

SUSANA ROSA

Especialista e consultora em finanças pessoais

Para as
mulheres que
querem ser
**FINANCEIRAMENTE
INDEPENDENTES**

ECONOMISSES

COMO GANHAR, POUPAR E INVESTIR
PARA CONQUISTAR A SUA INDEPENDÊNCIA FINANCEIRA

INFLUÊNCIA

Índice

Introdução	9
Questionário de diagnóstico	13
Como ler este livro	16
Noções básicas	17
1 Definição de metas	23
2 Planeamento	31
3 Plano de pagamento de dívidas, ou (des)endividamento	63
4 Fundo de emergência	79
5 Estratégia de poupança	93
6 Estratégia de investimento	103
7 Mapa dos sonhos	129
8 Uma vida em casa	141
9 Primeira análise dos seus registos, planos e mapas	169
10 Como dar continuidade a este percurso	183
Agradecimentos	189

Introdução

Este é o meu projeto de finanças pessoais. Através das minhas histórias, partilhas, experiências e exemplos, espero ajudá-la a conquistar a independência financeira.

O que é independência financeira? Para mim, é a **possibilidade de tomarmos as nossas próprias decisões, de fazermos as nossas escolhas, sem nos deixarmos condicionar por pressões externas. Esta é a mensagem mais importante deste livro.**

Ao contrário de muitas pessoas, tive a sorte de receber uma educação financeira privilegiada. Mais tarde, fiz também a minha formação académica nesta área, o que contribuiu para que desenvolvesse uma aptidão natural para as finanças pessoais.

Depois, graças a uma pós-graduação em Marketing Digital, decidi criar o blogue econoMisses, a primeira página portuguesa de finanças pessoais destinada ao público feminino. É claro que os homens também podem espreitar, quer o blogue, quer o livro — a minha missão é partilhar dicas para uma gestão pessoal que visa a independência financeira. Escolhi o público feminino porque quero falar para pessoas capazes que ainda não descobriram essa capacidade, para mulheres guerreiras escondidas porque não as deixam brilhar, para meninas cheias de potencial, para as empreendedoras que ainda não sabem que o são, para todas as quem têm sonhos e que querem conquistá-los. Este livro, que se vai tornar um guia que vai querer ter sempre à mão, para riscar,

acrescentar, planejar, sonhar e concretizar, é para si, que tem vontade de ser uma ou todas estas mulheres.

Este livro é muito mais do que a minha história, do que o que eu faço com o meu dinheiro, ou do que as minhas opções e decisões. Este livro é sobre quem escolher lê-lo, sobre o seu dinheiro e as suas conquistas financeiras a partir de hoje.

Quanto dinheiro preciso de ter num fundo de emergência? Como é que metas, corretamente definidas, vão transformar a minha vida para sempre? Como posso saldar as minhas dívidas? Quero ser financeiramente organizada, mas por onde começo? É possível conquistar a independência financeira com um ordenado mínimo? Para alcançar os meus sonhos tenho necessariamente de ser forreta? Como poupar para a reforma e não deixar de viver até lá? Conheço muitas destas perguntas: a maioria chega-me nas sessões de mentoria, nas formações, ou até mesmo por mensagem ou e-mail.

Este livro é a resposta a estas questões e a muitas outras que lhe surgirão quando começar a dar os primeiros passos na sua organização financeira. Será o seu guia para sair de um problema relacionado com dívidas, para pensar desde já na missão de ter uma reforma digna e tranquila, para ter na mesa de cabeceira quando for planejar o seu casamento, a chegada de um bebé ou a entrada dos filhos na faculdade. É isto que pretendo: dar-lhe as ferramentas que vão servir de alicerces para decidir estrategicamente como quer gerir a sua vida financeira. No decorrer do livro, não precisa de decorar qualquer conceito ou dica, porque, através dos exercícios que vai realizar, no final da leitura sentirá que todo o processo de organização financeira será natural e estará presente em cada decisão relacionada com o seu dinheiro.

Independência financeira é o que lhe permite tomar decisões sem estar condicionada por terceiros.

Ainda sobre o conceito de independência financeira e a sua importância, de que falava no início, partilho aquilo que, para mim, foi a peça fundamental para criar este projeto: um capítulo da minha história.

