



UNIVERSIDADE FEDERAL DE OURO PRETO – UFOP

INSTITUTO DE CIÊNCIAS SOCIAIS E APLICADAS

DEPARTAMENTO DE CIÊNCIAS ECONÔMICAS

Daymes Henrique Faria

**PLANEJAMENTO FINANCEIRO COMO QUALIDADE DE VIDA E ESTRATEGIA
DE COMBATE AO ENDIVIDAMENTO DO BRASILEIRO**

2023

Daymes Henrique Faria

**PLANEJAMENTO FINANCEIRO COMO QUALIDADE DE VIDA E
ESTRATEGIA DE COMBATE AO ENDIVIDAMENTO DO BRASILEIRO**

Monografia apresentado ao Curso de Ciências Econômicas da Universidade Federal de Ouro Preto, como parte dos requisitos para obtenção do título de Bacharel em Ciências Econômicas.

ORIENTADOR: DANIEL DO VAL COSENTINO

MARIANA-MG

DEECO / ICSA / UFOP

2023

SISBIN - SISTEMA DE BIBLIOTECAS E INFORMAÇÃO

F224p Faria, Daymes Henrique.
Planejamento Financeiro Como Qualidade de Vida e Estratégia de Combate ao Endividamento do Brasileiro. [manuscrito] / Daymes Henrique Faria. - 2023.
31 f.: il.: gráf., tab..

Orientador: Prof. Dr. Daniel do Val Cosentino.
Monografia (Bacharelado). Universidade Federal de Ouro Preto.
Instituto de Ciências Sociais Aplicadas. Graduação em Ciências Econômicas .

1. Dívidas pessoais - Brasil. 2. Finanças pessoais - Brasil. 3. Qualidade de vida - Brasil. I. Cosentino, Daniel do Val. II. Universidade Federal de Ouro Preto. III. Título.

CDU 64.03(81)

Bibliotecário(a) Responsável: Essevalter De Sousa - Bibliotecário Coordenador
CBICSA/SISBIN/UFOP-CRB6a1407



FOLHA DE APROVAÇÃO

Daymes Henrique Faria

PLANEJAMENTO FINANCEIRO COMO QUALIDADE DE VIDA E ESTRATEGIA DE COMBATE AO ENDIVIDAMENTO DO BRASILEIRO

Monografia apresentada ao Curso de Ciências Econômicas da Universidade Federal de Ouro Preto como requisito parcial para obtenção do título de Bacharel em Ciências Econômicas.

Aprovada em 17 de agosto de 2023

Membros da banca

Prof. Dr. Daniel do Val Cosentino - Orientador(a) (Universidade Federal de Ouro Preto)
Prof. Dr. André Mourthé de Oliveria - (Universidade Federal de Ouro Preto))
Prof. Dr. Francisco Horácio Pereira de Oliveira - (Universidade Federal de Ouro Preto)

Prof. Dr. Daniel do Val Cosentino, orientador do trabalho, aprovou a versão final e autorizou seu depósito na Biblioteca Digital de Trabalhos de Conclusão de Curso da UFOP em 17/08/2023.



Documento assinado eletronicamente por **Daniel do Val Cosentino, PROFESSOR DE MAGISTERIO SUPERIOR**, em 17/08/2023, às 21:14, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 6º, § 1º, do [Decreto nº 8.539, de 8 de outubro de 2015](#).



A autenticidade deste documento pode ser conferida no site http://sei.ufop.br/sei/controlador_externo.php?acao=documento_conferir&id_orgao_acesso_externo=0, informando o código verificador **0576334** e o código CRC **6C3E79D2**.

AGRADECIMENTOS

É com muita satisfação e gratidão que estendo meus sinceros agradecimentos a todos aqueles que contribuíram para a realização deste Trabalho de Conclusão de Curso (TCC).

Em primeiro lugar, gostaria de agradecer ao orientador, Daniel Do Val Cosentino e ao professor Francisco Horacio Pereira de Oliveira, pela orientação, apoio e dedicação durante todo o processo. Suas ideias, conselhos e conhecimentos ajudaram bastante para o desenvolvimento deste trabalho. Este percurso acadêmico foi enriquecido com a paciência de ambos, disponibilidade e capacidade de orientação.

Também gostaria de agradecer a todos os professores e profissionais que valorizaram seus conhecimentos por meio de cursos, palestras ou orientações relacionadas.

As experiências e conhecimentos valiosos que eles compartilharam enriqueceram muito meu trabalho e conhecimento, fornecendo uma perspectiva mais ampla e profunda sobre o mesmo assunto. Gostaria de expressar minha gratidão aos meus amigos e colegas de classe por seu constante incentivo e apoio emocional ao longo de minha jornada acadêmica. Discussão, troca de ideias e trabalho em equipe são fundamentais para o crescimento mútuo e sucesso de cada um.

Quero agradecer à minha família, em primeiro lugar aos meus pais, que sempre aguardaram ao meu lado, incentivando-me a seguir em frente, mesmo nos momentos de preocupação e dificuldade. Seu amor incondicional e apoio inabalável foram a âncora que me manteve firme durante essa jornada. Em segundo aos meus irmãos, sou grato pelo companheirismo e pelas palavras de encorajamento quando precisei superar os obstáculos. A presença de vocês foram uma fonte constante de motivação.

Agradeço também aos meus amigos e primos próximos, vocês têm sido uma presença constante e reconfortante em minha jornada, e eu não poderia estar mais

agradecido por ter amigos e primos tão especiais como vocês, obrigado pelo incentivo, apoio e por nunca soltarem minha mão

Finalmente, agradeço a todos que direta ou indiretamente toleraram este trabalho. Cada palavra de encorajamento, cada sugestão e cada reflexão tem sido uma base para o meu crescimento acadêmico e pessoal. Expressar toda a minha gratidão em um texto é um desafio, porque há tantas pessoas que merecem menção. Do fundo do meu coração, agradeço a todos que fizeram parte dessa jornada e da minha vida. Desejo a este trabalho uma significativa contribuição e motivação. Estou feliz e orgulhoso do que conquistei e gostaria de agradecer a todos que estiveram comigo ao longo do caminho.

Obrigado.

