

Empreender e morar nos Estados Unidos: você está pronto para este desafio?

É crescente a quantidade de famílias que se mudam ou que planejam morar nos Estados Unidos. Para custar a sobrevivência no novo país, querem montar um negócio de qualquer natureza

Daniel Toledo (*)

É, para o meu espanto, muitos chegam sem qualquer tipo de estrutura ou sem saber por onde e como começar. Muitos acham que uma padaria, por exemplo, tem demanda em todos os lugares e, na prática, não é assim. Não adianta vir com espírito aventureiro achando que tudo dará certo. Mudar-se para qualquer lugar do mundo não significa apenas jogar tudo dentro de uma mala, comprar as passagens e dizer tchau.

É necessário que se tenha uma consciência de que há outras pessoas e inúmeros fatores envolvidos como visto, moradia e trabalho. Se a mudança também envolver a criação de um negócio, é preciso levar em consideração o auxílio de um profissional que tenha embasamento jurídico, que lidam com isto todos os dias. Esses são habilitados a munir essas famílias, ou empreendedores, de situações e necessidades reais, sem ilusões ou promessas.

Muitos brasileiros veem atraídos com o sonho de ficar ricos, andar de jato particular. Posso afirmar que isso não existe mais. Não desta forma, até porque é preciso trabalhar muito para manter um bom padrão de vida e alguns costumes se confrontam com a cultura brasileira como horários, pontualidade, não ter um período determinado para o almoço entre outras coisas que, em um primeiro momento até chocam, mas depois é possível se habituar a elas.

Esse novo aprendizado faz parte de um exercício diário de superação. Entretanto, quem consegue ultrapassar essa fase prospera. Mas antes de tudo é preciso saber onde dispostos e preparado para começar uma nova história. E esse capítulo não dá para escrever somente com força de vontade e determinação.

O primeiro ponto é saber exatamente como é o lugar para onde se deseja ir, ou seja, conhecer a fundo o país. Aconselho a ficar ao menos 30 dias para conhecer comércio, escolas, moradias, mercados e tudo mais que estiver relacionado ao seu dia a dia e de sua família. Depois, se achar que os seus costumes estão alinhados com aquele novo estilo de vida, converse com um profissional para que ele analise todo o quadro e possa apontar qual tipo de visto pode ser aplicado e até mesmo qual país melhor atende as expectativas.



Reprodução

É muito comum grupo de empresários se reunirem para debater sobre esses temas e participar de uma roda destas, inicialmente, pode ocasionar um total desencontro de informações, gerando medo e ansiedade. Sempre tem alguém com palpito errado sobre isto. Então, mais uma dica, não comente com ninguém qual o seu status e vá até o final nos seus planos e siga o seu planejamento.

Outro erro muito comum: os recém-chegados sempre vão pela cabeça dos outros e seguem certas tendências. Por exemplo, brasileiro busca abrir empresa de manutenção de piscina ou limpeza. O meu conselho é ir atrás de coisas novas, e, de fato, empreender usando a criatividade. Pense no diferencial e faça algo diferente do que todo mundo está fazendo.

Além de todos os fatores já citados, há a questão da adaptação, principalmente para quem tem filhos pequenos. É preciso alinhar todas as questões de visto, negócio, moradia com o calendário escolar. O ideal é vir três meses antes do início do ano letivo. Eu sempre mostro a realidade da forma como ela é e não de como as pessoas acreditam que seja.

Um tempo atrás, conheci um casal que queria se mudar para os Estados Unidos. Na época, eles tinham dois filhos e a esposa estava esperando o terceiro. A família possuía um montante de 20 a 30 mil dólares. Eu disse na época que com este valor, eles poderiam abrir uma empresa no Brasil e contratar uma consultoria para ajuda-los. Expliquei que, uma família de cinco pessoas, é preciso no mínimo uma casa de três quartos. Isso significa, em um lugar barato, 1.200 dólares, lembrando que inicialmente esse valor é multiplicado por três por exigência do contrato de locação. Há a compra de moveis, taxas de ativação

das prestadoras de serviço. Já estamos em quase 8 mil. Se o marido ou esposa solicitarem visto de estudante, soma-se mais 1.500 da matrícula e mais 500 da mensalidade. Na primeira semana já foram embora 10 mil.