O meu pai sempre quis ter um filho rapaz, tanto assim que me chamou Tiago até ao dia em que nasci. E esta era muito mais uma vontade com um peso histórico do que um mero desejo. Para o meu pai, os homens tinham mais oportunidades, mais facilidade em tomar decisões e eram, sobretudo, mais independentes nas suas escolhas.

Mas o destino põe-nos à prova muitas vezes e esta foi apenas mais uma. Nasci menina, mas não nasci como um problema, muito longe disso. Nasci para mostrar que nós, mulheres, podemos ser o que quisermos.

Quando eu tinha uns 12 anos, a vida voltou a dar uma prova de fogo ao meu pai que, após um divórcio, se viu pai a tempo inteiro de uma menina a entrar na adolescência. Continuo sem saber em que dia se deu a mudança, acredito que tenha sido um processo longo, mas o que é facto é que fui, desde essa altura, incentivada a fazer as minhas escolhas, a gerir o meu dinheiro e a sonhar, querer e lutar como um ser humano, com todas as oportunidades à sua frente, independentemente do sexo que me identificava desde sempre. Tudo isto foi feito num mundo ainda marcadamente machista.

Foi com o meu pai que aprendi o verdadeiro significado de independência financeira. Não aquela ideia em que deixamos de trabalhar porque juntámos o suficiente para viver até ao final dos nossos dias sem uma atividade profissional, mas a que nos permite fazer escolhas sem estarmos financeiramente condicionados pela vontade de terceiros.

Partilho consigo alguns dados:

- De acordo com a Polícia Judiciária, em 2019 morreram 35 vítimas de violência doméstica — 26 eram mulheres.

- Segundo dados divulgados pelo Governo Português, entre 2004 e 2019 foram assassinadas 532 mulheres em contexto de violência doméstica.
- De acordo com um estudo conduzido pelo Centro Interdisciplinar para a Igualdade do Género (CIEG), em 2015 14,4% das mulheres inquiridas mencionaram já ter sido vítimas de assédio sexual no trabalho.
- Um outro estudo feito pelo mesmo centro refere que os motivos mais apontados pelas mulheres para não denunciarem os casos de violência e assédio a que estão sujeitas são: «Porque tive medo de sofrer consequências profissionais», «Porque outras pessoas me aconselharam a manter o silêncio», «Porque não sabia a quem recorrer», «Porque tive medo de ser despedida» e «Porque tive medo de que não acreditassem em mim».

Ter noção desta realidade impulsionou-me a criar este projeto e a dedicá-lo às mulheres. Assim, chegamos à essência do que é a independência financeira, a liberdade de escolha e o que significa ter poder de decisão.

A importância de ter um fundo de emergência ou o facto de ser indispensável termos um caminho, um planeamento e uma direção, é, sem dúvida, a mensagem do livro.

Antes de começar, lanço-lhe um desafio. Responda a algumas perguntas para definir o seu perfil. A ideia é que, no final do livro, possa perceber a sua evolução, não só a nível financeiro, mas também no que diz respeito à forma como encara o dinheiro. Aceita o desafio? Lápis na mão (sim, lápis e borracha, como nos tempos de escola) para rabiscar, corrigir e voltar a escrever. Vamos começar.

Questionário de diagnóstico

Como está a sua motivação hoje?

Muito desmotivada 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Muito motivada

Que classificação daria hoje à sua vida financeira?

Muito má 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Melhor é impossível

Porquê?

Quais são os seus principais objetivos ao comprar este livro e dar início a este projeto?

Faz um orçamento anual das suas despesas?

- Sim
- Não

Faz um orçamento mensal das suas despesas?

- Sim
- Não

Faz um registo mensal das suas despesas?

- Sim
- Não

Considera-se uma pessoa consumista?

- Nada consumista 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Muito consumista
-

Tem capacidade financeira para fazer face às suas dívidas mensalmente?

- Sim
- Não

O que gostaria de mudar no seu perfil enquanto consumidora?

Tem hábitos de poupança?

- Sim
- Não

Já fez o seu primeiro investimento?