RESUMO

O presente trabalho pretende abordar o planejamento financeiro como ferramenta estratégica na promoção da qualidade de vida do brasileiro e mecanismo de combate ao endividamento e setor direto de melhoria da vida financeira e saúde mental do indivíduo.

Como ferramenta primária, busca enfrentar o problema sob a perspectiva da formação de reserva de emergência como principal rota de saída ao consumo ineficaz do crédito evitando o endividamento exagerado.

ABSTRACT

The present work intends to address financial planning as a strategic tool in promoting the quality of life of Brazilians and a mechanism to combat indebtedness and a direct sector for improving the financial life and mental health of the individual.

As a primary tool, it seeks to tackle the problem from the perspective of forming an emergency reserve as the main way out of inefficient credit consumption, avoiding excessive indebtedness.

LISTA DE GRAFICOS E TABELAS

GRÁFICOS

- 01. Variação IPCA**
- 02. Variação INPC**
- 03. Desocupados**
- 04. Taxa Média Anual de Desocupação**
- 05. Grau de Endividamentos**
- 06. A Hierarquia das necessidades de Maslow**

TABELAS

- 01. Planilha de Controle Financeiro**
- 02. Planilha de Controle Financeiro com Supostos Lançamentos**

SUMARIO

1.0 Introdução.....	p.08
2.0 O que é Planejamento Financeiro.....	p.10
3.0 O que é a Reserva de emergência e qual o seu objetivo.....	p.11
4.0 Taxa de Inflação no Brasil e Desemprego.....	p.12
5.0 Endividamento Dos Brasileiros e Principais Causas.....	p.16
6.0 Planejamento Financeiro e Qualidade de Vida.....	p.19
7.0 Quais os Benefícios de se Ter um Planejamento Financeiro.....	p.22
8.0 Como se Planejar Financeiramente Criando a Reserva de Emergência...	p.23
9.0 Dificuldades de se planejar financeiramente.....	p.27
10.0 Considerações Finais.....	p.28
11.0 Referencias.....	p.30

1. Introdução

O planejamento financeiro é uma estratégia essencial para ter uma vida saudável e equilibrada financeiramente. Quando administramos bem nossas finanças, podemos evitar situações estressantes e imprevistos financeiros que podem afetar nossa qualidade de vida.

Por exemplo, protegendo e orçamentando suas despesas, você pode evitar dívidas inesperadas e economizar dinheiro para emergências e despesas inesperadas. Isso lhe dá maior segurança financeira e capacidade de lidar com circunstâncias imprevistas sem afetar gravemente sua situação financeira.

Além disso, o planejamento financeiro pode nos ajudar a alcançar metas financeiras de longo prazo, como comprar uma casa, pagar a educação de um filho ou alcançar a estabilidade financeira. Ao definir metas financeiras claras e desenvolver um plano para alcançá-las, podemos ter mais segurança sobre nosso futuro financeiro e melhorar nossa qualidade de vida.

Sendo assim, o presente trabalho busca falar sobre o planejamento financeiro como qualidade de vida e estratégia de combate ao endividamento do brasileiro, para isso foram feitos estudos através de artigos e sites como o IBGE e reportagem. O intuito deste trabalho é ajudar as pessoas a estudar e controlar seus gastos através de lançamentos em uma simples planilha. Além de mostrar o benefício do planejamento financeiro, pois o mesmo pode ajudar a reduzir o estresse e a ansiedade relacionada ao dinheiro. Muitas pessoas enfrentam problemas de saúde mental devido a preocupações com dinheiro e dívidas. Ao ter um plano claro e realista para lidar com nossas finanças, podemos reduzir a ansiedade e o estresse relacionados ao dinheiro melhorando nossa qualidade de vida.

Em suma, este trabalho busca mostrar que o planejamento financeiro é uma ferramenta importante para alcançar uma vida financeira saudável e equilibrada. Quando temos um bom planejamento financeiro, podemos evitar dívidas desnecessárias, ter reservas financeiras para emergências, atingir nossas metas financeiras de longo prazo e reduzir o estresse e a ansiedade relacionada ao dinheiro. O nível de endividamento é mostrado através de gráficos e foi usada a

pirâmide de Maslow para mostrar um dos principais objetivos que é a autorrealização pessoal.

Sendo assim, este trabalho tem como objetivo mostrar como um bom planejamento financeiro pode evitar o superendividamento que vem crescendo cada vez mais na população brasileira (como é demonstrado através de gráficos) tendo controle até mesmo do cartão de crédito utilizando apenas quando necessário e não como extensão da renda, dado que o não pagamento dos mesmos acarretam em juros altos e acabam fazendo com que os cidadãos fiquem inadimplentes com suas dívidas, tendo como possível solução o controle financeiro e estudo dos gastos.

2. O que é Planejamento Financeiro

Planejamento Financeiro nada mais é que uma ferramenta que consiste em ajudar a organizar suas finanças e alcançar objetivos almejados.

Cicero e outro, em seu artigo, planejamento Financeiro (2011) apresentam pensamentos dos seguintes autores:

Gitman (2001, p. 434), “O planejamento financeiro é um aspecto importante das operações nas empresas e famílias, pois ele mapeia os caminhos para guiar, coordenar e controlar as ações das empresas e das famílias para atingir seus objetivos”.

Ross, Westerfield e Jaffe (1995, p. 525), “O planejamento financeiro formaliza o método pelo qual as metas financeiras tanto das empresas quanto das famílias devem ser alcançadas”.

Assim acreditam que o planejamento financeiro responde três importantes perguntas que são: “como aproveitar as oportunidades de investimento que o mercado propõe; identificar o grau de endividamento aceitável; e determinar a parcela dos lucros aferidos”.

Logo se entende que essa ferramenta irá ajudar a evitar um endividamento impagável além de demonstrar os gastos detalhados possibilitando o indivíduo se reeducar financeiramente e alcanças seus objetivos seja ele qual for. Resumindo, o planejamento financeiro busca fazer com que o indivíduo alcance seus objetivos controlando suas finanças.

3. O que é a Reserva de emergência e qual o seu objetivo

A reserva de emergência é um valor que você guarda e junta para passar por problemas que possam ocorrer futuramente, como perda do emprego, doença na família, gastos imprevistos etc. O objetivo dessa reserva é evitar o endividamento exagerado dando uma segurança financeira para passar por esses problemas ou outros que possam surgir sem perder o padrão de vida evitando o endividamento excessivo.

