DIÁRIO DE 40 TRADES

O método que muda sua curva

CHECKLIST BÔNUS: 10 Passos Para Rodar sua Amostra do Jeito Certo

TRADERS HOUSE

#INTRODUÇÃO

A maioria dos traders não trava por falta de inteligência, vontade ou técnica.

Eles travam porque não têm diagnóstico real.

⏭ SEM REGISTROS	Você não sabe o que fez.
⏭ SEM DIAGNÓSTICO	Você não sabe o que ajustar.
⏭ SEM AJUSTE	Nada muda.

O resultado é sempre o mesmo ciclo:

Opera alguns dias → acerta → perde tudo em um tilt → muda o método → tenta de novo... e repete tudo.

Mas existe uma forma objetiva e simples de quebrar esse ciclo:

Rodar uma amostra limpa de 40 trades com o mesmo método.

Esse processo revela:

- Onde está seu erro;
- Quanto do que você faz é execução vs. emoção;
- Se seu método realmente funciona;
- Como ajustar o que importa de verdade.

Neste guia rápido, você vai aprender:

- Como montar seu **Diário de 40 Trades;**
- Quais **métricas** importam (e por quê);
- Quais **erros** destroem sua amostra;
- Como revisar e ajustar sua evolução **a cada 10 trades.**

Se você quer virar a chave da consistência, **esse é o primeiro passo.**

1

#CAPÍTULO 1

Por que o Diário de 40 Trades muda tudo

O trader comum tenta evoluir na “sensação”.
O trader profissional evolui com dados mensuráveis.

Uma amostra de **40 trades** é suficiente para:

- REVELAR PADRÕES
- VALIDAR (OU INVALIDAR) UM MÉTODO
- EXPOR VÍCIOS EMOCIONAIS
- MEDIR SUA REAL EFICIÊNCIA
- COMPARAR EXECUÇÃO VS. PLANO

Por que 40? Cancel

Menos do que isso vira ruído. Mais do que isso, coloca você em risco de continuar repetindo erros por semanas.

40 é o ponto perfeito entre velocidade + clareza

Se você ainda não tem um método claro para executar esses 40 trades, fique tranquilo. Eu compartilho constantemente técnicas **práticas e dicas objetivas para te ajudar a evoluir e ganhar consistência nos seus trades.**

@eusoupaulinholima
Paulo Lima
1.151 posts 188 mil seguidores 101 seguindo

SEGUIR NO INSTAGRAM

2

#CAPÍTULO 2

Estrutura mínima do diário

Para que a amostra seja limpa, **você precisa registrar sempre:**

- **Data** → dá contexto de mercado (volatilidade, horário, notícias).
- **Setup** → qual regra você usou.
- **Entrada / Stop / Alvo** → parâmetros objetivos, comparáveis.
- **Risco (em R)** → quanto arriscou por operação.
- **Resultado (em R)** → o que ganhou/perdeu.
- **Notas** → conduta, emocional, execução.

Por que isso muda tudo? Cancel

Estes campos permitem comparar: **Execução × Plano**

Assim você separa:

✕ erro técnico ⇄ ✕ erro emocional ⇄ ✕ erro de método

Quem não registra vive no escuro.
⚡ Quem registra evolui rápido.

3

#CAPÍTULO 3

As métricas que realmente importam

Depois de rodar 40 trades, você terá 3 números que dizem tudo sobre você:

1. Taxa de Acerto

% de operações vencedoras.

Por que importa: Mede sua confiança operacional.

- ✓ Iniciante com 70–80% de acerto tende a executar bem.

- ✖ Iniciante com 30–40% abandona o método antes de aprender.

2. Payoff Médio

Média do ganho ÷ média da perda.

Por que importa: É a régua da sua qualidade.

Você pode acertar pouco e mesmo assim ser lucrativo, desde que ganhe mais quando acerta e perca pouco quando erra.

3. Fator de Lucro

Ganhos totais ÷ perdas totais.

Por que importa: É a métrica que valida o sistema no conjunto da amostra.

