

GESTAO DE RISCO DESCOMPLICADA

Aprenda a usar sua planilha como
ferramenta de proteção e consistência nos trades



ABIMAE LIRA

Mentoria Avançada em Opções Binárias

Conteúdo

<i>Instruções de uso</i>	<i>3</i>
Registro das informações para o cálculo de risco	3
Utilização da planilha no seu dia a dia.....	7
Análise de resultados – Técnico e Emocional.....	9
Utilizando o Dashboard (Painel de Controle).....	12
<i>Adequação e personalização da planilha.....</i>	<i>14</i>

Instruções de uso

A planilha que você adquiriu está projetada para operações em Opções Binárias, baseadas no percentual da banca, isto é, a cada operação o valor da operação será acrescida ou diminuída com base no percentual de risco por operação.

A planilha vem preenchida com dados fictício para facilitar o entendimento sobre como manusear a planilha. Estes dados deverão ser apagados para inicializar a planilha com os dados reais do seu planejamento.

Para utilizar a planilha de acordo com o seu planejamento são necessárias algumas ações para adequar o escopo da planilha a sua realidade.

Registro das informações para o cálculo de risco

Em opções binárias, o cálculo de risco é fundamental para preservar o capital e manter a consistência nos resultados. Como o payout é fixo e as perdas são totais (ou quase totais), o gerenciamento de risco exige precisão. As informações para o cálculo de risco envolvem fatores técnicos, estatísticos e comportamentais. Para realizar o cadastramento destas informações você deve considerar:

1. **Banca inicial do dia** - Esta é a base de referência para calcular quanto você pode arriscar por operação. Quando você separa o valor inicial da sua banca, precisa lembrar que as corretoras geralmente exigem um valor mínimo para cada operação. Por isso, se sua banca for pequena, esse valor mínimo acaba representando uma parte maior do seu capital. Isso significa que, quanto menor for sua banca, maior será o risco que você assume em cada operação.
2. **Porcentagem de risco por operação** – Isto define o quanto da banca será exposto em cada trade. Traders conservadores geralmente usam entre **1% e 3%**.

Exemplo: Se sua banca é R\$1.000, e você quer arriscar 2%, o valor máximo por entrada é R\$20. Então, 2% é o Risco por operação.

3. **Porcentagem de limite de perda diária** - Definir a porcentagem de limite de perda diária na gestão de risco é uma das decisões mais estratégicas para garantir a longevidade no mercado, especialmente em operações de alta alavancagem, como opções binárias.

Essa porcentagem deve ser baseada em alguns critérios fundamentais, como:

- **Perfil do Trader**

Conservador: 1% a 2% por dia

Moderado: 3% a 5% por dia

Agressivo: 6% a 10% por dia

Obs: Acima de 10% é considerado extremamente agressivo e arriscado, sendo geralmente insustentável no longo prazo.

- **Objetivo:** Preservar Capital e Evitar Overtrading - limite de perda diária atua como um freio psicológico e financeiro. Ele protege o trader da chamada "espiral emocional", em que perdas sucessivas geram decisões impulsivas. Esta informação determina quanto da banca você pode perder no dia.

Cálculo Prático (Exemplo):

Imagine que você tem um capital de **R\$1.000,00**. Se seu limite de perda diária for de **3%**, o cálculo seria:

$$R\$1.000,00 \times 0,03 = R\$30,00$$

Isso significa que, ao atingir R\$30 de perda no dia, você deve **encerrar as operações** independentemente das oportunidades restantes.

- Fatores a Considerar ao Definir a Porcentagem
 - Seu nível de experiência (quanto mais iniciante, menor deve ser a porcentagem).
 - Volatilidade do ativo que opera.
 - Número médio de entradas por dia.
 - Assertividade média da sua estratégia.
 - Capacidade de aceitar perdas emocionalmente.

- **Estratégia de Ajuste Progressivo** - Você pode começar com um limite de perda mais conservador e, à medida que comprovar consistência e controle emocional, ajustar aos poucos.