4. Taxa de Inflação no Brasil e Desemprego

Chamamos de Inflação o aumento dos preços de produtos e serviços, os mesmos são calculados pelos índices de preços ou índices de inflação como é mais conhecido. O IBGE apresenta dois dos mais importantes índices que são:

IPCA: Índice Nacional de Preços ao Consumidor Amplo;

INPC: Índice Nacional de Preços ao Consumidor.

Os dois índices buscam medir a variação do preço dos produtos e serviços consumidos pela população buscando como resposta se os produtos e serviços tiveram aumento de preço de um mês para o outro, sabendo assim o quanto os preços afetam o orçamento de cada família.

A diferença entre os índices se dá no termo “Amplo”, onde o IPCA engloba uma parcela maior da população, apontando a variação do custo de vida médio das famílias com renda mensal de 1 a 40 salários mínimos. Já o INPC verifica a variação das famílias que recebem entre 1 a 5 salários mínimos. Que no caso são os mais afetados à variação dos preços, dado que os mesmos tendem a gastar quase todo ou todo o salário em itens básicos como alimentação, transporte, moradia etc, dificultando assim que consigam criar uma reserva de emergência.

Variação IPCA

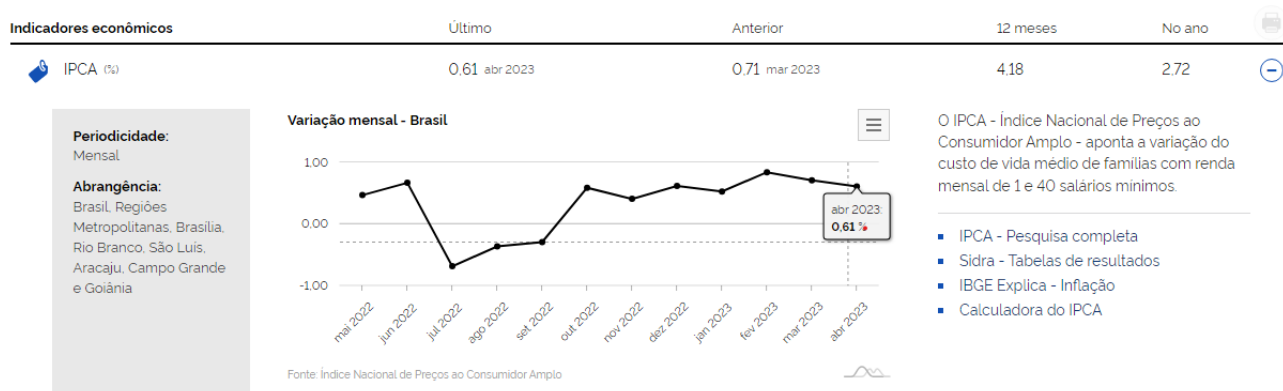


Gráfico 01 (Fonte IBGE)

Varição INPC

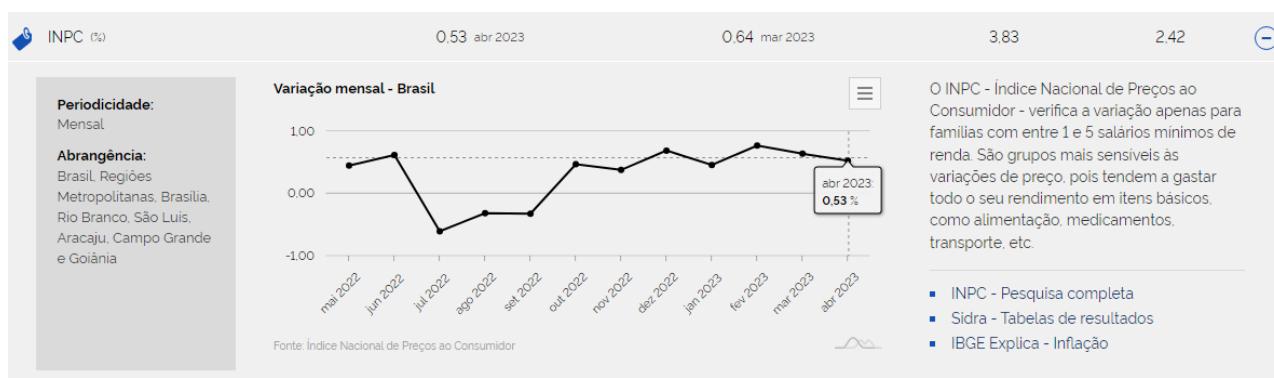


Gráfico 2 (Fonte IBGE)

Ambos os indicadores caíram no mês de abril de 2023, o que demonstra uma desaceleração da inflação, mas ainda assim continua acima do que em maio de 2022.

Por outro lado temos o Desemprego, que no caso abrange as pessoas acima de 14 anos (idade considerada para trabalhar), segundo o IBGE. Deve-se ter em vista que para ser considerado desempregado não basta apenas não possuir um emprego, dado que há pessoas que não trabalham ou não são registrados como trabalhadores, mas são estudantes, donas de casa ou simplesmente possuem seu próprio negócio. Nesse sentido de acordo com o IBGE para a Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios Contínua – PNAD Contínua, o estudante e a dona de casa são considerados pessoas que estão Fora da Força de Trabalho. Por outro lado a pessoa que possui seu próprio negócio é considerada Ocupada.

O PNAD Contínua, dado o IBGE, busca mostrar quantos desempregados há no Brasil. Assim o IBGE divulgou os dados registrados no último resultado do PNAD do primeiro trimestre de 2023.