- Sim
- Não

Defina 2 metas financeiras a concretizar durante a leitura deste livro.

Defina 3 metas financeiras de curto prazo (para realizar entre este e o próximo ano).

Defina 3 metas financeiras a médio prazo (para realizar nos próximos 3 a 5 anos).

Defina 3 metas financeiras de longo prazo (para realizar daqui a 10 anos).

Está preparada para começar esta aventura?

Nada preparada 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Completamente preparada

Como ler este livro

Uma vez que se trata de uma matéria prática e de uma leitura também prática, para que tire o melhor partido deste livro vou explicar qual a melhor forma de o ler.

Sugiro que comece por uma leitura rápida do Índice e que adeque a leitura ao que considerar mais útil para si, mas com duas premissas. A primeira é que comece pela parte introdutória e do planeamento, onde moram os conceitos-chave e os mapas de trabalho essenciais. Tudo o resto pode organizar da forma que lhe for mais útil, para tornar a leitura deste manual mais prazerosa. A segunda premissa será fazer o preenchimento dos exercícios que vou sugerindo utilizando um lápis e tendo por perto uma borracha. Tenho a certeza de que, ao longo da leitura, irá sentir necessidade de voltar atrás e corrigir, ou acrescentar, pontos que inicialmente lhe pareceram os mais acertados, mas que, com o passar do tempo, terá vontade de reformular.

Também vai encontrar aqui diversas secções com as respostas aos seus problemas financeiros. Das dívidas aos primeiros investimentos, da criação de um fundo de emergência ao planeamento de sonhos, da análise dos seus registos à organização da casa, todos os pontos foram pensados para que possa resolver problemas ou ter ideias para retificar a situação em que se encontra neste momento, caso se sinta insatisfeita com o rumo da sua vida financeira.

É igualmente importante que estabeleça uma meta para concluir a leitura deste guia, uma meta realista e que possa ser cumprida completando, por exemplo, uma parte em cada semana, ou duas a cada mês, dependendo da sua disponibilidade. Garanto-lhe que essa é uma das chaves para o sucesso da leitura deste manual. Afinal, nada se consegue sem objetivos previamente definidos e assumidos.

Quero ainda lembrar que, como em qualquer compromisso, o trabalho e o esforço serão seus. O que eu aqui partilho só poderá ser valioso se o utilizar a seu favor, se o absorver e levar consigo para o futuro. Lembre-se de que investiu o seu dinheiro nesta aprendizagem e que, por isso, deve tirar o melhor partido desta aventura.

Noções básicas

Antes de avançarmos, temos de falar sobre três conceitos muito importantes para definir o modo como encara as suas finanças pessoais: ***mindset* financeiro, crenças e escolhas.**

Mindset financeiro

Mindset financeiro significa mentalidade financeira, ou a forma como pensa as finanças. É a sua visão particular sobre este universo, assente em modelos mentais que utiliza para tomar decisões, neste caso específico, relacionadas com dinheiro. É a forma como encara esta área, determinada por crenças que lhe foram transmitidas e que aceitou como regra, que vai ditar as experiências que irá vivenciar ao selecionar uma de várias opções.

Esta construção tem por base fatores que provêm de fontes tão diversas como a experiência da cada um, experiências de outros contadas na primeira pessoa, exemplos que tem ao seu redor, mensagens passadas por pessoas que temos como modelo, livros, formações,

ou até de áreas não relacionadas com finanças ou números, mas das quais transpôs conhecimento que aplicou à sua vida financeira.

Se saber que é algo intrínseco a deixou apreensiva, quero dar-lhe uma mensagem de esperança. Esta condição pode ser permanente, se mantiver as suas crenças ao longo da vida sem tentar modificá-las. Ou pode ser variável, caso aceite considerar contributos exteriores que transformem a sua forma de pensar. Um dos meus objetivos com este livro é alargar o seu leque de conhecimentos, de forma a questionar alguns dos conceitos que, estando enraizados, poderão bloquear o seu desenvolvimento financeiro.

Crenças

Ou controla o seu dinheiro, ou ele vai controlá-la a si.

As três crenças que mais ouço, ou leio, desde sempre, são:

- «O dinheiro não é tudo na vida.»
- «O dinheiro não traz felicidade.»
- «Ninguém enriquece de forma honesta.»