Exemplo:

- Primeiros 30 dias: limite de 2%
- Após 30 dias positivos: ajustar para 3%
- Após 3 meses consistentes: considerar até 5% (se for compatível com seu estilo)

4. **Número de operações por dia** - Define sua exposição diária ao risco. A quantidade de operações por dia tem um impacto direto e significativo na gestão de risco — e isso se aplica especialmente no contexto das opções binárias, onde o risco é fixo por operação, mas o efeito psicológico e estatístico do volume de trades pode ser profundo.

Exemplo: Se arrisca 2% por operação e faz 5 operações, está potencialmente arriscando 10% da banca em um dia — alto risco.

Devido ao impacto significativo na consistência da banca é necessário considerar alguns aspectos como:

- **Aumento do risco de ruína (Risk of Ruin)** - Quanto maior o número de operações por dia:
 - Maior a exposição ao fator estatístico de variância (perdas seguidas).
 - Aumenta a chance de entrar em sequências negativas, o que pode comprometer o capital rapidamente.
 - Mesmo com uma boa taxa de acerto (ex: 60%), uma grande quantidade de operações pode criar cenários temporários de drawdown severo.
- **Qualidade vs. Quantidade** - Operar muito pode levar à redução da qualidade das entradas. É comum o trader se afastar de setups bem definidos e entrar no modo "ação pela ação" (overtrading). Menos operações, mais seletivas, tendem a manter a assertividade alta e o controle emocional mais equilibrado.
- **Impacto no cálculo de risco por trade** - Se você tem um capital de R\$1.000 e decide arriscar 2% por operação, veja dois cenários:
 - Com 3 operações/dia: você arrisca no máximo R\$60/dia.
 - Com 10 operações/dia, para manter esse teto, o risco por operação precisa cair para 0,6% (R\$6).
 - Ou seja, quanto mais trades, menor deve ser o risco por operação, se você quiser preservar o capital.

- **Fadiga mental e emocional** - Mais operações significam:
 - Mais decisões rápidas sob pressão.
 - Maior chance de gatilhos emocionais surgirem: ansiedade, ganância, vingança.
 - Mais difícil manter a disciplina e a clareza operacional.
- **Controle estatístico e avaliação de desempenho**. Operar muito gera muitos dados, mas:
 - Dificulta a análise de performance real: setups se misturam, decisões se confundem.
 - Fica mais difícil identificar padrões de erro.
 - Uma média de 2 a 5 operações bem planejadas por dia é mais fácil de rastrear e otimizar.

Com base nestas informações os campos abaixo devem ser preenchidos para que a planilha realize os cálculos necessário para acompanhamento e análise das operações e desenvolvimento do seu planejamento.

Entre com as informações para o cálculo de risco				
	Banca inicial do dia (R\$)	Risco por operação (%)	Limite de perda diária (%)	Qtd. de operações no dia

Utilização da planilha no seu dia a dia

Depois de definir e informar o seu planejamento na planilha, você deve seguir rigidamente o plano, tendo em mente que para obter lucro é necessário uma assertividade de 60% ou mais.

O próximo passo é obter o valor da operação a ser informado na plataforma da corretora. Para isso, clique no checkbox na coluna “ALT” referente a operação que irá ser realizada. (Neste caso a primeira).

CÁLCULO									
Entre com as informações para o cálculo de risco									
Banca inicial do dia (R\$)		Risco por operação (%)		Limite de perda diária (%)		Qtd. de operações no dia		Meta	
R\$ 1.000,00		1		3		3			
DIÁRIO									
Seq	Horário	Ativo	Tipo de Operação	Resultado	Retorno (R\$)	Entrada (R\$) (Calculado)	Correção por erro no valor	ALT	Saldo (Calculado)
1						R\$ 10,00		<input checked="" type="checkbox"/>	R\$ 1.000,00
2						R\$ 0,00		<input type="checkbox"/>	R\$ 1.000,00

Neste exemplo, temos um planejamento para uma banca de R\$1000,00, com risco de operação de 1% da banca e 3% de perda diária. Quando você clicar no checkbox referente a primeira operação o valor da operação (Entrada) é calculado sobre o risco por operação. R\$ 10,00. Neste caso, o valor de R\$10,00 deve ser informado na plataforma da corretora que você opera.