Desocupados

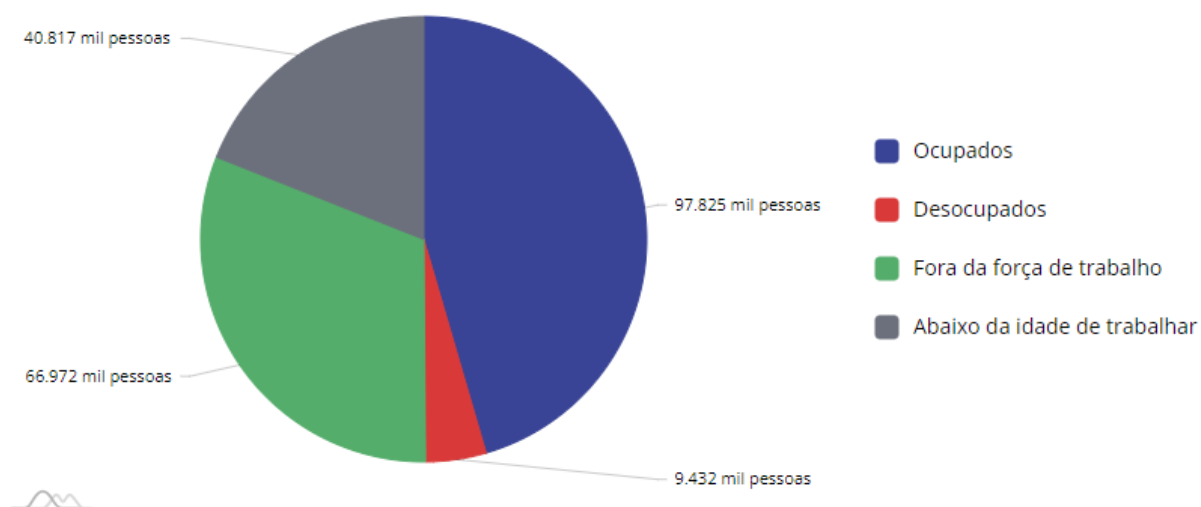


Gráfico 03 (Fonte IBGE)

Taxa Media Anual de Desocupação

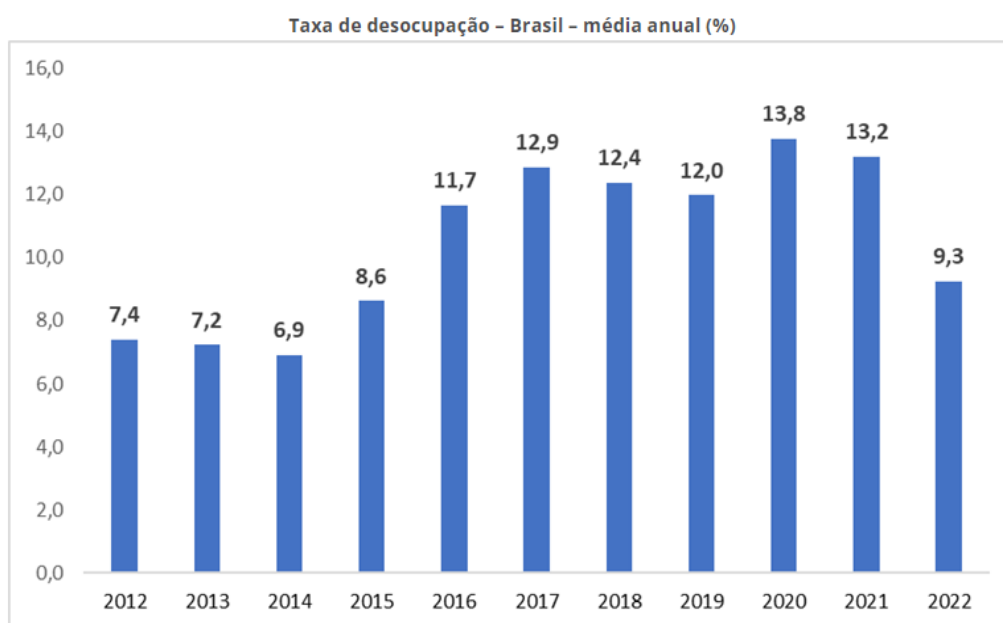


Gráfico 04 (Fonte IBGE)

Segundo o IBGE o desemprego médio anual totaliza 10,0 milhões em 2022, uma queda de 3,9 milhões (-27,9%) em relação a 2021. No entanto, o número de pessoas procurando trabalho é 46,4% superior ao menor patamar do mercado de trabalho em 2014 e ao número de desempregados da série histórica contínua da PNAD (6,8 milhões). A taxa média anual de desemprego está estimada em 9,3%, uma diminuição de 3,9 pontos percentuais (p.p.) face a 2021 (13,2%). Em relação a 2014, um aumento de 2,4 pontos percentuais, o indicador sobe de 6,9% (2014) para 9,3% (2022). Este é um aumento de 1,9 pontos percentuais de 7,4% em 2012.

5. Endividamento Dos Brasileiros e Principais Causas

Em 2023 o país bateu um novo recorde, esse marco histórico havia sido batido na pesquisa feita em 2022 segundo a reportagem do Agencia brasil (Publicado em 04/05/2023 - 11:26 Por Vitor Abdala – Repórter da Agência Brasil - Rio de Janeiro).

No mês de abril de 2023, o percentual de domicílios brasileiros com dívidas (inadimplentes ou não) chegou a 78,3%. A taxa é a mesma observada no mês anterior, mas acima dos 77,7% de abril de 2022 – Os dados são da Pesquisa de Endividamento e Inadimplência do Consumidor (Peic), divulgada pela Confederação Nacional do Comércio de Bens, Serviços e Turismo (CNC).

A pesquisa aponta que o numero de inadimplentes, ou seja, aqueles que possuem dividas em atraso, chegou a bater a meta de 29,1% das famílias brasileiras, acima dos 28,6% de abril de 2022, segundo o jornalista, o aumento ocorreu principalmente na classe média.

Os endividados que não tiveram condições de pagar suas dívidas somaram o total de 11,6% superior aos 11,5% de março.

O total de brasileiros endividados somou 86,8% com dívidas no cartão de crédito e 9% no crédito pessoal, ou seja, empréstimos bancários como exemplo.

Podemos notar abaixo o crescimento do índice de endividados até o mês de abril de 2023.