Diante destes números, eu recomendei que ficassem no Brasil para se estrutura melhor, porque na pior das hipóteses, poderiam contar com o suporte da família. Mesmo assim, eles vieram.

A esposa teve uma complicação na gravidez e teve que ficar internada. O bebe nasceu e correu tudo bem, mas o hospital mandou uma conta de mais de 100 mil, o que gerou uma série de outros problemas. Ficaram sem dinheiro, não conseguiram aplicação de visto e tiveram que ir embora. A ideia não é desmotivar ou tão pouco afirmar que esse sonho só é possível para quem dispõe de grandes quantias. Mas é preciso entender que a realidade americana mudou.

Antes, já na faculdade era possível solicitar o social security e ter acesso a linhas de crédito de até 50 mil dólares. Eu fico muito preocupado quando vejo pessoas vindo para os Estados Unidos pensando em uma realidade que não existe. Buscar o melhor é louvável, mas é preciso tomar muito cuidado, não existe um visto que se adapte as pessoas e sim o contrário.

Há muita oferta de emprego, mas para quem está devidamente documentado. Sair de onde está para lidar com uma insegurança ainda maior, não é o caminho. Observe, estude, pesquise. Analise se migrar é realmente a situação ideal para você a sua família.

(*) - É advogado e sócio fundador da Loyalty Miami, consultoria que atua há 11 anos no segmento de obtenção de vistos e transferências de executivos (<http://www.loyalty.miami/inicio.html>).

As empresas brasileiras e os erros financeiros

Henrique Tarasiuk (*)

Uma unanimidade entre os brasileiros diz respeito a dificuldade de empreender no país

Além da grande burocracia encontrada pelos empresários, a falta de preparo da grande maioria deles acaba trazendo grandes problemas para as empresas, principalmente no que se refere a gestão financeira. Pequenos erros neste setor são capazes de destruir qualquer sonho e acabar, até mesmo, com negócios consolidados. Eles acabam minando empresas, dificultando o crescimento e, até mesmo, levando elas para a inadimplência e para a falência.

O erro começa pela ausência de um planejamento de negócios bem feito. Planejamento de negócios - seja operacional, financeiro ou estratégico - ajuda uma organização a traçar um caminho para a realização de seus objetivos. Toda vez que uma empresa não realiza previsões financeiras, operacionais ou deixa tarefas e decisões para a última hora, está potencialmente afetando o desempenho. O planejamento é parte fundamental na tomada de decisão da gestão.

Além disso, as empresas brasileiras têm por hábito negligenciar a importância de uma contabilidade bem organizada e conectada com o resto da companhia. Isso resulta normalmente em demonstrativos financeiros que não refletem a realidade, ocasionando furos de caixas e inventário, além de abrir margem para fraudes e sonegações. Esses erros fazem com que as empresas trabalhem no "achismo", entrando em uma verdadeira furada.

Projeções e instrumentos financeiros não devem basear-se em "achismo", mas sim em informações sólidas e robustas com base na análise de dados e benchmarks de mercado. Portanto, as premissas devem seguir a regra dos "3 P's": elas devem ser possíveis, plausíveis e prováveis. As dívidas, também, são tratadas de maneira equivocada pela grande maioria dos empresários brasileiros. Elas nem sempre são ruins.

Para que uma empresa seja operacional ela precisa de ativos, sejam eles equipamentos, instalações ou até mesmo pessoas trabalhando. Existem algumas formas de financiar/pagar esse ativo. Dívidas, quando bem estruturadas, podem ser uma ótima fonte de financiamento e quando falamos em dívida não necessariamente são bancárias, podem

ser dívidas com seus próprios fornecedores.

Para completar, além de todos esses aspectos levantados, existem quatro dicas bem básicas que podem fazer toda a diferença para o sucesso de uma empresa:

1) Cuidado com o Lucro: Diversas empresas veem seus lucros crescendo ano a ano, mas nunca conseguem entender para onde este dinheiro foi, pois, lucro é diferente de caixa. Devemos tomar muito cuidado ao analisar os dados financeiros e contábeis para que exista geração de caixa e não somente lucro contábil.

