

Proteção financeira para familiares

Um guia para proteger o essencial sem assumir dívidas, perdas ou responsabilidades que não são suas

Para familiares, companheiros, amigos e outras pessoas próximas afetadas financeiramente pelas apostas · Uso individual, em conjunto ou com apoio profissional

Problemas com apostas podem atingir renda, crédito, contas da casa, patrimônio e sensação de segurança. Este guia ajuda a separar responsabilidades, proteger recursos próprios ou compartilhados e construir limites proporcionais ao risco.

Ideia central: proteger o essencial não é abandonar alguém. É reduzir danos sem transformar um familiar em administrador permanente, financiador ou fiscal da vida de outro adulto.

Programa Tem Vida Depois da Aposta · Psicólogos responsáveis: Adriano Gosuen e Patrícia Bernardes

GUIA 07

PARA QUEM É E COMO USAR

Este guia começa pela proteção de quem foi afetado

Este material é dirigido a familiares, companheiros, amigos e outras pessoas próximas que tiveram seu dinheiro, seu crédito, seus bens ou a segurança financeira da casa afetados pelas apostas de alguém. Ele também pode ser usado por uma pessoa de confiança que esteja ajudando a organizar medidas temporárias de proteção.

Você pode usar o guia mesmo quando a pessoa que aposta não reconhece o problema ou não aceita ajuda. Há medidas que dependem apenas de você, como proteger sua renda, trocar suas senhas, retirar autorizações vinculadas às suas contas, não oferecer crédito e definir o que não assumirá financeiramente.

Forma de uso	Quando pode ajudar	Cuidado importante
Individualmente	Para reconhecer riscos, proteger recursos próprios, organizar documentos sob sua responsabilidade e definir limites.	Comece pelo que depende de você. Não investigue nem interfira em recursos alheios.
Em conjunto	Quando há diálogo seguro para mapear recursos compartilhados, combinar medidas temporárias e marcar revisão.	O acordo precisa ser voluntário, específico, proporcional, temporário e revisável.
Com apoio especializado	Quando há contratos, patrimônio, dívidas em nome de terceiros, contas conjuntas, risco de moradia, coerção ou dúvida jurídica.	O guia organiza informações, mas não substitui orientação jurídica, financeira, contábil, psicológica ou social.

Este guia pode ajudar a

- Proteger despesas essenciais, renda, crédito, documentos e recursos sob sua responsabilidade.
- Distinguir o que é meu, o que é compartilhado e o que pertence à outra pessoa.
- Recusar pedidos que transferem perdas e dívidas para você.
- Construir acordos claros quando houver cooperação e segurança.

Este guia não serve para

- Investigar secretamente toda a vida financeira da outra pessoa.
- Acessar contas, reter documentos ou movimentar recursos alheios sem autorização ou respaldo legal.
- Assumir dívidas para encerrar discussões ou impedir todas as consequências.
- Garantir que a outra pessoa pare de apostar.

COMPREENDER ANTES DE AGIR

Proteger não é controlar

Em momentos de medo, é comum pagar perdas, fazer empréstimos, esconder dívidas, exigir acesso a tudo ou assumir a administração completa da vida financeira da pessoa que aposta. Essas reações podem aliviar a crise imediata e, ao mesmo tempo, criar novos riscos, dependência e conflito.

A proteção começa pelas ações que estão sob sua responsabilidade. Medidas que interferem em recursos de outro adulto dependem de consentimento, responsabilidade legal ou orientação especializada. Mesmo quando uma medida é necessária, ela deve ter objetivo, duração e critérios de revisão.

Termo	Significado neste guia
Recurso próprio	Dinheiro, conta, cartão, documento, crédito ou bem que está sob sua titularidade ou responsabilidade.
Recurso compartilhado	Dinheiro, conta, contrato, bem ou obrigação que produz direitos e responsabilidades para mais de uma pessoa.
Proteção	Medida proporcional para reduzir dano e preservar pessoas, despesas e recursos.
Controle	Tentativa de garantir o comportamento da outra pessoa por vigilância, imposição ou invasão permanente.
Acordo temporário	Combinação voluntária, específica, com prazo, responsabilidades e data de revisão.

Uma distinção central

Proteger o que é seu pode incluir trocar suas senhas, separar sua renda, retirar cartão adicional vinculado à sua conta, proteger seus documentos pessoais e recusar empréstimos em seu nome.

