



# Saia do vermelho



# Como deixar as contas em dia?

Às vezes, situações imprevistas ou períodos de gastos elevados tornam difícil administrar as contas e os compromissos financeiros. Isso pode levar muitas pessoas a situações de endividamento excessivo ou mesmo inadimplência.

Essa situação é mais comum do que se imagina. A cada ano, vemos um grande número de pessoas enfrentando desafios financeiros e ficando com contas em atraso.

Tudo isso pode parecer alarmante, mas você vai ver que não está sozinho nessa jornada e pode encontrar caminhos para superar momentos assim.

Com planejamento e determinação, você pode resolver seu problema e recuperar o bem-estar financeiro.



# Para começar: dívida ou inadimplência?

Vamos começar entendendo melhor alguns termos e expressões que são comuns no contexto do uso do crédito e do endividamento. Depois disso, vamos pensar em caminhos para se organizar.

Quando você pega dinheiro emprestado, usa o rotativo do cartão (paga menos que o total da fatura) ou financia um bem, você está assumindo uma dívida, ou seja, o compromisso de pagar um valor por um período de tempo ou em um determinado prazo, com acréscimo de juros.

Por exemplo: uma pessoa que tem um financiamento de imóvel ou veículo. Nesse caso, a pessoa tem uma dívida e é considerada endividada.

Agora, **se você não conseguir arcar com esse compromisso e atrasar os pagamentos, se torna uma pessoa inadimplente.**

Isso pode acontecer por muitos motivos: perda de emprego, redução da renda, imprevistos como doenças ou acidentes, além de períodos de desorganização e excesso de gastos.

No fim das contas, com organização e planejamento, é possível assumir dívidas de forma saudável.

Quando o uso de empréstimos ou mesmo do cartão se torna descontrolado e não planejado, o uso do crédito é inadequado. Ou seja, é um tipo ruim de endividamento, que pode levar à inadimplência.



# Negativação e prescrição



Quando você está inadimplente, pode passar pelo processo de **negativação**, que ocorre quando uma instituição credora (quem empresta dinheiro) informa órgãos de proteção ao crédito sobre sua pendência financeira em atraso.

Um **órgão de proteção ao crédito** é uma instituição que recebe e fornece informações sobre histórico de pagamento das obrigações de crédito assumidas por uma pessoa. Isto é, armazena e compartilha informações sobre o comportamento financeiro de uma pessoa para que as empresas fornecedoras de crédito decidam se querem emprestar dinheiro a ela ou não.

O prazo de negativação de dívidas varia bastante, mas uma empresa pode solicitar sua negativação desde o momento em que você atrasou uma parcela. Por isso, manter negativações em seu nome ou contas em atraso pode prejudicar ainda mais seu planejamento financeiro:

- **Dificuldade de conseguir crédito:** dependendo de seu histórico de pagamento, pode ser difícil conseguir novos empréstimos com outras empresas.

- **Condições de empréstimo:** mesmo que você consiga novos empréstimos, as taxas de juros podem ser maiores do que as oferecidas a clientes sem histórico de atrasos.
- **Acesso a serviços:** em alguns casos, negativações em seu nome podem tornar difícil acessar serviços, como alugar um imóvel ou assinar um pacote de internet.
- **Cobrança judicial:** os credores podem recorrer à justiça para garantir o recebimento dos valores devidos.

**E a prescrição da dívida? Muita gente acha que após algum tempo, em geral cinco anos, uma dívida negativada desaparece. Mas não é bem assim.**