Exemplos rápidos:

Acerto 45% + Payoff 2,0
→ Fator ≈ 1,6 (lucrativo)

Acerto 70% + Payoff 0,6
→ Fator ≈ 1,1 (marginal)

Nunca avalie sua performance por 1 dia isolado.
Amostra é estatística — **não emoção.**

4

#CAPÍTULO 4

O que destrói sua amostra (e como evitar)

Esses são os três venenos que arruínam qualquer evolução:

✖ Trocar o método no meio

Você contamina o resultado e não sabe o que funcionou.

✖ Mover o stop sem regra

Aumenta a perda média → derruba seu payoff
→ destrói o fator de lucro.

✖ Ajustar regra após 3–4 perdas

Isso é viés de curto prazo. Você mata a curva de aprendizado antes dela existir.

Objetivo da amostra:

preservar comparabilidade + disciplina.

Amostra suja = evolução zero.
Amostra limpa = evolução acelerada.

5

#CAPÍTULO 5

Revisão a cada 10 trades (micro-ciclos)

Em vez de revisar somente no fim, a evolução real acontece a cada 10 operações. **Pergunte para si mesmo:**

1. O que manter?

(setups, horários ou comportamentos com fator > 1)

2. O que cortar?

(tudo que gerou payoff < 1 ou tilt emocional)

3. O que ajustar com regra?

Exemplos:

- ✓ Filtrar contexto específico antes de entrar;
- ✓ Reduzir alvo em horários voláteis;

- ✓ Limitar operações pós-loss.

Essa revisão evita persistir no erro por 40/40 trades.
É aqui que seu operacional acelera

6

#CAPÍTULO 6

Template Oficial (como usar)

O diário deve conter:

- **Data**
- **Setup**
- **Entrada / Stop / Alvo**
- **Risco (em R)**
- **Resultado (em R)**
- **Notas**
- **Checklist de regras cumpridas**

Regras de uso:

Preencha logo após cada trade
Nunca ajuste o registro depois
Revise os blocos de 10
Só conclua o ciclo quando completar os 40

Esse é o primeiro passo para parar de operar "no escuro"
e começar a operar como um profissional.

#CONCLUSÃO

A consistência nasce da amostra limpa

Você acabou de aprender:

- ✓ Como montar o Diário de 40 Trades
- ✓ Quais métricas importam
- ✓ Como revisar sua evolução de forma inteligente
- ✓ O que destrói sua curva
- ✓ Como rodar ciclos curtos de melhoria contínua

A consistência não nasce da sorte. Ela nasce de
método, execução e estatística bem feita.

E se você quer começar a rodar sua primeira amostra do jeito certo, com um setup validado e um plano claro — **o próximo passo é lógico.**

CHECKLIST BÔNUS

10 PASSOS PARA 40 TRADES LIMPOS

I — **Escolha 1 método e siga por 40 trades.**

II — **Registre tudo no diário — tudo mesmo.**

III — **Operações sempre com o mesmo risco (R).**

IV — **Evite operar fora do horário definido.**

V Proíba ajustes emocionais (stop/entrada).

VI Siga o plano escrito antes do trade.

VII Revise a cada 10 trades.

VIII Corte padrões ruins sem dó.

IX Mantenha padrões lucrativos.

X Complete o ciclo (40) antes de mudar qualquer regra.

TRADERS
HOUSE

SOBRE A TRADERS HOUSE

A Traders House é uma escola completa de educação financeira e formação de traders, criada com um propósito simples: ensinar pessoas comuns a operar no mercado com método, disciplina e segurança.

Mais do que cursos, **oferecemos um ecossistema de aprendizado e prática real, que inclui:**

- **Treinamentos do básico ao avançado** – para iniciantes e traders em evolução.
- **Programas de suporte e mentoria** – acompanhamento direto para cada fase do processo.
- **Estruturas práticas de mercado** – incluindo a nossa Mesa Proprietária, onde você pode operar com o capital da mesa.
- **Comunidade sólida** – traders comprometidos com disciplina, consistência e crescimento.

Fundada por **Paulinho Lima**, trader profissional com mais de uma década de experiência real no mercado, a Traders House já ajudou centenas de pessoas a iniciarem sua jornada com segurança e método.

Se você quer aprender, evoluir e operar com mais clareza, **acompanhe nossos conteúdos diários:**

Traders House: **@escolatradershouse**

Mesa Proprietária: **@thprop**

Site oficial **Traders House**

Youtube do Paulinho: **@PaulinhoLima**

TRADERS
HOUSE