2) Pagamento à vista: Novamente no assunto dívida, os gestores muitas vezes preferem realizar pagamentos à vista por "não ficar com pendências" ou até mesmo para "evitar a utilização errônea do caixa", o que se mostra claramente um erro. Seus fornecedores podem dar prazo para o pagamento, consequentemente gerando dívidas para a empresa, o que é ótimo, pois deixa mais caixa disponível para investimento na operação, fazendo com que a empresa cresça.

3) Governança Corporativa: Um erro trivial entre as corporações de médio porte é considerar que Compliance e Governança Corporativa são instrumentos que só devem ser utilizados por grandes empresas do mercado e que irão "engessar" a gestão, não aplicando medidas simples de controles para evitar desvios internos, erros humanos e principalmente criando processos para que a empresa seja menos dependente de pessoas e passe a ser dependente dos processos.

4) Crescer é bom, mas cresça com saúde: Empresas que crescem muito rápido e não possuem planejamento, tendem a ter problemas. Isso acontece por diversos motivos, sendo os principais: a necessidade de caixa cada vez maior e investimentos exagerados, que posteriormente podem gerar capacidade ociosa.

(*) - É consultor financeiro e fundador da Legacy Partners (www.legacypartners.com.br).

Para envelhecer com disposição, saúde e independência, pratique atividade física

Cesar Lobão (*)

A população mundial vem envelhecendo rapidamente em função da queda da taxa de fecundidade e do aumento da expectativa de vida. Essa tendência também tem sido observada no Brasil. Segunda estimativas do IBGE, divulgadas no livro "Brasil: uma visão geográfica e ambiental no início do século XXI", que foi lançado em 2016, a população idosa vai triplicar no nosso país até 2050, passando dos 19,6 milhões (10% da população brasileira), registrados em 2010, para 66,5 milhões de pessoas, em pouco mais de três décadas (29,3%).

Estima-se, ainda, que em 2030 haja uma inversão no cenário demográfico e que o número absoluto e o percentual de brasileiros com mais de 60 anos ultrapasse o de crianças de 0 a 14 anos, chegando a 41,5 milhões (18% da população) versus 39,2 milhões (17,6%). Em 76 anos, de 1940 a 2016, a expectativa de vida dos brasileiros ao nascer aumentou em mais de 30 anos e hoje é de 75,8 anos - um acréscimo de três meses e onze dias em relação aos nascidos em 2015. Os dados constam da Tábua de Mortalidade de 2016, que foram divulgados no início de dezembro pelo IBGE.

Tendo em vista essas pesquisas, se torna cada vez mais importante estar alerta a respeito da vida que se leva no presente para ter uma melhor qualidade de futuro. E é justamente aí que entra a importância de ter uma vida ativa como parte de um estilo de vida e não só por recomendação médica após detectar problemas de saúde já instalados.

Um grande número de pessoas no mundo não é adepto

ao estilo de vida saudável e sofre com diversos problemas físicos e emocionais, além de dificuldades de mobilidade. Destaco nesse grupo especialmente o público da terceira idade que, por diversos motivos, não teve a oportunidade de se exercitar durante a vida e agora deseja ingressar em alguma prática para ter uma melhor qualidade de vida e aumentar sua capacidade de autonomia no dia a dia seja por conta própria ou até mesmo por indicação médica.

A prática esportiva é essencial em qualquer faixa etária, porém essa relevância é ainda maior na terceira idade. Isso

60 anos enfrenta dificuldades para executar funções básicas do dia a dia, como sentar e levantar do vaso sanitário, subir os degraus de uma escada ou erguer uma caixa. Dentro desse grupo, 80% depende da ajuda de familiares para realizar essas e outras atividades do cotidiano. Por que não buscar uma atividade física que seja prazerosa e que ajude a melhorar essa situação?

É muito importante ressaltar que ser idoso não é sinônimo de estar doente. Essa é apenas mais uma das fases de vida, portanto, tendo liberação médica e acompanhamento periódico

de seus usuários como caminhar e subir escadas.