Após a realização da operação na plataforma da corretora você deve voltar para a planilha e descrever o histórico da operação nos campos:

- Horário – Hora e minuto em que a operação foi realizada.
- Ativo – Este campo é uma lista suspensa com o nome dos ativos que você costuma operar. Esta lista deve ser customizada seguindo as instruções no próximo capítulo – Adequação da planilha.
- Tipo de operação – Call ou Put (Lista suspensa).
- Resultado – Win ou Loss (Lista suspensa).
- Retorno – lucro na operação. Se não obteve lucro informe o valor da operação de forma negativa. Ex: se investiu R\$ 10,00 e não obteve lucro, informe -R\$10,00 para que o cálculo seja realizado corretamente.
- Correção por erro no valor – Este campo é opcional e pode ser usado para registrar a diferença referente ao valor utilizado na operação em caso de desobediência ao valor planejado.
- Saldo – Saldo da banca após o registro do histórico da operação.

ADEQUAÇÃO E PERSONALIZAÇÃO – GESTÃO DE RISCO

Feito isso, vamos obter o valor da segunda operação. Com os dados da operação inseridos nos devidos campos, click no checkbox (Coluna ALT), referente a proxima operação (neste caso a segunda), para obter o valor a ser praticado e atualizado na plataforma da corretora.

CÁLCULO

Entre com as informações para o cálculo de risco

Banca inicial do dia (R\$)	Risco por operação (%)	Limite de perda diária (%)	Qtd. de operações no dia	Meta
R\$ 1.000,00	1	3	3	

DIÁRIO

Seq	Horário	Ativo	Tipo de Operação	Resultado	Retorno (R\$)	Entrada (R\$) (Calculado)	Correção por erro no valor	ALT	Saldo (Calculado)
1	10:00	MELANIA(OTC)	Call	Win	R\$ 8,00	R\$ 10,00		<input checked="" type="checkbox"/>	R\$ 1.000,00
2						R\$ 10,00		<input checked="" type="checkbox"/>	R\$ 1.008,00

Esta atividade na planilha deve ser realizada sempre após a realização da operação na plataforma da corretora para registrar os dados históricos da operação e obter o valor planejado para a operação seguinte.

Análise de resultados – Técnico e Emocional

Essa é uma tarefa essencial, especialmente para o trader iniciante: registrar os sentimentos envolvidos durante cada operação. Ao manter esse tipo de informação documentada, torna-se possível analisar com mais clareza os fatores emocionais que influenciaram ganhos e perdas ao longo do dia de operações. Os campos destinados a esse registro na planilha foram criados justamente com esse propósito, permitindo uma análise mais profunda e estratégica no momento da revisão.

Emocional		Estratégia	O que causou o loss
ANTES	DEPOIS		
Foco	Euforia	Primeiro registro	
Impulso	Medo	Dupla posição	Desobediência ao plano
Desatento	Desejo de aumentar a mão	Negação futuro	Descontrole emocional

Fazer uma análise de resultados ao final de um dia de operações é uma prática essencial para a evolução constante no trading, especialmente em mercados como opções binárias. O ideal é dividir essa análise em dois pilares principais:

1. **Análise Técnica dos Resultados** - Aqui você avalia o desempenho objetivo das operações. Foque em dados, padrões e eficiência da sua estratégia.

Checklist Técnica

- **Taxa de acerto (win rate)**
 - Total de operações vs. quantidade de wins e losses.
 - Exemplo: 20 operações / 13 wins = 65% de acerto.
- **Qualidade das entradas**
 - As entradas seguiram 100% os critérios da sua estratégia?
 - Alguma entrada foi feita por impulso ou fora do plano?
- **Contexto das operações vencedoras e perdedoras**
 - Em que contexto gráfico as operações funcionaram melhor?
 - Havia confluências claras (níveis, padrões de vela, rompimentos válidos)?
 - As perdas ocorreram em lateralização, rompimentos falsos, ou sinais mal interpretados?
- **Horário e condição do mercado**

- Quais foram os horários mais lucrativos ou mais arriscados?
- O mercado estava volátil, lateral, ou com gaps frequentes (especialmente no OTC)?

- **Execução e gerenciamento**

- Você respeitou o gerenciamento de risco (valor por entrada, limite de loss diário)?
- Houve algum momento de recuperação emocional (martingale, double-entry, etc)?

