caminho	16
Referências e materiais de apoio	21

INTRODUÇÃO

As apostas online, popularmente conhecidas como *bets*, passaram a ocupar um espaço cada vez maior na vida dos brasileiros. Estão nos celulares, nas transmissões esportivas, nas redes sociais e em campanhas publicitárias que prometem ganhos rápidos, emoção e diversão. Para muitas pessoas, as bets surgem como uma alternativa para “ganhar um dinheiro a mais”, aliviar dificuldades financeiras ou até substituir investimentos tradicionais.

No entanto, por trás desse crescimento acelerado, existem riscos importantes que precisam ser compreendidos. **Quando apostas são confundidas com investimentos, quando decisões financeiras são tomadas por impulso ou quando o dinheiro deixa de ser planejado, os impactos podem ultrapassar o orçamento individual e atingir famílias inteiras e comunidades.**





Cidadania Financeira

É a capacidade de tomar decisões financeiras conscientes, responsáveis e autônomas, considerando não apenas o impacto individual, mas também os efeitos sobre a família, a comunidade e a sociedade.

Esta cartilha foi elaborada pelo Instituto Sicoob como parte das ações do Programa Conhecimento em Foco, com o objetivo de promover informação, reflexão e consciência, a partir do conceito de Cidadania Financeira. Aqui, o convite não é para o julgamento, mas para o diálogo, o autoconhecimento e a construção de escolhas financeiras mais responsáveis, equilibradas e alinhadas aos valores do cooperativismo.

Falar sobre *bets* é, acima de tudo, refletir sobre a nossa relação com o dinheiro, sobre as escolhas que fazemos e sobre os impactos que elas geram não apenas na nossa vida, mas também na vida de quem está ao nosso redor.



1. O QUE SÃO BETS E POR QUE ELAS SE ESPALHARAM TÃO RÁPIDO?

As *bets* são plataformas digitais de apostas, especialmente esportivas, mas também relacionadas a jogos virtuais, cassinos online e outros eventos de resultado incerto. Seu crescimento no Brasil está associado a um conjunto de fatores que se reforçam mutuamente.

O primeiro deles é a facilidade de acesso. Com um celular conectado à internet, qualquer pessoa pode criar uma conta, fazer depósitos e começar a apostar em poucos minutos. O segundo fator é o forte apelo emocional, especialmente ligado ao esporte, à competição e à sensação de pertencimento. Apostar no time do coração ou em um evento amplamente divulgado gera envolvimento emocional, reduzindo a percepção de risco.



Exemplo prático

Maria acredita que “entende de futebol” e começa a apostar com frequência. Mesmo acertando algumas apostas, o saldo final é negativo. Ao mesmo tempo, deixa de aplicar recursos em uma reserva financeira, comprometendo sua segurança em caso de imprevistos.

Além disso, a comunicação dessas plataformas costuma associar apostas a ideias de sucesso, inteligência financeira e ascensão rápida, o que pode levar à falsa impressão de que apostar é uma forma legítima de investimento ou geração de renda.

Esse cenário se torna ainda mais delicado quando observamos que grande parte dos usuários não possui planejamento financeiro estruturado, nem informações suficientes para avaliar os riscos envolvidos. Assim, decisões que parecem simples e inofensivas podem gerar consequências significativas ao longo do tempo.

2. APOSTAR NÃO É INVESTIR: UMA DIFERENÇA ESSENCIAL

Uma das bases da educação financeira é a capacidade de diferenciar conceitos. Apostar e investir são práticas completamente distintas, embora muitas vezes sejam apresentadas de forma semelhante.

A aposta é uma atividade baseada no acaso. O resultado depende de eventos imprevisíveis, e as probabilidades são estruturadas de forma que, no longo prazo, favoreçam a plataforma, não o apostador. Não há planejamento financeiro, construção de patrimônio, tampouco controle efetivo de riscos.

O investimento, por outro lado, é uma decisão consciente, orientada por objetivos, prazos e estratégias. Envolve análise, diversificação, compreensão de riscos e, principalmente, alinhamento com metas de vida, como segurança financeira, realização de sonhos e bem-estar no futuro.