Grau de Endividamentos

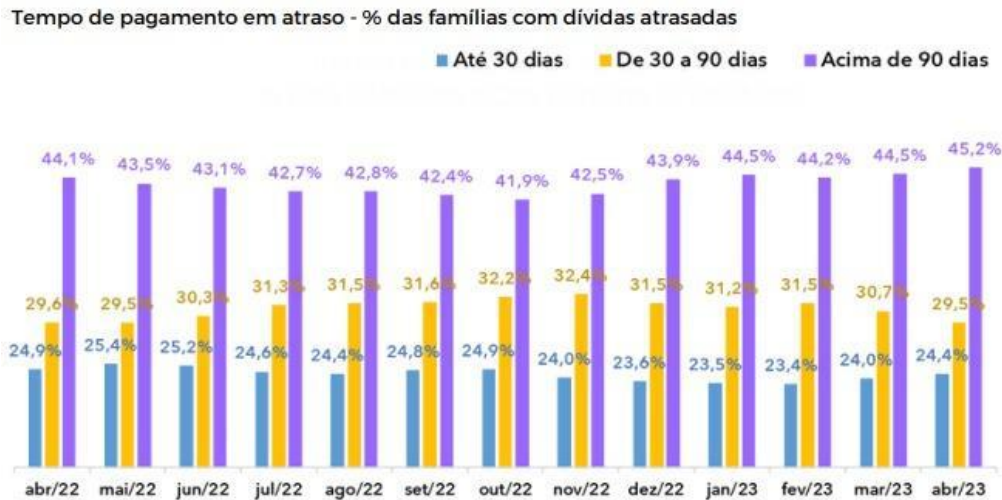


Gráfico 05 (SBT News Economia Camila Stucaluc 05/05/2023)

Uma das principais causas do endividamento dos brasileiros é a falta de educação financeira, ou seja, o consumidor não saber conciliar os seus ganhos com os seus gastos. Segundo Fabiana Monteiro de Souza e Felipe Guimarães de Oliveira (2022), em seu artigo afirmam que grandes partes dos consumidores utilizam o crédito para sustentar o seu consumismo ou estilo de vida que não possam manter, e afirmam ser da falta do conhecimento de uma educação sobre finanças. Assim os autores afirmam que o crédito é um recurso alternativo para adquirir bens e serviços que não possam ser pagos no momento da compra, logo explicam o significado da palavra:

“Ademais, vale ressaltar que a palavra crédito advém do latim *creditum* e possui como uma de suas definições: Ter confiança em algo. A partir disso, torna-se possível entender que na esfera das finanças, todo e qualquer procedimento que envolva crédito é baseado em confiança, em que o credor (aquele que crê), empresta determinada quantia para o devedor, confiando

que o mesmo o pagará, recebendo assim o seu montante de volta”.

Assim os autores completam afirmando que a seguinte confiança não se torna pura pelo fato de todo credor somente emprestar seu crédito estabelecendo uma determinada taxa de juros ao ser devolvido.

Com isso podemos ressaltar que uma das principais causas do endividamento dos brasileiros, se torna o fácil acesso ao crédito, os juros elevados e o comportamento do consumidor não sabendo lidar com suas finanças.

Não só isso, como vimos anteriormente, em relação as taxas de desemprego e inflação, podemos notar que as taxas de desemprego e inflação podem estar correlacionadas ao endividamentos. Por exemplo, o aumento do desemprego pode levar ao aumento da dívida das famílias, uma vez que podem continuar a ser abastecidos para cobrir as despesas diárias e as necessidades básicas. Além disso, os desempregados podem ter dificuldades para pagar as dívidas existentes, o que pode levar a um ciclo de dívidas e inadimplência. Além disso, o aumento da inflação pode gerar a perda de compra em determinada família, dado isso para manter suas necessidades podem acabar endividadas. Desse modo podemos ressaltar a importância de um bom planejamento financeiro para evitar “dores de cabeça”.

6. Planejamento Financeiro e Qualidade de Vida

Os Brasileiros já cresceram acostumados historicamente a não reservar parte da renda tendo como reflexo o plano cruzado onde os preços subiam drasticamente em diferentes fases do mesmo dia, portanto não era vantajoso poupar a renda, dado que em diferentes fases do mesmo dia você perderia uma porcentagem do seu poder de compra. Tomando como base a pesquisa dos autores Cícero Pereira Leal e José Antonio Rodrigues do Nascimento (2011), Planejamento financeiro pessoal, com a implantação do Plano Real em 1994, o país teve uma das maiores estabilizações econômicas vistas nos últimos tempos o que gerou melhor poder de compra aos brasileiros, porém segundo os autores, devido à falta de prática da população em se planejar financeiramente os cidadãos acabaram se endividando, dessa forma os dois autores afirmam que boa parte da população brasileira enfrenta dificuldades em lidar com as finanças pessoais.

Claudia Regina Halles, Rivelto Sokolowski e Emerson Martins Hilgemberg (2008) em seu artigo, apontam como principal causa do não planejamento financeiro, os baixos salários, a dificuldade em ter acesso aos créditos e a cobrança de juros abusivos dos mesmos. Ainda seguindo o artigo, é comum achar que o planejamento financeiro faça com que o indivíduo ou a família tenha perda na qualidade de vida, porém a prática de se planejar financeiramente pensando tanto no presente quanto no futuro, irá ajudar a identificar quais gastos podem ser cortados até mesmo por estarem sendo excessivos e alocar parte do capital em lugar mais vantajoso para a família ou a si mesmo. Já Marisa Guiareta (2011) fez um estudo ressaltando que o planejamento financeiro possibilita ao cidadão adequar sua renda às suas necessidades almejando a auto-realização, para isso a autora apresenta em seu artigo a seguinte figura de Maslow:

A Hierarquia das necessidades de Maslow



Gráfico 06 (Fonte Claudia Regina Halles, Rivelto Sokolowski e Emerson Martins Hilgemberg)

Na figura podemos ver que a base da pirâmide consiste nas necessidades básicas para sobrevivência (como água, moradia, refeições diárias, etc), caminhando para o topo buscando a auto-realização. Não só isso, o bom planejamento financeiro, pode ajudar uma família a enfrentar problemas futuros como, por exemplo, perda de parte da renda familiar decorrente da perda de emprego de um membro familiar que ajuda na renda da casa. Uma solução para tal problema, seria a família ou cidadão possuir uma reserva emergencial para ter maior conforto ao enfrentar essa crise.