2. **Análise Emocional do Dia** - Esse é o pilar que muitos ignoram, mas onde estão as raízes de 90% dos erros em trading. Avalie como você reagiu internamente e como isso influenciou suas decisões.

Checklist Emocional

- **Estado emocional antes de começar**

- Você iniciou o dia calmo, ansioso, estressado, distraído?
- Algo externo te afetou (discussões, cansaço, distrações)?

- **Respeito ao plano**

- Em algum momento você operou por raiva, euforia ou medo?
- Houve entrada “por vingança” (overtrading após loss)?

- **Resposta às perdas**

- Como você reagiu após um loss? Continuou racional ou acelerou as entradas?
- Você fez pausas para recuperar o foco?

- **Consciência emocional**

- Conseguiu perceber suas emoções no momento em que elas surgiam?
- Teve clareza para parar quando sentiu perda de controle?

- **Controle de impulsos**

- Houve cliques automáticos, sensação de urgência ou medo de "perder a oportunidade"?

Conclusão Final do Dia (reflexão)

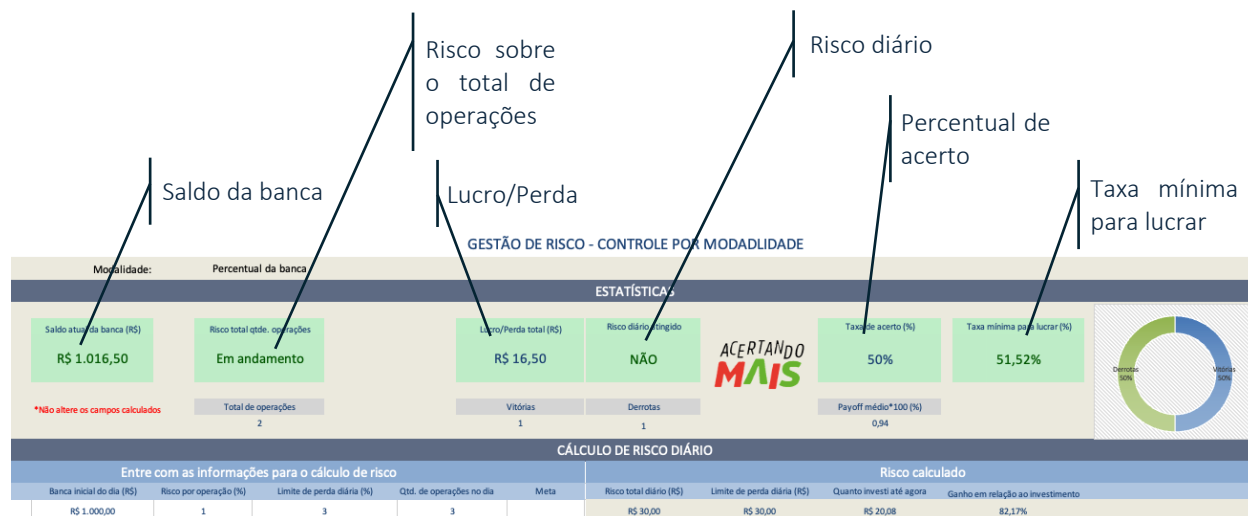
- O que funcionou hoje?
- Onde cometi meus maiores erros?
- Qual foi meu maior aprendizado?
- Estou emocionalmente equilibrado para continuar ou preciso parar e revisar?

Utilizando o Dashboard (Painel de Controle)

No painel de controle estão as informações necessárias para que você possa tomar as atitudes necessárias em cada operação, identificando assim o momento de parar mesmo que o objetivo não tenha sido alcançado.

O painel de controle (Dashboard) é o responsável por emitir alertas sobre diversas evidências no expediente diário de operações. Os sinais de alerta é emitido pela cor vermelha na região do painel referente a desjustes no plano. Ele é composto com as seguintes informações:

- **Saldo atual da banca** – Saldo corrente, atualizado após o registro do histórico da operação. Se negativo, esta região do painel ficará vermelho.
- **Risco sobre o total de operações** – Informa se a quantidade de operações está dentro do planejado com a mensagem: “Em andamento”. Quando a quantidade de operações ultrapassa do planejado esta área do painel de controle fica vermelho com a informação: “Limite excedido”
- **Lucro/Perda total** – Refere-se ao lucro ou perda enquanto as operações estão ocorrendo, baseado no dados históricos sobre as operações. Em caso de perda esta região do gráfico fica avermelhada para informar que está havendo perda em relação ao planejado.
- **Risco diário** – Esta é uma informação crucial para o trader. Caso esta região do gráfico fique vermelha, com “SIM”, as operações devem ser encerradas mesmo que o objetivo não tenha sido atingido.
- **Total de acerto** – Nesta região do gráfico o trader tem a informação sobre o seu percentual de acerto dentro do expediente diário de operações. Se esta taxa for menor 60%, esta região apresentará uma cor amarela, informando que o trader deve considerar o risco em suas próximas entradas.
- **Taxa mínima para lucrar** – Esta região do painel funciona como um termômetro para o trader, informando qual nível de acerto é importante para as próximas operações a serem realizadas.



ADEQUAÇÃO E PERSONALIZAÇÃO – GESTÃO DE RISCO

Como exemplo, em uma taxa de acerto de 50% o painel de controle emitirá uma advertência sobre a necessidade de atenção para um maior nível de acerto para evitar perdas financeiras dentro do que foi planejado. A margem de acerto em “Taxa mínima para lucrar” deve ser igual ou maior que 60%.

Modalidade:

Percentual da banca

Saldo atual da banca (R\$)

R\$ 1.016,50

Risco total qtd. operações

Em andamento

Lucro/Perda total (R\$)

R\$ 16,50

Risco diário atingido

NÃO

Taxa de acerto (%)

50

Taxa mínima para lucrar (%)

48,48%

*Não altere os campos calculados

Total de operações

2

Vitórias

1

Derrotas

1

Payoff médio*100 (%)

1,06

Derrotas 50%

Vitórias 50%

CÁLCULO DE RISCO DIÁRIO

Entre com as informações para o cálculo de risco

Banca inicial do dia (R\$)

R\$ 1.000,00

Risco por operação (%)

1

Limite de perda diária (%)

3

Qtd. de operações no dia

3

Meta

Risco total diário (R\$)

R\$ 30,00

Limite de perda diária (R\$)

R\$ 30,00

Quanto investi até agora

R\$ 20,08

Ganho em relação ao investimento

82,17%

DIÁRIO DE OPERAÇÕES

Seq	Horário	Ativo	Tipo de Operação	Resultado	Retorno (R\$)	Entrada (R\$) <small>(Calculado)</small>	Correção por erro no valor	ALT	Saldo <small>(Calculado)</small>	Emocional	DEPOIS	Estratégia	O que causou o loss	Print com a Operação	Observações
1	10:00	MELANIA(OTC)	Call	Loss	R\$ 8,00	R\$ 10,00		<input checked="" type="checkbox"/>	R\$ 1.000,00					<input type="checkbox"/>	
2	10:20	MELANIA(OTC)	Put	Win	R\$ 8,50	R\$ 10,08		<input checked="" type="checkbox"/>	R\$ 1.008,00					<input type="checkbox"/>	
3						R\$ 0,00		<input type="checkbox"/>	R\$ 1.016,50					<input type="checkbox"/>	
4						R\$ 0,00		<input type="checkbox"/>	R\$ 1.016,50					<input type="checkbox"/>	
5						R\$ 0,00		<input type="checkbox"/>	R\$ 1.016,50					<input type="checkbox"/>	
6						R\$ 0,00		<input type="checkbox"/>	R\$ 1.016,50					<input type="checkbox"/>	
7						R\$ 0,00		<input type="checkbox"/>	R\$ 1.016,50					<input type="checkbox"/>	
8						R\$ 0,00		<input type="checkbox"/>	R\$ 1.016,50					<input type="checkbox"/>	
9						R\$ 0,00		<input type="checkbox"/>	R\$ 1.016,50					<input type="checkbox"/>	
10						R\$ 0,00		<input type="checkbox"/>	R\$ 1.016,50					<input type="checkbox"/>	

Neste outro caso, o risco diário foi atingido. É hora de parar, mesmo que o objetivo não tenha sido atingido.

