

# Black Friday chegando: prepare o emocional antes de preparar carrinho

*Dicas e orientações para você cuidar melhor da sua saúde financeira.*



**POR FERNANDA BRUM, CFP® E DENISE ESTRELLA, CFP®**

Black Friday não testa apenas o bolso. Testa, sobretudo, o emocional. À medida que as ofertas se aproximam, muitos associados começam a sentir um misto de curiosidade, receio e, até certa urgência.

É natural: campanhas intensas, mensagens repetidas e prazos curtos pressionam a atenção e criam a sensação de que qualquer atraso significa perder uma oportunidade valiosa.

Nossa proposta é que antes de avançar, vale revisitar como você se sentiu no ano passado.

- ✓ Houve ansiedade?
- ✓ Pressa?
- ✓ Arrependimento?
- ✓ A impressão de que estava comprando para aliviar uma tensão, e não por necessidade real?

**Esses estados emocionais influenciam mais do que os preços exibidos.**

**Frases como “só hoje”, “últimas unidades” e “oferta exclusiva” não existem para informar, mas para aceleram suas decisões.** Quando a urgência entra, o raciocínio fica vulnerável. Compramos rápido demais, avaliamos pouco e esquecemos de considerar se o item realmente fará diferença na rotina ou se apenas responde a um impulso momentâneo.

## Riscos Adicionais

A Black Friday também traz riscos que vão além do consumo por impulso. Nas últimas semanas de novembro, golpes, links falsos, anúncios manipulados e produtos com preços inflados se misturam às promoções legítimas.

## FIQUE ATENTO:

**Quando a mente está cansada, distraída ou sobrecarregada, a chance de cair em armadilhas aumenta.**

Para diminuir esses riscos, antes de finalizar qualquer compra, faça três perguntas simples:

- Eu compraria isso se não estivesse em promoção?
- Cabe no meu orçamento sem comprometer as próximas semanas?
- Estou comprando por necessidade ou para aliviar uma emoção?

Essas respostas, dadas com sinceridade, funcionam como um filtro de proteção. Elas reduzem riscos, evitam arrependimentos e preservam a tranquilidade financeira.

A Black Friday pode ser útil, desde que conduzida com calma e clareza. **Não é uma corrida. É um período que exige atenção e consciência. Ao respeitar seus limites, seu planejamento e sua realidade financeira, você protege tanto o presente quanto o futuro.**

A Soberj permanece ao seu lado para oferecer informação ética, orientação segura e apoio nas decisões que impactam sua vida financeira.