Interferir no que pertence à outra pessoa pode incluir acessar conta individual sem autorização, reter documentos pessoais dela, controlar integralmente sua renda ou fazer movimentações em nome dela. Essas ações podem violar autonomia e exigir consentimento ou orientação jurídica.

Antes de continuar

- Não tome decisões patrimoniais importantes durante uma crise ou sob pressão.
- Não assine empréstimos, garantias ou contratos sem compreender as consequências.
- Proteja crianças, idosos, dependentes, moradia, saúde e necessidades básicas antes de qualquer dívida de aposta.
- Em ameaça, violência, fraude, uso indevido de identidade ou risco patrimonial grave, procure apoio especializado.

Minha principal preocupação financeira hoje:

Quem depende financeiramente de mim ou destes recursos:

PARA PREENCHER SOZINHO OU REVISAR EM CONJUNTO

Etapa 1 - Separar o que é meu, nosso e da outra pessoa

A proteção fica mais clara quando as responsabilidades deixam de estar misturadas. Nem toda dívida da pessoa que aposta é uma dívida da família. Ao mesmo tempo, recursos e obrigações compartilhados precisam ser identificados porque podem afetar outras pessoas.

Categoria	O que entra aqui	O que preciso verificar
Exclusivamente meu	Minha renda, contas, cartões, documentos, crédito e bens.	Acessos, limites, autorizações e riscos atuais.
Compartilhado	Conta conjunta, despesas da casa, contratos, bens e obrigações comuns.	Titularidade, regras, responsabilidades e impacto sobre dependentes.
Da outra pessoa	Conta, renda, dívida, cartão ou bem exclusivamente dela.	O que me afeta juridicamente ou financeiramente e o que não está sob meu controle.

Recursos exclusivamente meus:

Recursos compartilhados:

Dívidas ou compromissos apenas no nome da outra pessoa:

Dívidas ou compromissos em meu nome ou compartilhados:

Documentos que posso reunir legitimamente

- Extratos de contas e cartões sob minha titularidade ou responsabilidade.
- Contratos de que sou parte, inclusive empréstimos, financiamentos e renegociações.
- Comprovantes de renda e despesas essenciais da casa.
- Documentos de bens e obrigações compartilhadas aos quais tenho acesso legítimo.
- Mensagens e cobranças dirigidas a mim ou que afetem diretamente minha responsabilidade.

PODE SER FEITO MESMO SEM COOPERAÇÃO

Etapa 2 - Proteger primeiro as despesas essenciais

Antes de pagar perdas ou cobranças ligadas às apostas, proteja aquilo que sustenta a vida cotidiana. Moradia, alimentação, saúde, transporte, educação e cuidado de dependentes vêm antes da tentativa de resolver todas as dívidas.

Despesa	Valor estimado	Data	Como será protegida
Moradia			
Alimentação			
Água, energia e comunicação			
Saúde e medicamentos			
Transporte e trabalho			
Crianças, idosos ou dependentes			
Outras prioridades			

Valor mínimo que precisa permanecer protegido: R\$ _____

Onde esse valor ficará protegido:

Quem precisa saber que esse recurso não pode ser utilizado:

Uma regra útil

A pressão emocional de uma cobrança não é, por si só, o mesmo que urgência objetiva. Primeiro verifique a consequência concreta de não pagar e proteja as necessidades básicas.

Quando há dependentes

Permitir que a pessoa que aposta enfrente consequências administráveis não significa expor crianças, idosos, pessoas dependentes, moradia ou saúde ao dano. A proteção dessas necessidades tem prioridade.

RECURSOS PRÓPRIOS PODEM SER PROTEGIDOS; OUTROS ACESSOS EXIGEM AUTORIZAÇÃO

Etapa 3 - Fechar acessos que colocam seus recursos em risco

Você não precisa disponibilizar suas contas, cartões, senhas, documentos ou crédito para demonstrar confiança. Quando há risco atual, reduzir acesso a recursos sob sua responsabilidade é uma medida de proteção, não uma punição.