A prática de musculação nesses equipamentos, por exemplo, permite ter um maior controle das variáveis de sobrecarga tensional e também metabólica, gerando benefícios como calcificação óssea, melhora da condição cardiovascular, ganho de massa muscular, redução de percentual de gordura quando associada a uma alimentação balanceada e também a produção de inúmeros hormônios benéficos para melhorar a

qualidade de vida. Além dos visíveis benefícios estéticos, ela também diminui as chances de desenvolver males decorrentes do sedentarismo e reduz sintomas de doenças crônicas como artrose, diabetes, osteoporose e obesidade. Por essas e outras razões, a prática de um programa regular de fortalecimento, aliada aos exercícios aeróbios, é indicada para todas as idades, especialmente os idosos.

Além dos visíveis benefícios estéticos, ela também diminui as chances de desenvolver males decorrentes do sedentarismo e reduz sintomas de doenças crônicas como artrose, diabetes, osteoporose e obesidade.

Por essas e outras razões, a prática de um programa regular de fortalecimento, aliada aos exercícios aeróbios, é indicada para todas as idades, especialmente os idosos.

(*) - Profissional de Educação Física, especializado em treinamento funcional, e Master Trainer da Life Fitness Brasil, é personal trainer nas principais academias, como Cia Athletica, Reebok e BodyTech.



Divulgação

porque nessa fase o corpo está em pleno processo de desgaste, aumentando o número de radicais livres no organismo e, assim, favorecendo o envelhecimento. Não existe uma idade específica para começar a se exercitar e melhorar sua fisiologia como um todo, basta apenas que a pessoa se conscientize de que o exercício é um ótimo remédio não apenas para o desenvolvimento funcional, mas, principalmente, é uma excelente forma de prevenção de inúmeras doenças.

Uma pesquisa feita pela Fiocruz (Fundação Oswaldo Cruz) apontou que uma em cada três pessoas com mais de

da saúde, a pessoa está apta a praticar qualquer atividade física com orientação e supervisão. Basta procurar um profissional qualificado e uma academia com equipamentos de qualidade e começar o quanto antes a praticar modalidades esportivas como natação, musculação, corrida, caminhada e Pilates, entre outras.

E foi pensando especialmente neste nicho da população e também em um público com patologias e certos tipos de limitações que a Life Fitness, líder global em equipamento de fitness, adquiriu em 2015 a SCIFIT, fornecedora líder de equi-

Dor de cabeça esconde problemas graves no organismo

Quem nunca se queixou de uma dor de cabeça? De acordo com o neurologista do Complexo Hospitalar Edmundo Vasconcelos, Tiago Sowmy, cerca de 90% das pessoas ainda terão, pelo menos uma vez na vida, esse problema. Apesar de ser algo comum, alguns sintomas escondem doenças mais graves no organismo.

Para se ter uma ideia, são mais de 200 tipos de dor de cabeça, que, na maioria das vezes, estão atrelados a fatores corriqueiros, como estresse e noites mal dormidas. O médico salienta, no entanto, que dentro dessas diferentes causas podem estar sérias doenças, como acidente vascular cerebral (AVC) e lesões tumorais.

"Dores de cabeça com início súbito, que se instalam de forma rápida e forte, são alertas de gravidade. Esses sinais podem ser consequência de um sangramento decorrente de um aneurisma, simulando um AVC. Em alguns casos, mesmo tumores podem gerar cefaleias atípicas", explica Sowmy.

O sinal vermelho deve

ser observado também para outras características, como lembra o neurologista. Entre os casos preocupantes estão as pessoas acima de 50 anos que nunca se queixaram de dor de cabeça e começam a lidar com o incômodo nesta fase da vida. Segundo Sowmy, não é um quadro habitual e, portanto, merece uma investigação médica.

Até mesmo quem já convive com uma cefaleia precisa ficar atento para qualquer alteração da dor. Caso haja um aumento da frequência e da intensidade, é necessário procurar um especialista para diagnóstico preciso, correto e rápido.

"Vale lembrar que 90% dos pacientes, que passam por um pronto socorro com dor de cabeça, possuem cefaleia primária, provocada por causas habituais. Uma a cada 100 pessoas, aproximadamente, tem quadro grave. Apesar do baixo índice, é importante se preocupar e sempre estar atento", finaliza Sowmy.

Fonte e mais informações: (www.hpev.com.br).