Os autores Ana Gomes e Paulo Andrade (2019), usaram a mesma pirâmide em seu trabalho relatando a grande influência que o status e o reconhecimento têm sobre o indivíduo perante aos impulsos de gastos que promovam “boa imagem” (falando financeiramente), em vistas das outras pessoas gerando dívidas para satisfazer desejos pessoais. Porém, como ressaltam os autores, tal prática gera consequências, como preocupação em honrar e pagar as contas, inadimplência, endividamento interferindo diretamente no ponto principal citado no topo da pirâmide que é a auto-realização e prejudicando a saúde mental do cidadão.

Guilherme Santos Souza e outros (2018), relata em seu artigo sobre o crescimento do endividamento das famílias brasileiras, acreditando ter influencia do crédito tomando como base a pesquisa de Hojman, Miranda e Ruiz-Tagle (2016),

onde ele relata que teve uma grande saída de famílias de situações de pobreza para pertencerem a classe média principalmente pela liberação do crédito. Com isso Santos Souza afirma que 50% das famílias brasileiras possuem algum endividamento sendo 23% delas alegam dívidas em atraso e 9% admitem não conseguir pagar a dívida feita. Logo os autores explicam que nem sempre a dívida significa negativa, para os mesmos a pessoa ou família pode ter se “endividado” para investir em bens produtivos que tragam retorno, o problema se dá quando o cidadão não tem controle sobre a dívida e não consegue pagar a mesma, assim segundo eles o indivíduo pode perder sua qualidade de vida e adquirir problemas como transtorno de ansiedade, depressão e até mesmo os casos mais graves como suicídio.

Tendo como base Fonseca, Ana e Paulo afirma que a falta de planejamento financeiro interfere diretamente no desenvolvimento social e na qualidade de vida das pessoas, onde elas apresentam dívidas impagáveis ficando a mercê das preocupações, gerando a elas sensação de insucesso e tristeza.

Manuela Silva, Graça Cardoso, Benedetto Saraceno e José Caldas de Almeida apontam em seu texto um ponto muito importante das causas que o endividamento pode levar. Segundo os autores a perda do emprego e o empobrecimento seguido de dívidas estão associados ao agravamento da saúde mental da população, causando depressão e até mesmo o suicídio. Um bom planejamento financeiro pode ajudar o cidadão a passar por essas crises sem muitos problemas, quando o indivíduo ou família se planeja pensando no futuro, fazendo uma reserva de emergência para situações como essa de perda do emprego, os mesmos estão um passo à frente para conseguir enfrentar o problema sem perder o padrão de vida até conseguir ingressar novamente no mercado de trabalho e receber a renda anterior ou próxima à mesma.

7. Quais os Benefícios de se Ter um Planejamento Financeiro

Como já foi visto, o planejamento financeiro não afeta apenas a saúde financeira da família, mas também a física(mental). Como cita Piscine e Pinzetta (2014), depois do medo de falar em público ou da morte, está o medo de lidar com a vida financeira.

De acordo com a pirâmide de Maslow, um bom planejamento financeiro pode aumentar a autoestima de uma pessoa trazendo autorrealização, Collela e demais autores (2014) afirmam que o dinheiro traz prazer, e estabilidade e por isso apontam a importância de se planejar financeiramente.

Não só isso, como já foi citado, um dos principais benefícios de se planejar financeiramente é conseguir fazer uma reserva de emergência para enfrentar possíveis problemas futuros, por exemplo a perda do emprego ou de parte da renda da família ou até mesmo doenças que possam surgir.

8. Como se Planejar Financeiramente criando a reserva de emergência

O principal objetivo do planejamento financeiro é adequar a renda às despesas fugindo dos problemas que o endividamento possa causar e conseguir poupar uma parte da renda para problemas futuros. Mas como se planejar financeiramente?

Segundo Pereira e Rodrigues (2011), o primeiro passo para se planejar financeiramente é identificar a receita líquida, isto é, o quanto de capital entra, incluindo bônus e trabalhos feitos por fora, com isso a pessoa ou família poderá saber de fato o salário real da família.

O segundo passo é identificar as despesas fixas e não fixas, como luz, água, telefone, alimentação, transporte etc.

Por fim, ainda segundo os autores, o terceiro passo é verificar se as despesas estão de acordo com as receitas, logo se o resultado for positivo, a pessoa ou família tem a possibilidade de investir, já se for negativa, o indivíduo deve analisar seus gastos e ver aonde deve ser cortado ou buscar aumentar sua renda.

Um jeito fácil de se ter esse controle é criando planilha no Excel, lançando a renda e os gastos, no final gerando o resultado positivo ou negativo. Com base nisso temos a seguinte planilha (os valores são fictícios, apenas para demonstração de como usar a planilha, a planilha foi construída com base em uma planilha demonstrada pelos autores Cicero Pereira; José Antônio Rodrigues Planejamento Financeiro Pessoal 2011):

Planilha de Controle Financeiro

	A	B	C	D	E
1	PRANILHA CONTROLE FINANCEIRO				
2	RECEITAS	ENTRADAS JANEIRO	ENTRADAS FEVEREIRO	ENTRADAS MARÇO	ENTRADAS ABRIL
3	SALÁRIO	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00
4	OUTROS GANHOS	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00
5	TOTAL DE RECEITA	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00
6	DESPESAS				
7	DESPESAS FIXAS	SAÍDAS	SAÍDAS	SAÍDAS	SAÍDAS
8	ALUGUEL	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00
9	CONTA DE ÁGUA	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00
10	CONTA DE LUZ	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00
11	COMPRA MENSAL	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00
12	PLANO DE SAUDE	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00
13	COMBUSTIVEL VEÍCULO	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00
14	IPTU	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00
15	CONTA DE TELEFONE	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00
16	TOTAL DE DESPESAS FIXAS	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00
17	DESPESAS VARIÁVEIS	SAÍDAS	SAÍDAS	SAÍDAS	SAÍDAS
18	VIAGENS	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00
19	RESTAURANTE	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00
20	DENTISTA	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00
21	VESTUÁRIO	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00
22	LAZER	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00
23	OUTROS GASTOS VARIÁVEIS	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00
24	TOTAL DE DESPESAS VARIÁVEIS	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00
25	SALDO	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00
26	RESERVA EMERGENCIAL	R\$ 0,00			
27					