Medidas que posso tomar sobre meus próprios recursos

- Trocar senhas de contas, e-mails e aplicativos sob minha responsabilidade.
- Ativar autenticação em duas etapas e alertas de movimentação.
- Retirar cartões adicionais vinculados às minhas contas e remover meus cartões de plataformas de apostas.
- Reduzir limites de crédito, transferência e pagamento quando isso estiver sob meu controle.
- Separar uma conta destinada às despesas essenciais.
- Guardar meus documentos, cartões e dispositivos em local seguro.
- Revisar procurações, acessos autorizados e contas conjuntas com orientação quando necessário.
- Não permitir uso de meu nome, CPF, biometria, endereço ou crédito.

Medidas que exigem acordo, autorização ou orientação

- Alterar limites ou senhas de conta exclusivamente da outra pessoa.
- Guardar cartão, documento ou aparelho que pertence a outro adulto.
- Administrar renda, benefício ou patrimônio alheio.
- Fazer movimentações em contas conjuntas sem compreender direitos e responsabilidades.

Acessos que precisam ser revistos:

Medida que tomarei hoje:

DECISÃO INDIVIDUAL; BUSQUE ORIENTAÇÃO QUANDO HOVER RESPONSABILIDADE COMPARTILHADA

Etapa 4 - Não transformar perdas em novas dívidas familiares

Pagar uma dívida pode aliviar a crise imediata e, ainda assim, manter o ciclo. Antes de usar seu dinheiro, crédito ou patrimônio, verifique se a obrigação é realmente sua, se o pagamento ameaça o essencial e se existe um plano concreto para impedir novas perdas.

Antes de pagar, emprestar ou assumir uma dívida, pergunte

- Esta dívida é juridicamente minha ou estou assumindo algo que pertence à outra pessoa?
- O pagamento ameaça moradia, alimentação, saúde, aposentadoria ou dependentes?
- Estou usando cartão, empréstimo, cheque especial ou crédito caro para cobrir perdas?
- As informações apresentadas são completas e verificáveis?
- Existe uma barreira concreta contra novas apostas com o recurso liberado?
- O plano de pagamento cabe na renda real, sem depender de ganhos futuros ou novas apostas?
- Estou decidindo por medo, culpa, ameaça ou pressão de prazo?
- Preciso de orientação jurídica, financeira ou social antes de agir?

Minha decisão provisória:

O que preciso verificar antes de decidir:

Recusar-se a financiar perdas não é o mesmo que abandonar. Você pode oferecer ajuda para organizar informações e procurar orientação sem assumir a dívida.

PARA PREPARAR SUAS RESPOSTAS

Etapa 5 - Reconhecer pedidos que aumentam o risco

Alguns pedidos aparecem como soluções urgentes, mas transferem o risco para toda a família. Respostas curtas e preparadas reduzem a chance de decidir sob pressão.

Pedido de alto risco	Resposta possível
"Empreste só desta vez para eu recuperar o dinheiro."	"Não vou fornecer dinheiro para tentar recuperar perdas."
"Use seu cartão; eu pago quando receber."	"Meu cartão e meu crédito não serão usados para cobrir apostas."
"Faça um empréstimo no seu nome."	"Não assumirei uma dívida em meu nome. Posso ajudar a procurar orientação."
"Não conte a ninguém."	"Não mantereí segredo quando outras pessoas ou recursos precisarem de proteção."
"Transfira agora; depois eu explico."	"Não decidirei sob pressão. Primeiro vou verificar os fatos e proteger o essencial."

Minha frase de limite

O que posso oferecer sem me colocar em risco

- Ajudar a reunir documentos e informações.
- Acompanhar uma busca por atendimento ou orientação.
- Participar de uma conversa em momento seguro.
- Ajudar a proteger despesas essenciais sem pagar perdas de aposta.

Outra ajuda possível:

PARA CONSTRUIR EM CONJUNTO; EXIGE CONCORDÂNCIA DAS PARTES

Etapa 6 - Criar um acordo financeiro temporário

Quando há cooperação, um acordo pode organizar proteção por um período definido. Ele não deve ser imposto no auge de uma crise. Precisa esclarecer objetivo, responsabilidades, duração, informações que serão compartilhadas e critérios de revisão.

Elementos do acordo

- Objetivo concreto: qual risco a medida pretende reduzir?
- Escopo: quais contas, cartões, limites ou despesas entram no acordo?
- Responsabilidades: o que cada pessoa fará?
- Privacidade: quais informações serão compartilhadas e quais permanecerão privadas?
- Duração: quando começa e quando será revisado?
- Descumprimento: que medida de proteção será acionada, sem ameaças vagas?
- Devolução gradual: quais sinais permitirão reduzir as medidas?

