

Apostas on-line: melhor nem começar

As apostas esportivas pela internet, conhecidas como “bets”, trazem riscos para a vida pessoal e a rotina de trabalho, incluindo queda de produtividade, problemas de saúde mental e dificuldades financeiras.

Tanto os profissionais quanto as empresas e instituições são afetados. Pessoas envolvidas com a prática podem apresentar falta de concentração, distrações frequentes, atrasos, erros operacionais e diminuição no rendimento geral. A dependência em apostar pode também ocasionar quadros de ansiedade, depressão e estresse crônico, afetando o bem-estar emocional e psicológico do trabalhador. Além disso, as dívidas que muitas vezes vêm com as “bets” comprometem a estabilidade financeira, influenciando no clima organizacional.

É importante a reflexão sobre os riscos das apostas on-line porque esse tipo de atividade, apesar de amplamente



divulgado como forma de entretenimento ou oportunidade de ganho fácil, pode levar ao desenvolvimento de comportamentos compulsivos e causar sérios prejuízos financeiros, emocionais e sociais. A facilidade de acesso, a ausência de limites claros e a lógica viciante das plataformas digitais contribuem para a banalização do jogo e dificultam o controle por parte dos usuários. Quando se trata de “bets”, na dúvida, o mais seguro é não começar.

DICA DE BEM-ESTAR

A cada edição selecionamos dicas para tornar a vida dos nossos leitores mais leve e interessante.

Quer contribuir?

Envie sua dica para informeinca@inca.gov.br. Participe!



Dica: Viajar a Lisboa. Enviada por Marcelo Chagas, do Serviço de Comunicação Social.

Situada às margens do Rio Tejo, a Cidade das Sete Colinas oferece uma gama de atrações, como a fábrica dos famosos pastéis de Belém, no bairro homônimo; o Parque e a Torre de Belém; o Monumento aos Descobrimentos; a famosa loja de departamentos El Corte Inglés; o Palácio Nacional da Ajuda, onde vivia a Família Real

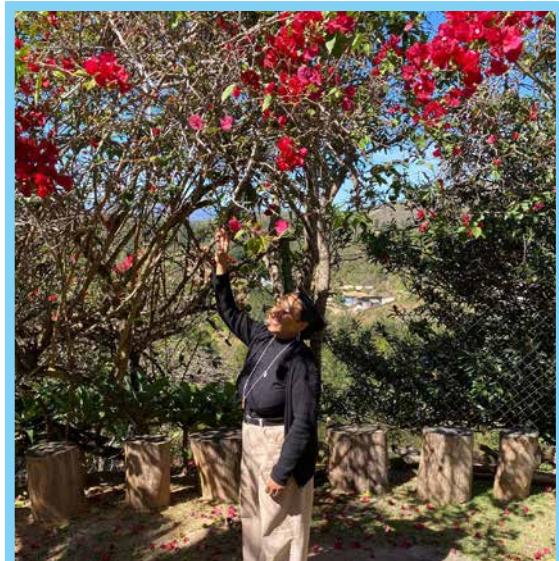
Portuguesa, e o Cais da Ribeira, de onde ela partiu para o Brasil; as ruas da Baixa, com comércio intenso e prédios de azulejos; praças como Martim Moniz, D. Pedro IV e dos Restauradores; a pitoresca estação de trem do Rossio e o Parque Eduardo VII.

Mais um destaque para quem desejar estender a viagem é a charmosa cidade litorânea de Cascais, localizada a cerca de 30 km de Lisboa. Conhecida pelas suas belas praias, marina elegante e centro histórico, revela uma mistura de encanto tradicional com sofisticação.



GALERIA INCA

Envie suas fotos para o nosso e-mail: informeinca@inca.gov.br. Uma foto será selecionada e pode ser a sua. Na próxima edição, o tema da Galeria será **PRIMAVERA**.



TEMA: FLORES | Nesse local, **Yasmin Marques**, enfermeira na área de Ensaios Clínicos em Oncologia Pediátrica, conta que teve uma grande experiência com Deus, por meio da contemplação da criação.