

# Quatro dicas para alcançar o bem-estar financeiro

Por causa da instabilidade da economia mundial, é fundamental tomar precauções quanto às nossas finanças e, acima de tudo, conscientizar e educar a sociedade sobre como obter o tão desejado bem-estar financeiro - que inclui, essencialmente, a importância de poupar. Por bem-estar financeiro entenda-se a saúde financeira de qualquer trabalhador e sua capacidade de gerenciar adequadamente sua renda

Lucas Medola (\*)

Aquela velha conta de padreiro, como nossas avós costumavam dizer: suas despesas precisam ser proporcionais ao salário que você recebe mensalmente, evitando, assim, contrair dívidas difíceis de honrar. Para alcançar essa estabilidade, primeiro é necessário ter “educação financeira”, ou seja, é importante que a pessoa aprenda a administrar adequadamente sua renda, o que significa manter um registro atualizado de suas despesas, entender a importância de poupar, conhecer as diversas opções de investimento disponíveis no mercado e também planejar para o futuro.



Segundo o estudo “Economize para se desenvolver”, elaborado pelo Banco Interamericano de Desenvolvimento (BID), a América Latina economiza apenas 17,5% de seu Produto Interno Bruto (PIB), contra uma média de 33% entre os países emergentes. Trata-se de matemática pura e simples. Isso quer dizer que já passou da hora de começarmos a melhorar nossos hábitos financeiros.

A seguir, destaco quatro dicas que podem ajudá-lo a alcançar esse equilíbrio.

**1. Administre seus gastos e crie o hábito de poupar** - Todos nós devemos ser capazes de analisar como gastamos nosso dinheiro e aprender a tomar decisões que não afetem nosso bem-estar econômico. As despesas relativas às necessidades básicas, isto é, alimentos, moradia, medicamentos, escola, pagamentos de serviços etc. devem ser as primeiras a ser levadas em conta.

Você também deve incluir nesse plano uma soma voltada a entretenimento - porque ninguém é de ferro - e outra porção deve ser dedicada à poupança ou a algum investimento de longo prazo, que esteja alinhado com os seus objetivos futuros, sejam eles um casamento, um filho, a compra de um carro ou até a aquisição do tão sonhado imóvel.

É muito importante também buscar ter uma noção, mesmo que seja básica, sobre as opções de investimento existentes no mercado e os riscos associados, para que você esteja confortável com a sua estratégia de investimento. Hoje, existem boas opções de leitura disponíveis na internet. Mas o ideal é buscar uma conversa e, até, a orientação de alguém com mais experiência no assunto.

**2. Economize para as emergências** - É importante estar economicamente preparado para enfrentar imprevistos que possam afetar o equilíbrio financeiro. Para isso, devemos ter um fundo de poupança cuja missão é cobrir despesas inesperadas, como emergências médicas, por exemplo.

Esse “colchão” pode evitar o que chamo de estresse financeiro, além de endividamentos desnecessários.

**3. Planeje sua aposentadoria** - É uma parte essencial do esforço econômico para que possamos alcançar nosso bem-estar financeiro. O ideal é investir desde jovem em um fundo de aposentadoria. Existem diversas opções no mercado que podem

ajudar no planejamento do futuro. Sugiro que você invista algum tempo em um “aconselhamento financeiro”, para que consiga analisar todos os benefícios oferecidos pelos diferentes fundos de aposentadoria.

Vale muito a pena investir em um fundo para garantir uma aposentadoria despreocupada. Gosto também de comentar que, como diriam os meus pais, “de grão em grão a galinha enche o papo”, portanto, o importante é começar a poupar, mesmo que com quantias “aparentemente pequenas”, pois a recompensa virá.

**4. Mantenha um bom histórico de crédito** - Ter um histórico de crédito saudável pode tornar alguns ativos, como hipotecas ou carros, mais acessíveis. Portanto, devemos ter cuidado com o uso de cartões de crédito, pois, muitas vezes, eles nos levam a exagerar nas compras.

Recomendo, por exemplo, não comprar produtos desnecessários (sim, sei que, muitas vezes, o impulso é um desafio; eu mesmo adoro comprar vinhos e sei como é difícil resistir à tentação) e sempre rever qualquer oferta em seus termos e condições.

Tenho o hábito de fazer lista de mercado, não somente para não esquecer algum item, mas para não comprar itens desnecessários. Também tento, ao máximo, seguir a minha lista e, dessa forma, não gastar mais do que o planejado. E, acima de tudo, devem-se evitar os empréstimos bancários, pois eles não aumentam o seu poder de compra.

Aliás, muito pelo contrário: dívidas, por mais bem negociadas que sejam, causam perdas mensais ao orçamento familiar e podem se tornar um grande golpe para as suas finanças.