Perguntas para refletir



- Você aposta esperando lucro ou entretenimento?
- Já deixou de poupar ou investir para apostar?
- Sua expectativa de ganho é realista?



Quando apostas são tratadas como investimentos, ocorre uma distorção perigosa da realidade. A expectativa de retorno passa a ser irreal, e as perdas tendem a ser justificadas como “parte do jogo”, abrindo espaço para comportamentos compulsivos e decisões cada vez mais arriscadas.



Aposta

Baseada no acaso

Sem controle de risco

Retorno imprevisível

Não constrói patrimônio



Investimento

Baseado em planejamento

Risco analisado e gerenciado

Retorno esperado no longo prazo

Constrói patrimônio e segurança



3. OS IMPACTOS DAS BETS NAS FINANÇAS PESSOAIS E FAMILIARES

Os impactos das apostas online raramente aparecem de forma imediata. Na maioria das vezes, eles se constroem aos poucos, diluídos em pequenas apostas, valores aparentemente baixos e decisões repetidas ao longo do tempo.

Um dos principais efeitos é o comprometimento do orçamento mensal. Pequenos valores apostados com frequência podem representar, ao final do mês, recursos que fariam falta para despesas essenciais, poupança ou realização de projetos pessoais.



Exemplo prático

João começa apostando R\$ 10 em jogos de futebol nos fins de semana. Em pouco tempo, passa a apostar durante a semana, em valores variados. Ao final do mês, percebe que gastou mais de R\$ 300, valor que poderia ter sido usado para pagar contas, poupar ou investir.



Alerta

Cuidado com o ciclo da perda: perder → apostar mais → tentar recuperar → perder novamente. Esse ciclo aumenta o risco de endividamento e descontrole financeiro.



Exemplo prático

Após uma sequência de perdas, Carlos decide apostar um valor maior para “empatar”. O resultado é mais uma perda, que compromete parte do dinheiro reservado para despesas do mês.

Outro impacto relevante é o comportamento conhecido como “tentativa de recuperação das perdas”. Ao perder, o apostador tende a aumentar o valor das próximas apostas na expectativa de recuperar o prejuízo, o que aprofunda o desequilíbrio financeiro e emocional.

Esse ciclo pode gerar endividamento, estresse financeiro, conflitos familiares e dificuldade de planejamento. Além disso, recursos que poderiam ser destinados à construção de uma reserva financeira ou a investimentos de longo prazo acabam sendo consumidos em atividades de alto risco e baixo retorno esperado.

Perguntas para refletir



- Você já tentou recuperar dinheiro perdido em apostas?
- Esse comportamento afetou seu orçamento?
- Como isso impactou sua tranquilidade financeira?



4. EDUCAÇÃO FINANCEIRA COMO FERRAMENTA DE PROTEÇÃO

A educação financeira vai muito além de aprender a economizar dinheiro. Ela envolve desenvolver a capacidade de tomar decisões autônomas, conscientes e responsáveis, considerando não apenas o presente, mas também o futuro.

No contexto das *bets*, a educação financeira atua como um fator de proteção. Ela ajuda a compreender que dinheiro é um recurso limitado, que escolhas têm consequências e que decisões impulsivas podem comprometer sonhos, projetos e a qualidade de vida.

Planejar gastos, acompanhar receitas e despesas, definir metas financeiras e criar uma reserva para imprevistos são práticas que fortalecem a autonomia financeira e reduzem a vulnerabilidade diante de promessas de ganho fácil.

Perguntas para refletir



- Você sabe quanto já gastou com apostas no último mês?
- Esse valor estava previsto no seu orçamento?
- Se esse dinheiro fosse guardado, faria diferença no seu futuro?



A educação financeira também estimula o senso crítico diante de mensagens publicitárias e discursos que associam apostas a sucesso financeiro, ajudando o cidadão a fazer escolhas mais alinhadas à sua realidade.