Modalidade:

Percentual da banca

Saldo atual da banca (R\$)

R\$ 987,75

Risco total qtd. operações

Em andamento

Lucro/Perda total (R\$)

-R\$ 12,25

Risco diário atingido

SIM

Taxa de acerto (%)

0

Taxa mínima para lucrar (%)

60%

*Não altere os campos calculados

Total de operações

3

Vitórias

0

Derrotas

3

Payoff médio*100 (%)

0,00

0% acerto

Derrotas 100%

ESTATÍSTICAS

CÁLCULO DE RISCO DIÁRIO

Entre com as informações para o cálculo de risco

Risco calculado

Banca inicial do dia (R\$)

R\$ 1.000,00

Risco por operação (%)

1

Limite de perda diária (%)

3

Qtd. de operações no dia

3

Meta

Risco total diário (R\$)

R\$ 30,00

Limite de perda diária (R\$)

R\$ 30,00

Quanto investi até agora

R\$ 30,06

Ganho em relação ao investimento

-40,75%

DIÁRIO DE OPERAÇÕES

Seq	Horário	Ativo	Tipo de Operação	Resultado	Retorno (R\$)	Entrada (R\$) (Calculado)	Correção por erro no valor	ALT	Saldo (Calculado)	Emocional	DEPOIS	Estratégia	O que causou o loss	Print com a Operação	Observações
1	10:00	MELANIA(OTC)	Call	Loss	R\$ 8,00	R\$ 10,00		<input checked="" type="checkbox"/>	R\$ 1.000,00					<input type="checkbox"/>	
2	10:20	MELANIA(OTC)	Put	Loss	-R\$ 10,08	R\$ 10,08		<input checked="" type="checkbox"/>	R\$ 1.008,00					<input type="checkbox"/>	
3	10:50	MELANIA(OTC)	Call	Loss	-R\$ 10,17	R\$ 9,98		<input checked="" type="checkbox"/>	R\$ 997,92					<input type="checkbox"/>	
4						R\$ 0,00		<input type="checkbox"/>	R\$ 987,75					<input type="checkbox"/>	
5						R\$ 0,00		<input type="checkbox"/>	R\$ 987,75					<input type="checkbox"/>	
6						R\$ 0,00		<input type="checkbox"/>	R\$ 987,75					<input type="checkbox"/>	
7						R\$ 0,00		<input type="checkbox"/>	R\$ 987,75					<input type="checkbox"/>	
8						R\$ 0,00		<input type="checkbox"/>	R\$ 987,75					<input type="checkbox"/>	
9						R\$ 0,00		<input type="checkbox"/>	R\$ 987,75					<input type="checkbox"/>	
10						R\$ 0,00		<input type="checkbox"/>	R\$ 987,75					<input type="checkbox"/>	

Adequação e personalização da planilha

Após entender os conceitos de gerenciamento de risco, é hora de adaptar a planilha à sua realidade como trader. A planilha foi criada para ser flexível, permitindo que você ajuste as listas suspensas de acordo com seu estilo operacional.

A personalização é essencial para que a ferramenta funcione de verdade no seu dia a dia. Isso significa configurar a planilha para acompanhar o seu plano de trading — não o plano de outra pessoa.

A planilha é protegida para evitar que os campos calculados sejam alterados indevidamente. Para adequar e personalizar a planilha é necessário desproteger-la. Para isso, vá em “Revisar” ou “Review” para versão em inglês e clique em “Desproteger planilha” ou “Unprotect sheet”, versão em inglês.

Para alterar as listas suspensas no excel siga as orientações abaixo:

- Selecione a célula onde está a lista suspensa a ser alterada.
- Vá até a guia “Dados” - Clique na guia **"Dados"** no topo do Excel.
- No grupo **"Ferramentas de Dados"**, clique em **"Validação de Dados"** (ou “Validação de Dados > Validação de Dados...” se estiver usando a versão em português do Brasil).
- Vai abrir uma janela com as configurações.
- Na aba **"Configurações"**, em **"Permitir"**, selecione **"Lista"**.
- No campo **"Fonte"**, faça as alterações necessárias (por exemplo: digite os valores separados por ponto e vírgula (por exemplo: Opção 1;Opção 2;Opção 3)).
- Clique em OK - A lista suspensa será atualizada.

IMPORTANTE: Não altere os campos calculados pois invalidará a planilha. A alteração dos campos calculados é de inteira responsabilidade do adquirente.