Tabela 01

Fonte (Cicero Pereira; José Antônio Rodrigues: Planejamento Financeiro Pessoal 2011)

Foi pegado como exemplo 4 (quatro) meses, e os gastos mais comuns dos brasileiros. Dessa forma o indivíduo lança seu salário e outros ganhos obtendo assim a receita total. Logo abaixo encontramos as cédulas para o lançamento das despesas fixas, ou seja, aquelas despesas que todo mês são encontradas como água, conta de luz, compra mensal etc. encontrando o total de despesas fixas no mês. Em seguida nos deparamos com as despesas variáveis, que são aquelas que podem ocorrer durante aquele mês específico (que é a mais fácil para mexer caso entre no vermelho). Dessa forma a planilha automaticamente irá somar o total de despesas e subtrair a receita total encontrando assim o saldo final de cada mês. Por

fim encontramos abaixo o saldo da reserva emergencial que no caso nada mais é que o somatório do saldo que ficou em cada mês.

Planilha de Controle Financeiro com Supostos Lançamentos

	A	B	C	D	E
1	PRANILHA CONTROLE FINANCEIRO				
2	RECEITAS	ENTRADAS JANEIRO	ENTRADAS FEVEREIRO	ENTRADAS MARÇO	ENTRADAS ABRIL
3	SALÁRIO	R\$ 2.600,00	R\$ 2.600,00	R\$ 2.600,00	R\$ 2.600,00
4	OUTROS GANHOS	R\$ 500,00	R\$ 500,00	R\$ 500,00	R\$ 500,00
5	TOTAL DE RECEITA	R\$ 3.100,00	R\$ 3.100,00	R\$ 3.100,00	R\$ 3.100,00
6	DESPESAS				
7	DESPESAS FIXAS	SAÍDAS	SAÍDAS	SAÍDAS	SAÍDAS
8	ALUGUEL	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00
9	CONTA DE ÁGUA	R\$ 100,00	R\$ 150,00	R\$ 120,00	R\$ 130,00
10	CONTA DE LUZ	R\$ 200,00	R\$ 250,00	R\$ 150,00	R\$ 180,00
11	COMPRA MENSAL	R\$ 700,00	R\$ 800,00	R\$ 750,00	R\$ 700,00
12	PLANO DE SAUDE	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00
13	COMBUSTIVEL VEÍCULO	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00
14	IPTU	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00
15	CONTA DE TELEFONE	R\$ 50,00	R\$ 50,00	R\$ 50,00	R\$ 50,00
16	TOTAL DE DESPESAS FIXAS	R\$ 1.050,00	R\$ 1.250,00	R\$ 1.070,00	R\$ 1.060,00
17	DESPESAS VARIÁVEIS	SAÍDAS	SAÍDAS	SAÍDAS	SAÍDAS
18	VIAGENS	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00
19	RESTAURANTE	R\$ 250,00	R\$ 500,00	R\$ 100,00	R\$ 150,00
20	DENTISTA	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 100,00	R\$ 0,00
21	VESTUÁRIO	R\$ 500,00	R\$ 1.000,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00
22	LAZER	R\$ 500,00	R\$ 600,00	R\$ 600,00	R\$ 650,00
23	OUTROS GASTOS VARIÁVEIS	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00
24	TOTAL DE DESPESAS VARIÁVEIS	R\$ 1.250,00	R\$ 2.100,00	R\$ 800,00	R\$ 800,00
25	SALDO	R\$ 800,00	-R\$ 250,00	R\$ 1.230,00	R\$ 1.240,00
26	RESERVA EMERGENCIAL		R\$ 3.020,00		

Fonte (Cicero Pereira; José Antônio Rodrigues: Planejamento Financeiro Pessoal 2011)

Tabela 02

Acima foram expostos supostos lançamentos, onde podemos notar que no mês de janeiro a receita de R\$ 3.100,00 (Três mil e cem reais), despesa fixa de R\$ 1.050,00 (um mil e cinquenta reais) e variável de R\$ 1.250,00 (um mil duzentos e cinquenta reais) gerando no final saldo de R\$ 800,00 (oitocentos reais) no mês de janeiro. Logo em seguida, no mês de fevereiro podemos perceber que o saldo final ficou em vermelho, -R\$ 250,00 (menos duzentos e cinquenta reais). Dessa forma podemos

notar que o individuo teve gastos maiores no mês tanto em água, luz que são despesas fixas, como em vestuário e lazer, que são as variáveis. A proposta dessa planilha é ter controle e notar aonde se pode economizar para ter maior saldo no final do mês, não entrar no vermelho e criar uma reserva de emergência, como podemos notar no mês seguinte que foram poupados alguns gastos e mesmo tendo ido ao dentista, o individuo pode obter saldo de R\$ 1.230,00 (um mil duzentos e trinta reais) no final do mês de março e continuando a poupar alguns gastos que não eram relevantes no mês seguinte, conseguiu saldo de R\$ 10,00 (dez reais) a mais que no mês anterior, finalizando assim com R\$ 3.020,00 (três mil e vinte reais) em sua reserva emergencial que é aproximadamente um mês de salário desse individuo específico que o possibilita investir e aumentar sua reserva.

9. Dificuldades de se planejar financeiramente

Uma das principais dificuldades que o brasileiro enfrenta para se planejar financeiramente é a falta de conhecimento financeiro. A base escolar hoje, não ensina os estudantes a lidar com suas finanças, à implantação de uma matéria sobre o assunto seria um dos caminhos para evitar este problema. É importante ressaltar o uso inconsciente do crédito, o não entendimento deste recurso acaba deixando o indivíduo a mercê de dívidas impagáveis onde os mesmos caminham para a renegociação e acabam tendo seus salários comprometidos por meses.

Outra dificuldade muito importante que o brasileiro enfrenta ao se planejar financeiramente é o valor do salário mínimo e o custo de vida hoje no Brasil. Muitas vezes, o salário mínimo pode não ser suficiente para cobrir todas as despesas básicas, como moradia, alimentação, transporte e assistência médica, o que torna o planejamento financeiro mais difícil, pois você precisa encontrar maneiras de gerenciar essas despesas essenciais dentro de um orçamento limitado, levando em consideração a taxas de juros elevadas que é um dos principais fatores que interferem no planejamento financeiro, dado os preços que o consumidor tem que desembolsar para adquirir determinado produto.