5. AUTOCONHECIMENTO: O PAPEL DAS EMOÇÕES NAS DECISÕES FINANCEIRAS

O Guia Sicoob para a Cidadania Financeira destaca o **autoconhecimento** como um dos pilares centrais para uma relação saudável com o dinheiro. Isso porque decisões financeiras não são tomadas apenas com base na razão, mas também nas emoções.



Autoconhecimento financeiro

É entender como você reage ao risco, à perda e à expectativa de ganho, e usar essa consciência para tomar decisões mais equilibradas.

Ansiedade, frustração, euforia, desejo de pertencimento e busca por reconhecimento social influenciam diretamente o comportamento financeiro. As plataformas de apostas exploram esses gatilhos emocionais ao oferecer recompensas imediatas, bônus, rankings e estímulos constantes.

Sem autoconhecimento, o risco de decisões impulsivas aumenta. Reconhecer limites, compreender o próprio comportamento diante do risco e entender como emoções afetam escolhas financeiras são passos essenciais para evitar armadilhas que podem comprometer a estabilidade financeira.



Perguntas para refletir



- Você aposta quando está ansioso ou frustrado?
- Suas emoções influenciam nas suas decisões financeiras?
- O que poderia ajudar você a decidir com mais calma?

6. AS ESCOLHAS FINANCEIRAS E SEUS IMPACTOS NA COMUNIDADE

A cidadania financeira nos convida a ampliar o olhar. Nossas decisões financeiras não afetam apenas a vida individual, mas também a vida coletiva.

Quando uma parcela significativa da renda de uma comunidade é direcionada para apostas, os impactos podem ser sentidos no comércio local, na capacidade de poupança das famílias, no aumento do endividamento e na fragilização das redes de apoio.

O cooperativismo propõe um modelo baseado na cooperação, na responsabilidade e no fortalecimento coletivo. Nesse contexto, escolhas financeiras conscientes contribuem para comunidades mais equilibradas, resilientes e solidárias.

Cuidar do próprio dinheiro também é uma forma de cuidar do outro e do território onde se vive.



Perguntas para refletir



- Suas decisões financeiras fortalecem ou fragilizam sua comunidade?
- Você conversa sobre dinheiro com sua família?
- Como escolhas mais conscientes podem gerar impacto positivo coletivo?

7. CAMINHOS PRÁTICOS PARA UMA RELAÇÃO MAIS SAUDÁVEL COM O DINHEIRO

Construir uma relação equilibrada com o dinheiro exige prática, reflexão e apoio. Algumas atitudes podem fazer grande diferença no dia a dia:

- Acompanhar regularmente receitas e despesas, estabelecer prioridades, definir objetivos financeiros claros e buscar informação antes de tomar decisões são passos fundamentais.
- Conversar sobre dinheiro em família, compartilhar preocupações e buscar apoio quando necessário fortalece vínculos e evita que dificuldades financeiras sejam enfrentadas isoladamente.

Quer saber mais?

Conheça as nossas soluções de educação financeira em sicoob.com.br/cidadania/financeira.

O Sicoob, enquanto cooperativa financeira, está ao lado das pessoas nesse processo, oferecendo orientação, educação financeira e soluções alinhadas aos princípios do cooperativismo.

8. CIDADANIA FINANCEIRA É UM CAMINHO

Cidadania financeira é um caminho que se constrói diariamente. Não é um ponto de chegada, nem uma condição perfeita em que nunca erramos. É um processo de aprendizado contínuo, de reflexão sobre nossas escolhas e de responsabilidade diante das consequências que elas geram.

Quando falamos sobre *bets*, falamos sobre decisões que envolvem dinheiro, expectativas e emoções. Cada escolha financeira tem impacto no presente, mas também no futuro: pode contribuir para a realização de sonhos, para a construção de segurança e estabilidade, ou pode gerar desequilíbrios que afetam não apenas a vida individual, mas também a família e a comunidade.





Percorrer o caminho da cidadania financeira significa desenvolver consciência sobre como usamos o dinheiro, reconhecer nossos limites e agir com responsabilidade. Significa planejar antes de decidir, avaliar riscos, estabelecer prioridades e compreender que resultados sustentáveis exigem tempo e organização.