Identificou-se com alguma destas afirmações? Se respondeu «sim», está na hora de fazer a primeira mudança e trabalhar para alterar esta visão negativa para um foco mais positivo.

Este tipo de pensamentos, e esta é uma questão estudada pelas neurociências, pode estar a impedi-la de se desenvolver financeiramente. Ao aceitar estas crenças como certas, o seu cérebro assume-as como

verdades absolutas e não as questiona. Esses pensamentos tornam-se regras e influenciam o seu dia a dia e as suas escolhas. É por isto que algumas pessoas têm uma péssima relação com o dinheiro, simplesmente porque acreditam numa ou em mais crenças limitadoras que transmitem a ideia de o dinheiro ser algo «sujo» ou pouco importante.

Como começar, hoje mesmo, a alterar estas crenças?

- **Ter consciência financeira:** tenha noção de que os pensamentos pelos quais se guia podem não estar 100% corretos e que, por isso, precisa de dar um passo de cada vez para mudar essa crença, essa atitude. Tenha consciência de que, como são ideias enraizadas, não conseguirá mudá-las do dia para a noite: vai ser um processo trabalhoso e que vai exigir um esforço da sua parte.
- **Definir objetivos realistas e concretos:** perceba que um pensamento como «Quero ser rica» não é de todo realista e muito menos concreto. Exemplos de objetivos realistas e concretos podem ser «Quero pagar o meu cartão de crédito em um ano» ou «Quero ir de férias no ano que vem». Este será o tópico mais abordado no capítulo seguinte. Por ora quero apenas que perceba que o dinheiro pode ser seu aliado e não a personagem de terror desta história.
- **Estar disposta a aprender:** escolher ler este livro é o primeiro passo para essa aprendizagem, mas, como em tudo, é importante não desistir, mesmo quando as coisas parecem não mudar. Na verdade, as novas ideias vão demorar algum tempo a ser interiorizadas, por isso, sugiro que se inspire e encontre motivação na leitura (ou filme, se preferir) de uma biografia de alguém que tenha começado do zero e conquistado o mundo. Veja como essa pessoa era alguém perfeitamente normal e criou

um império à custa do seu trabalho e das suas escolhas. Sugiro o filme *Joy — O Nome do Sucesso*, sobre Joy Mangano, mas há muitas outras opções.

Novas crenças, novas opções, novas escolhas

- **Ninguém nasce especialista em finanças, mas todos podem aprender:** é um facto! Não nascemos com este conhecimento, assim como não nascemos a saber ler ou a andar de bicicleta, mas estamos sempre a tempo de mudar esta condição.
- **O dinheiro é um meio e não um fim:** o dinheiro nada mais é do que uma ferramenta para concretizar os seus projetos e para conseguir viver a sua vida de forma confortável. Desde pagar um crédito, a fazer face às despesas do dia a dia, passando por fazer uma viagem de sonho, assumir despesas médicas previstas ou imprevistas, ou criar um fundo de emergência. E eu acrescentaria ainda que o dinheiro é o meio que a ajudará a conquistar os seus sonhos. Considero que esta é uma das frases mais transformadoras quando conseguimos compreender a sua essência.
- **A forma como eu decido gerir o meu dinheiro só depende de mim:** delega a tarefa da gestão do seu ordenado ao marido, aos pais, ou a outra pessoa, quando ganha o seu dinheiro e paga as suas contas, ou parte delas? Sabemos que as nossas mães ou avós o faziam e que ficavam numa situação complicada quando os companheiros já não estavam presentes. Estas situações aconteciam porque o conhecimento sobre finanças que elas tinham era praticamente nulo e porque, ao longo de toda a vida, sentiram que essa era uma tarefa masculina. Os tempos mudaram, é certo, mas se acha que esta situação está ultrapassada, posso confessar-lhe, porque mo confessam a mim, que há muitas mulheres que

ainda hoje não fazem ideia de onde o marido investe o dinheiro conjunto, quanto pagam de prestação da compra da casa ao banco e por aí em diante.