Mas como lidar com esses problemas?

Rever os gastos se torna um dos fatores muito importantes nessas situações, observar aonde pode mudar pra se ter um estilo de vida que condiz com o orçamento focando nas despesas essenciais é primordial, ou seja, ter disciplina com os gastos.

Utilizar o cartão de crédito apenas quando necessário sem ultrapassar o valor que não possa pagar, visto que geram juros.

Outra medida muito importante é a busca por uma renda extra para agregar o salário.

Por fim, conhecer o básico do planejamento financeiro e conseguir lidar com a realidade pessoal se adequando a sua própria receita e seus objetivos.

10. Considerações Finais

O planejamento financeiro tem um papel importante na busca por uma melhor qualidade de vida. Se administrarmos nossas finanças de forma consciente e estratégica, podemos alcançar estabilidade, segurança e liberdade em nossas vidas.

Um dos principais benefícios do planejamento financeiro é a capacidade de estabelecer metas realistas e criar um caminho para alcançá-las. Estabelecer metas financeiras com objetivos claros, como economizar para a aposentadoria comprar um imóvel ou até mesmo viajar. Podemos criar um plano financeiro que nos permita economizar e investir apropriadamente, o que nos aproximará dessas conquistas.

Além disso, o planejamento financeiro nos ajuda a lidar com imprevistos e emergências. Ao reservar um fundo de emergência para cobrir despesas inesperadas como contas médicas. Com um bom planejamento conseguimos reduzir o estresse financeiro e proporcionamos maior tranquilidade em nossas vidas.

Outra coisa importante é a redução da dívida. Com um planejamento financeiro adequado podemos evitar contrair dívidas impagáveis, por outro lado, se já estamos em dívida podemos bolar um plano seguro para nos livrar da mesma. Isso nos dá uma sensação de alívio e nos ajuda a usar melhor nosso dinheiro.

Além disso, o planejamento financeiro pode nos ajudar a tomar decisões mais inteligentes e significativas sobre gastos. Ao analisar cuidadosamente nossos hábitos e prioridades de gastos, somos capazes de identificar áreas onde podemos reduzir gastos desnecessários e redirecionar esses recursos para coisas que realmente nos trazem satisfação e felicidade.

Por fim, o planejamento financeiro nos dá maior controle sobre nossa vida financeira. Em vez de nos sentirmos presos por nossa situação financeira, podemos assumir o controle de nossas finanças e construir um futuro próspero. A liberdade financeira que vem com o planejamento adequado nos dá a oportunidade de aproveitar a vida de maneira mais segura e gratificante, investir em nossa educação, cuidar de nossa saúde e conquistar nossos sonhos.

Em síntese, o planejamento financeiro é a parte principal para alcançar uma melhor qualidade de vida. Isso nos permite tomar decisões mais inteligentes, atingir nossas metas financeiras, reduzir o estresse e nos liberar para viver a vida ao máximo com segurança e tranquilidade. Portanto, investir tempo e esforço no planejamento financeiro é um investimento valioso que pode ter retornos duradouros e inspiradores em nosso bem-estar geral.

REFERENCIAS

LEAL, Cicero Pereira; NASCIMENTO, José Antônio Rodrigues: Planejamento Financeiro Pessoal, 2011.

GIARETA, Marisa: Planejamento Financeiro Pessoal: Uma Proposta de Controle de Fluxo de Fluxo de Caixa Para Orçamento Familiar 2011.

GORGEN, Roberto: Planejamento financeiro Para Aposentadoria, 2015.

SOUZA, Fabiana Monteiro; OLIVEIRA, Felipe Guimarães: Consumo e Educação Financeira: Identificando Algumas Causas do Superendividamento do Consumidor Brasileiro 2023.

SOUZA, Guilherme Santos; ROGERS, Pablo; ROGERS, Dany: Endividamento, Qualidade de Vida e Saúde Mental e Física 2018.

GONÇALVES, Suelen Souza, A Educação Financeira Frente ao Consumo e Endividamento Das Famílias Brasileiras 2022.

HALLES, Claudia Regina; SOKOLOWSKI, Rivelto; Hilgemberg, Emerson Martins: O Planejamento Financeiro Como Instrumento e Qualidade de Vida 2008.

NUNES, Tassiana Fiorense: Finanças Pessoais: O Impacto Da Reserva De Emergência Na Saúde Financeira Dos Estudantes Da Ufrgs Em Tempos De Covid-19, 2021.

COSTA, Simone Aparecida: Planejamento financeiro pessoal: uma proposta para a saúde financeira do brasileiro da classe C 2019.

GOMES, Ana Rosa Lucena; ANDRADE, Pablo Ramon Matias: A Inportancia do Planejamento Financeiro Pessoal 2019.

IBGE: Desemprego <https://www.ibge.gov.br/explica/inflacao.php>

IBGE: IPCA e INPC <https://www.ibge.gov.br/explica/inflacao.php>

IBGE: Taxa Média Anual de Desocupação
<https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-sala-de-imprensa/2013-agencia-de->

[noticias/releases/36336-pnad-continua-em-2022-taxa-media-anual-de-desocupacao-foi-de-9-3-enquanto-de-taxa-de-subutilizacao-foi-de-20-8](https://agenciabrasil.ebc.com.br/economia/noticia/2023-05/endividamento-atinge-783-das-familias-brasileiras-diz-cnc#:~:text=A%20pesquisa%20indica%20que%20a,ocorreu%20principalmente%20na%20classe%20m%C3%A9dia)

Agência Brasil, Endividamento das Famílias Brasileiras 2022:
<https://agenciabrasil.ebc.com.br/economia/noticia/2023-05/endividamento-atinge-783-das-familias-brasileiras-diz-cnc#:~:text=A%20pesquisa%20indica%20que%20a,ocorreu%20principalmente%20na%20classe%20m%C3%A9dia>

STUCALUC, Camila, SBT News Economia, Endividamento dos Brasileiros
<https://www.sbtnews.com.br/noticia/economia/246677-endividamento-estabiliza-e-atinge-783-dos-brasileiros-em-abril>