Ao entender os riscos das apostas e diferenciar entretenimento de investimento, ampliamos nossa capacidade de decidir com autonomia e equilíbrio. O autoconhecimento, ou seja, compreender como reagimos às perdas, às expectativas de ganho e às pressões externas, também faz parte desse percurso.

Mas é importante reconhecer que cada pessoa está em um estágio diferente dessa caminhada.

Para algumas pessoas, o comportamento de apostar pode deixar de ser eventual e se tornar compulsivo. Quando há perda de controle, prejuízos financeiros recorrentes e sofrimento emocional, a questão deixa de ser apenas financeira e passa a envolver também a saúde mental.

Reconhecer essa situação é um passo importante no caminho da cidadania financeira.



Alguns sinais de alerta merecem atenção:

- Apostar valores maiores do que o planejado;
- Esconder apostas da família;
- Usar recursos destinados a despesas essenciais para jogar;
- Tentar recuperar perdas com apostas cada vez maiores;
- Sentir culpa, ansiedade ou irritação após apostar;
- Não conseguir interromper o comportamento, mesmo desejando parar.



Se você se identifica com essas situações, é fundamental saber: buscar ajuda também faz parte do exercício da cidadania financeira.

O comportamento compulsivo relacionado a jogos e apostas é reconhecido como uma questão de saúde mental e pode ser tratado. O atendimento pode ser buscado gratuitamente pelo:

SUS (Sistema Único de Saúde)

Procure a Unidade Básica de Saúde (UBS) mais próxima para orientação e encaminhamento.

CAPS – Centro de Atenção Psicossocial

Os CAPS oferecem atendimento especializado em saúde mental, inclusive para transtornos relacionados a comportamentos compulsivos.

Também existem grupos de apoio, como o Jogadores Anônimos, que promovem reuniões gratuitas e confidenciais para pessoas que desejam parar de jogar, baseadas na troca de experiências e no apoio mútuo.

Conversar com familiares, amigos ou pessoas de confiança é outro passo importante. O isolamento tende a aprofundar dificuldades, enquanto o diálogo fortalece vínculos e abre espaço para reorganização financeira e emocional.



Cidadania financeira é assumir o protagonismo das próprias escolhas, mas também reconhecer quando é necessário apoio. É entender que responsabilidade não significa enfrentar tudo sozinho, e que pedir ajuda pode ser um dos atos mais conscientes e transformadores dessa jornada.

O Instituto Sicoob reafirma seu compromisso com a educação, a cooperação e o fortalecimento de comunidades mais conscientes, responsáveis e solidárias. Caminhar em direção a uma vida financeira equilibrada é um processo e cada passo conta.



Quer continuar esse aprendizado?

Acesse sicoob.com.br/educacao e inscreva-se no curso “Consciência financeira: Impacto das apostas online nas finanças pessoais”. É rápido, fácil e totalmente gratuito.

Precisa de apoio para fazer seu planejamento financeiro?

Na plataforma Clínicas Financeiras Virtuais você pode usufruir de uma consultoria financeira individual e gratuita. Acesse clinicasfinanceirasvirtuais.institutosicoob.org.br

REFERÊNCIAS E MATERIAIS DE APOIO

- Guia Sicoob para a Cidadania Financeira
- Cartilha Coopere com o seu Dinheiro
- Cartilha Cidadania Financeira em Família
- Comissão de Valores Mobiliários (CVM) / Fundação Getúlio Vargas (FGV) – Relatório sobre a tomada de decisão de investimento em pirâmides e apostas esportivas (2025)
- Associação Brasileira das Entidades dos Mercados Financeiro e de Capitais (ANBIMA) – Raio X do Investidor Brasileiro – 8ª edição (2025)

A dark teal rounded rectangular box is centered on a teal background. It is held in place by four pieces of yellow paper, resembling tape or sticky notes, at the corners. The text inside the box is white.

**Esta cartilha foi produzida
pelo Instituto Sicoob**

Última atualização:
março 2026

WWW.INSTITUTOSICOOB.ORG.BR