Pense no dinheiro como parte da sua vida diária; em vez de o ver como um vilão, faça dele seu parceiro, uma espécie de sócio com o qual quer crescer em conjunto, porque ambos ganham com as decisões corretas.

Este é primeiro passo para perceber que o dinheiro deve trabalhar a seu favor. A vida é muito mais do que trabalhar, ganhar dinheiro, pagar contas e esticar o ordenado até ao final do mês, para voltar a receber e começar de novo o mesmo ciclo durante 40 anos de vida laboral.

Analise a sua vida à luz destes passos e, em breve, sentirá pequenas mudanças na sua forma de pensar, que vão influenciar o seu comportamento e, a longo prazo, a levarão a mudar de atitude.

Escolhas

*As escolhas que fazemos determinam o nosso sucesso
ou insucesso no futuro.*

Apresento-lhe três ideias fortemente associadas às pessoas «pou-padas», por vezes até com uma carga negativa, mas que nada mais são do que estratégias financeiras. Por um lado, conseguem poupar em bens ou serviços que trazem pouca ou nenhuma satisfação; por outro, conseguem concretizar projetos que são valorizados.

- **Escolher o que é mais importante:** as escolhas diárias que faz são simples avaliações de custos de oportunidade, algo que escolhe

em detrimento de uma outra hipótese. Por exemplo, quando decide não comprar um vestido no valor de 50€, porque vai utilizar esses mesmos 50€ na sua viagem à Grécia, ou para abater na dívida do cartão de crédito, está a utilizar o custo de oportunidade para fazer uma escolha que considera ser mais importante para si. Este termo é amplamente utilizado em questões relacionadas com investimentos em empresas, mas pode ter uma aplicação prática na gestão financeira do dia a dia e faz todo o sentido na forma como administra o orçamento mensal.

- **Poupar não significa ser forreta:** significa apenas que sabe o que quer para si e, por isso, é capaz de fazer escolhas e decidir que não vai jantar fora todas as semanas com os seus amigos porque quer comprar aqueles sapatos que anda a namorar. Em vez de ir a um restaurante, pode optar por convidar os amigos para jantarem em sua casa: dividem as despesas e, dessa forma, mantém-se dentro da sua estratégia financeira.
- **Equilíbrio emocional:** É fundamental ter um forte conhecimento do que a faz feliz. Quem está bem consigo e sabe o que quer para a sua vida tem maior probabilidade de gerir as suas finanças corretamente. Isto acontece porque tem mais facilidade em definir um caminho a seguir e em fazer as escolhas mais acertadas para que esse caminho se concretize.

Tente aplicar estas três estratégias na sua organização financeira e veja, por si, os benefícios que as escolhas podem trazer à sua vida, tanto a nível económico como a nível comportamental.



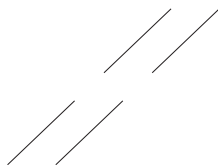
Definição de metas

A minha meta com este livro é apresentar-lhe as ferramentas para que possa alcançar a independência financeira.

E qual é a sua? Pagar um crédito, mudar de casa, comprar carro, fazer uma semana de férias em família, chegar ao final do mês com dinheiro?

Sem a definição de uma meta no que diz respeito às suas finanças, arrisca-se a viver de ordenado em ordenado e corre o risco de ainda ter de recorrer ao cartão de crédito para fazer face às despesas.

Ter uma meta bem definida irá dar-lhe a motivação necessária para tomar as rédeas das suas finanças pessoais.



O poder transformador das metas

A definição de metas concretas, corretamente planeadas, é o primeiro ponto de viragem na mudança de comportamento no que respeita a questões financeiras. Todo este processo começa com um sonho e termina com um objetivo comum, que é a sua realização.

1. Sonhos

Todas sonhamos. Todas idealizamos o tipo de vida que gostaríamos de ter, mas poucas são aquelas que conseguem traduzir estes sonhos em percurso de vida, com vista à concretização daquilo que nos preenche enquanto pessoas.

Os sonhos têm de ser transpostos para objetivos palpáveis. Não tenha medo de sonhar de forma realista. Esta é a chave para começar a definir as suas metas.