Entendo ser complicado fazer algumas grandes aquisições, como o tão sonhado carro ou a casa própria, e sei da dificuldade em comprá-los sem um empréstimo. Não havendo outra forma de fazê-lo, sugiro muita atenção a alguns fatores: (I) conheça os juros do empréstimo, que devem ser muito bem negociados e comparados com os dos demais bancos; (II) saiba o quanto de sua renda estará sendo comprometida, tentando evitar que, somadas todas as suas obrigações mensais (inclusive uma possível parcela de financiamento), elas não excedam mais do que 20% a 30% de sua renda; e (III) evite ao máximo reduzir a sua poupança, investimento ou previdência, em virtude de um financiamento.

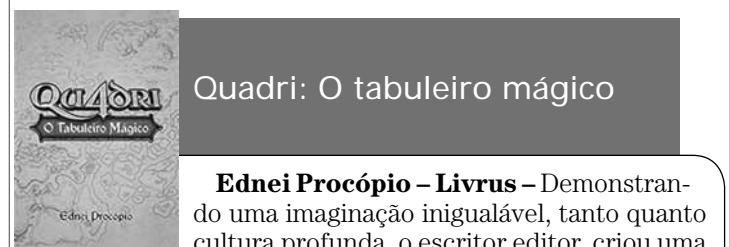
Para alcançar o bem-estar financeiro ideal é preciso tempo, educação e, acima de tudo, muita disciplina. Comece estabelecendo objetivos para curto, médio e longo prazos - e respeite-os. Costumo dizer que, nessa área de nossas vidas, não há maior paz de espírito do que não ter dívidas e estar pronto para encarar o futuro sem medo. Por isso, dê especial ênfase a alimentar sua educação financeira.

Só o conhecimento e a compreensão das nossas finanças são capazes de nos levar ao tão almejado equilíbrio econômico.

(\*) - É CFO do PayPal para a América Latina.

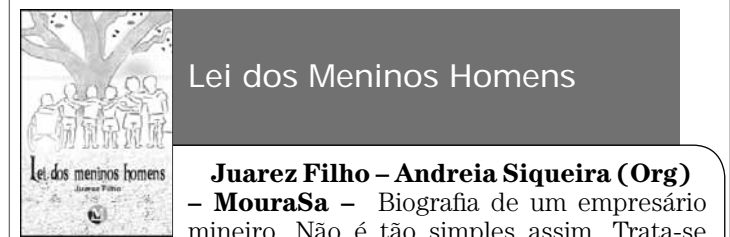
## Livros em Revista

Ralph Peter (ralphpeter@agenteliterarioralph.com.br)



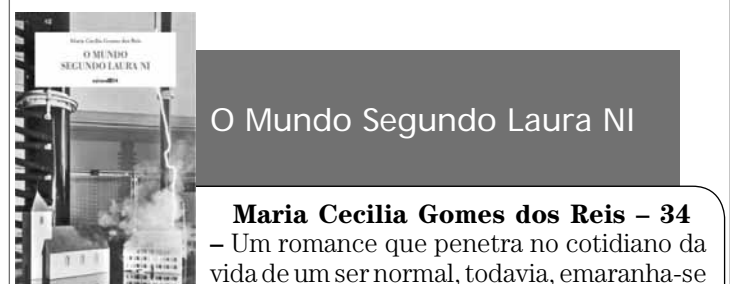
### Quadri: O tabuleiro mágico

**Ednei Procópio – Livrus** – Demonstrando uma imaginação inigualável, tanto quanto cultura profunda, o escritor editor, criou uma trama com toques surrealistas, fncados numa sábia antiguidade. Membro de uma ordem, sai em busca de sua esposa, uma influente sacerdotisa. Um labirinto de aventuras, parece que fará submergir toda operação. Conseguirá nosso herói, seu marital intento? Inventivamente quimérico. Tem tudo para transformar-se realmente em jogo de tabuleiro. Lúdico.



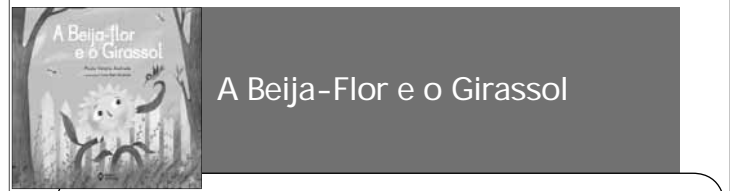
### Lei dos Meninos Homens

**Juarez Filho – Andreia Siqueira (Org) – MouraSa** – Biografia de um empresário mineiro. Não é tão simples assim. Trata-se de uma emocionante saga pessoal e familiar, muito envolvente. Tem-se a impressão que movidos por uma religiosidade impar, nada lhes impedia, por muito tempo, até conseguirem seus intuitos. Ao leitor, valerá espelhar-se. Uma verdadeira ode ao estoicismo, disciplina e muita transpiração. Motivação em alta!



### O Mundo Segundo Laura NI

**Maria Cecilia Gomes dos Reis – 34** – Um romance que penetra no cotidiano da vida de um ser normal, todavia, emaranha-se num cipal de acontecimentos de pessoas ligadas à sua vida. Existencialista, relata o recôndito de uma mente ágil, ligada e ligando pontas para construção de uma vida nada contemplativa. É a primeira obra da exitosa carreira da filósofa professora. Para poucos!