Objetivo do acordo:

Medidas temporárias combinadas:

Responsabilidades da pessoa que aposta:

Responsabilidades do familiar ou pessoa de apoio:

Data de início: _____ Data de revisão: _____

PARA CONVERSAR EM CONJUNTO E REVISAR PERIODICAMENTE

Etapa 7 - Proteger sem vigiar cada movimento

Proteção financeira não exige fiscalização permanente de celular, localização, conversas e vida privada. Quanto mais claro for o acordo, menor a necessidade de improvisar controles invasivos. O objetivo é acompanhar apenas o que foi combinado e é relevante para a segurança financeira.

Pergunta	Nossa definição
O que será acompanhado?	
O que permanecerá privado?	
Com que frequência haverá revisão?	
Quem participará?	
Qual é a data para reduzir ou encerrar a medida?	

Sinais de que a proteção está virando vigilância

- Passo grande parte do dia conferindo celular, extratos ou localização.
- Crio testes, armadilhas ou investigações sem acordo.
- A relação passou a girar apenas em torno de dinheiro e suspeita.
- Estou abandonando sono, saúde, trabalho ou outras relações.
- Aumentar o controle parece ser a única resposta que consigo imaginar.

O que posso fazer para reduzir vigilância e aumentar clareza:

Etapa 8 - Conversar sobre dinheiro com fatos e limites

Uma conversa financeira útil não precisa ser branda, mas precisa ser concreta. Evite transformar o comportamento em adjetivos sobre a pessoa. Trabalhe com fatos verificáveis, impactos, limites e próximos passos.

Roteiro breve

Movimento	Exemplo
Descrever o fato	"Identifiquei estas movimentações e estas contas em atraso."
Nomear o impacto	"Isso ameaça despesas essenciais e aumenta minha insegurança."
Apresentar o limite	"Meu dinheiro e meu crédito não serão usados para novas perdas."
Indicar o que pode oferecer	"Posso ajudar a organizar documentos e procurar orientação."
Definir o próximo passo	"Hoje vamos proteger o essencial e listar o que precisa ser verificado."
Marcar revisão	"Voltaremos a conversar em data definida, com informações mais completas."

Fatos que preciso apresentar:

Limite que preciso comunicar:

Ajuda que posso oferecer sem me colocar em risco:

Se houver gritos, insultos, ameaça ou pressão, interrompa a conversa e retome apenas quando houver segurança. Limite não precisa ser defendido em discussão interminável.

PODE SER FEITO MESMO SEM COOPERAÇÃO

Etapa 9 - Quando não existe cooperação

Você pode proteger seus recursos mesmo quando a pessoa nega o problema, esconde informações ou recusa ajuda. Nessa situação, concentre-se no que depende de você e evite transformar proteção em investigação permanente.

Ações possíveis

- Separar contas e recursos sob sua responsabilidade.
- Cancelar cartões adicionais, autorizações e acessos vinculados às suas contas.
- Não fornecer dinheiro, crédito, documentos pessoais ou garantias.
- Informar pessoas diretamente afetadas quando isso for necessário para proteção e puder ser feito com segurança.
- Buscar orientação jurídica sobre bens, contratos, contas conjuntas ou uso indevido de identidade.
- Procurar apoio psicológico ou social para você e outros familiares.
- Planejar segurança quando houver ameaça, coerção, agressividade ou violência.
- Registrar fatos e decisões importantes que dizem respeito a você e a recursos compartilhados.

O que depende de mim agora:

O que não consigo controlar:

Pessoa ou serviço que pode me orientar:

Etapa 10 - Reduzir medidas de proteção de forma gradual

A confiança financeira é reconstruída por consistência ao longo do tempo. Pedidos de desculpas, promessas e alguns dias sem apostar podem ser importantes, mas não substituem informações verificáveis, cumprimento de acordos e capacidade de pedir ajuda cedo.

Sinais que podem apoiar uma revisão

- Informações financeiras completas e verificáveis.
- Cumprimento dos acordos por um período suficiente para observar consistência.
- Ausência de novas dívidas ou movimentações escondidas.
- Uso consistente de bloqueios, limites e estratégias de proteção.
- Capacidade de conversar sobre dinheiro sem pressão, ameaça ou agressividade.
- Reconhecimento de novos episódios sem transferir culpa.
- Plano realista para despesas, dívidas e prevenção de novas perdas.