2. Objetivos

Se por esta altura já teve coragem para assumir os seus sonhos, está na altura de lhes dar um cunho temporal. O que vai realizar primeiro? O que é provável que aconteça daqui a 3 ou 5 anos? O que vai acontecer apenas lá para a frente?

Chegou a altura de utilizar, pela primeira vez, a borracha: volte ao questionário inicial e repense quais são os objetivos que quer ter concluídos quando acabar a leitura deste livro, o que pretende concretizar no próximo ano, o que a faria sentir-se realizada daqui a 3 ou 5 anos e a longo prazo.

É agora que vai arriscar escrever aquilo que ambiciona para a sua vida, sem medo do que os outros possam pensar. **Lembre-se: este guia é apenas seu, pode escrever o que bem entender!**

Como definir metas

Para definir metas e objetivos, gosto de usar o método SMART. De acordo com esta metodologia, devemos respeitar 5 regras para que aquilo que desejamos se concretize.

Uma meta deverá ser:

Specific (específica)

Measurable (mensurável)

Achievable (atingível)

Relevant (relevante)

Timebound (com tempo determinado)

Comece por ter uma **vontade**, algo que deseja que aconteça. Defina que **condição ou condições** precisa para que esse desejo se materialize e que recursos exige. Agora imagine quando seria possível a realização desse desejo, **em que data** seria realista ter esse plano concretizado. E, por fim, vai fazer sentido um **porquê**: porque é que para si é importante que esse desejo se realize? O que é que a realização dessa meta vai acrescentar à sua vida?

Veja estes exemplos:

Eu desejo viajar para a Indonésia. Para isso tenho de marcar duas semanas de férias e poupar 1500 €. Se economizar todos os meses 150 € posso ir daqui a dez meses. Esta viagem é muito importante para mim porque é um sonho que tenho desde o tempo da faculdade, altura em que uma amiga lá esteve. Depois de ela ter partilhado comigo as experiências da viagem, eu soube que também tinha de ir.

- **Tenho uma meta específica:** viajar para a Indonésia.
- **Sei do que preciso para a concretizar, quais as medidas:** 1500 € e marcar duas semanas de férias.
- **Tenho consciência de quando será viável atingi-la:** se poupar todos os meses 150 €, em 10 meses conseguirei concretizá-la.
- **Descobri também porque é importante para mim a sua concretização:** porque há experiências que partilharam comigo e pelas quais quero passar.
- **Tenho um tempo definido para a sua concretização:** daqui a 10 meses.

Simple, não é? E o mais interessante é que se aplica a todos os sonhos que possa ter, em qualquer momento da vida.

Voltemos ao exemplo da viagem à Indonésia. De que forma pode pormenorizar ainda mais este processo para saber o que tem que fazer, no dia a dia, para tornar este sonho possível?

A RESPOSTA A TODAS AS DÚVIDAS FINANCEIRAS QUE SEMPRE TEVE

É importante fazer uma boa gestão financeira dos rendimentos, dos investimentos e das despesas. Mas sabe fazê-la? Sabe gerir as suas dívidas? Quer investir algum dinheiro, mas não sabe como? Sabe o que é um fundo de emergência? Gostava de poupar, mas o dinheiro não chega? E como planear a reforma?

Susana Rosa, formadora e consultora em finanças pessoais, responde a todas estas dúvidas e muito mais.

APRENDA A:


- definir e atingir metas financeiras;
- diminuir dívidas;
- alcançar sonhos;
- delinear estratégias de poupança e de investimento.

A autora partilha consigo inúmeros **conselhos, exemplos práticos e dicas** da sua experiência pessoal e profissional, e ainda vários **mapas financeiros**, para registo e download, para que consiga organizar melhor a sua vida.

No fim desta leitura, ficará esclarecida e informada para assumir o controlo da gestão do seu dinheiro: **como ganhar, como poupar, como investir e conquistar a sua independência financeira.**



DEIXE DE ANDAR ATRÁS DO DINHEIRO
E RECUPERE O CONTROLO DA SUA VIDA

<p>INFLUÊNCIA um outro olhar</p> <p>20 20 editora</p>	<p>ISBN 978-989-564-226-7</p>  <p>9 789895 642267</p> <p>Finanças Pessoais</p>
--	---