### A Beija-Flor e o Girassol

**Paula Valeria Andrade – Do Brasil** – Uma beija-flor, após um incêndio que destruiu seu ninho, iniciou uma caminhada a procura de ajuda e identidade. Com uma das asas quebradas, conheceu a vida animal rasteira. Deparou-se com um girassol, que por falta de água estava à morte. A dupla formada, foi fundamental para sobrevivência de ambos. Um belo paradigma, para a garotada e, por que não, para adultos também, de superação, companheirismo e muita imaginação. Com ilustrações sensacionais, absolutamente exemplar!

Assista ao canal Livros em Revista, no youtube, que traz entrevistas do mundo literário.



Com apresentação de Ralph Peter.

## Violinos italianos antigos 'imitam' a voz humana



Homem toca violino na Praia do Diabo, no Rio de Janeiro.

O mito barroco de que alguns violinos imitavam vozes humanas foi confirmado por pesquisadores da Universidade Nacional de Taiwan. O estudo, publicado na revista “Proceedings of the National Academy of Sciences” (Pnas), foi feito através de análises de técnicas de discurso e revelou que os violinos italianos antigos soavam como vozes masculinas, com diferentes tons, que iam do baixo ao barítono.

Para se obter os resultados, foram analisadas escalas musicais de 15 violinos antigos, produzidos pelas famílias Stradivari e Amati, pela fabricante Cremona e por uma produtora de Brescia. As notas, tocadas

pelomúsicoprofissional Chu-Hsuan Feng, no Chimei Museum, em Taiwan, foram comparadas com 16 cantores, oito homens e oito mulheres, com idades dentre 16 e 30 anos.

Segundo os resultados, os violinos mais antigos, ou seja, os de Brescia e dos Amati, se assemelhavam a cantores barítonos e graves, enquanto que um modelo mais recente da Stradivari “imitava” tenores e contratenores, tons de voz acima do barítono. O relatório ainda estima que violinos do “futuro” possam “copiar” vozes femininas, como mezzosoprano e soprano, cujo tom é o mais difícil de ser obtido (ANSA).

## TONY AUAD E OS BASTIDORES DA TV

central-noticia@bol.com.br



**INICÍO A COLUNA** comentando que, por ordem de sua direção, a Record deve iniciar seu noticiário matinal às 5 horas da manhã a partir do mês de junho, como faz a Globo desde dezembro de 2014, conseguindo boa audiência. A ideia da Record é alavancar sua audiência nas primeiras horas do dia.

**A BEM DA VERDADE** a emissora perde de lavada para a Globo e o SBT e isso vem irritando sua diretoria. Mas, para ceder uma hora de sua programação para o jornalismo, a emissora terá que mexer na sua grade de programação no momento em que existe um impasse entre a emissora e a Igreja Universal.

**A IGREJA DE EDIR MACEDO**, dono da Record, entende que nessa negociação há um grande desgaste até porque a Universal é o maior anunciante da emissora e investe 500 milhões por ano por cinco horas na madrugada diariamente. A Record anuncia também que terá pelo menos cinco minutos no intervalo do ‘Balanço Geral’, todos os dias às 12h.

**APÓS APARECER** na chamada de divulgação da reprise de ‘Belíssima’, (2005), Carolina Ferraz foi cortada pela Globo. Isso porque ao ser dispensada pela emissora o ano passado, a atriz foi à justiça e moveu um processo milionário por causa de direitos trabalhistas. Procurado pela coluna, a Globo não respondeu nossos questionamentos.

**COMO A COLUNA** já havia adiantado no mês pas-

sado, a atriz Bruna Marquezine está mesmo decidida a deixar a Globo, após muitos anos de contrato. Ela entrou na emissora ainda na infância, quando atuou em várias novelas como destaque. A atriz foi clara depois que terminar sua participação em ‘Salve o Rei’: não renovará o contrato com a Globo.

**DEPOIS DA POLÊMICA DA NOVELA ‘Segundo Sol’**, a direção da Globo continua sendo criticada nos bastidores devido a falta de um grande elenco de atores de pele negra nos papéis principais. Por ser ambientada em Salvador, esperava-se que a representividade fosse um dos pontos fortes da trama.

**POR OUTRO LADO DENIS CARVALHO**, diretor da novela, disse em São Paulo que não vai mudar o elenco e não vai mais discutir isso, até porque o folhetim já tem seus protagonistas e a história não será mudada por conta de críticas ou opiniões contraditórias, e ponto final.

**LUCIANA GIMENEZ**, que se separou do vice-presidente da Rede TV Marcelo Carvalho a pouco mais de dois meses, usou seu perfil no Instagram para postar uma foto que deu muito o que falar. A apresentadora aparece na imagem só de calcinha em frente a uma porta de vidro e como ela mesmo afirmou sem medo de ser feliz.

**FRASE FINAL:** A teoria sempre acaba, mais cedo ou mais tarde, assassinada pela experiência (Albert Einstein).