Devolução gradual não é tudo ou nada

Pode ser mais seguro reduzir uma medida por vez, observar o resultado e revisar. A data de revisão não é uma promessa de que o acesso será devolvido; é um momento para avaliar riscos e evidências.

O que poderá ser reduzido primeiro:

O que ainda precisa permanecer protegido:

Próxima data de revisão: _____

PARA ORGANIZAR SUAS PRÓPRIAS MEDIDAS

Plano resumido de proteção financeira familiar

Use esta página como síntese. Ela não substitui orientação especializada quando houver contratos, patrimônio compartilhado, fraude, violência ou dúvidas jurídicas.

Pergunta	Minha resposta
Despesas essenciais que preciso proteger	
Recursos próprios que precisam de segurança	
Recursos compartilhados que precisam de acordo ou orientação	
Dívidas ou pedidos que não assumirei	
Limite que comunicarei	
Ajuda que posso oferecer	
Pessoa ou serviço que consultarei	
Próxima ação em até 24 horas	
Data de revisão	

Lembrete: proteger pessoas e despesas essenciais vem antes de pagar perdas, manter segredos ou decidir sob pressão.

QUANDO A SITUAÇÃO ULTRAPASSA MEDIDAS DOMÉSTICAS

Quando procurar ajuda especializada

- Há dívidas, contratos, garantias ou bens compartilhados que você não compreende completamente.
- Seu nome, seus documentos ou suas contas foram usados sem autorização.
- Existe risco de perda de moradia, patrimônio, renda ou recursos de dependentes.
- Você está sendo pressionado, ameaçado ou coagido a fornecer dinheiro ou crédito.
- Há conflitos intensos, agressividade, violência ou medo dentro de casa.
- Você não consegue dormir, trabalhar ou cuidar da própria saúde por causa da situação.
- As dívidas continuam crescendo apesar dos pagamentos feitos pela família.
- A pessoa que aposta apresenta sofrimento emocional intenso ou comportamento imprevisível.

Procure profissionais de saúde, assistência social, orientação jurídica ou financeira e serviços públicos adequados à situação. Em risco imediato, priorize sua segurança e a de outras pessoas envolvidas.

Como continuar na coleção

Situação	Guia relacionado
Quero rever minha forma geral de ajudar sem assumir o controle.	Guia 06
A pessoa não reconhece o problema ou recusa ajuda.	Guia 09
A família precisa preparar uma resposta a momentos de crise.	Guia 10
Há condições para trabalhar reconstrução de confiança.	Guia 08
A própria pessoa que aposta precisa organizar as finanças dela.	Guia 05

REFERÊNCIAS E NOTA TÉCNICA

Como este guia foi construído

Este material é educativo e original. Sua estrutura combina princípios de automanejo, proteção financeira, apoio familiar, prevenção de recaídas, redução de danos, autonomia e consentimento. Os conteúdos foram adaptados para uso não clínico e não substituem avaliação ou orientação individualizada.

Referências principais

Raylu, N.; Oei, T. P. S. A Cognitive Behavioural Therapy Programme for Problem Gambling: Therapist Manual. Routledge, 2010.

McIntosh, C.; O'Neill, K. Evidence-Based Treatments for Problem Gambling. Springer, 2017.

Marlatt, G. A.; Donovan, D. M. (orgs.). Relapse Prevention: Maintenance Strategies in the Treatment of Addictive Behaviors. 2. ed. Guilford Press, 2005.

Shaffer, H. J.; Martin, R.; Kleschinsky, J.; Neporent, L. Change Your Gambling, Change Your Life: Strategies for Managing Your Gambling and Improving Your Finances, Relationships, and Health. Jossey-Bass, 2012.

Nota de uso

As orientações financeiras e jurídicas deste guia são gerais. Titularidade, contratos, contas conjuntas, patrimônio, procurações e responsabilidades legais dependem da situação concreta. Procure orientação profissional antes de decisões importantes.

Conteúdo educativo. Não substitui avaliação ou acompanhamento profissional individualizado.

Programa Tem Vida Depois da Aposta

Site: temvidadepoisdaaposta.com.br · Instagram: @tem.vida.depois.da.aposta