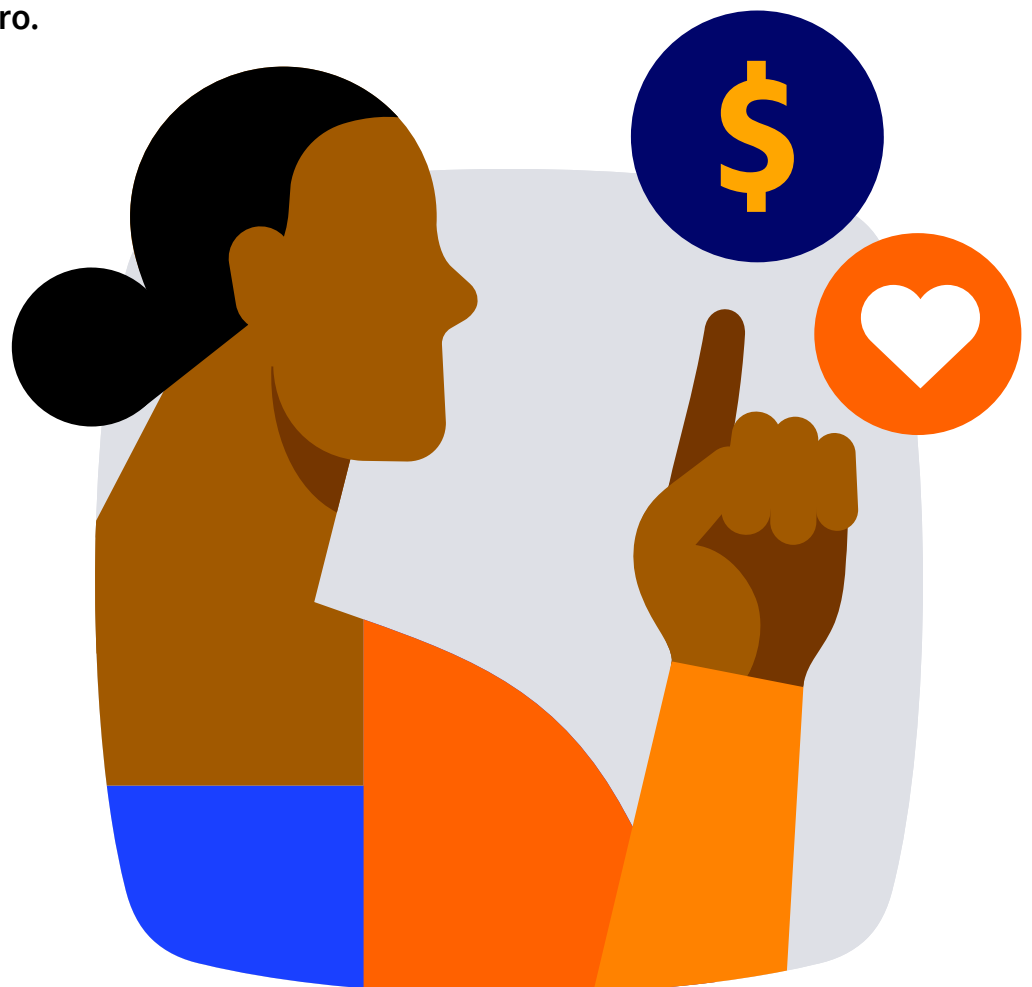
A prescrição de uma dívida significa que um credor não poderá mais optar por cobrar os valores judicialmente. Mesmo assim, a dívida continua existindo e pode ser cobrada por vias extrajudiciais.

# Como abrir o jogo e lidar com o problema

Lidar com as dívidas e compromissos em atraso pode ser desafiador. As consequências negativas do endividamento excessivo podem gerar muitos sentimentos como culpa, medo e vergonha.

Isso leva algumas pessoas a terem dificuldade de falar sobre o assunto e pedir ajuda. Receber apoio e orientação pode ser decisivo para conseguir superar a situação e recuperar o equilíbrio financeiro.

Quando se divide o problema com a família e os amigos, além de suporte emocional, as pessoas próximas podem auxiliar você a sair dessa situação, seja colaborando na economia ou organizando melhor os gastos no dia a dia.



# Quer ficar em dia? Veja algumas dicas:



## 1) Conheça seu nível de endividamento

Para sair dessa situação, é importante saber exatamente o quanto está devendo. Com os números em mãos, você ganha mais ferramentas para resolver o problema.

### Coloque em prática

Você pode organizar uma lista, tabela ou planilha digital para visualizar melhor seus compromissos e facilitar sua tomada de decisões. Considere incluir esses itens:

- Quais são suas dívidas, os valores e para quem você precisa pagar.
- Classifique-as da mais antiga para a mais recente.
- Entre nos detalhes: anote as taxas de empréstimo, multas por atraso, dívidas no cartão de crédito e cheque especial.
- Marque as dívidas que já estão em atraso. Some tudo e anote o valor total.

### Exemplo:

	<b>Cartão de crédito:</b> R\$ 2.000,00
📄	<b>Empréstimo:</b> R\$ 3.500,00
	<b>Contas atrasadas:</b> R\$ 700,00
	<b>Total:</b> R\$ 6.200,00

### Olho no “dividômetro”!

Qual o tamanho dos seus compromissos financeiros?

**O percentual que uma dívida representa da renda**

**de uma pessoa é chamado de comprometimento de renda.**

Por exemplo: uma pessoa que ganha R\$1.000,00 por mês e tem uma dívida de R\$100,00 possui um comprometimento de renda de 10%.

Vamos analisar seu comprometimento de renda:

#### > Até 10% da sua renda

Você tem alguns compromissos, mas parecem estar sob controle. Considere concluir o pagamento dos empréstimos atuais antes de contratar novos empréstimos ou fazer compras parceladas no cartão. Poupar dinheiro é uma boa ideia para seu bem-estar financeiro.

#### > Até 20% da sua renda

Você já tem alguns compromissos financeiros e, ao assumir mais, pode se aproximar do endividamento excessivo. Mantenha um bom controle de orçamento e priorize os gastos mais necessários para não acumular muitas parcelas ao mesmo tempo.

#### > 30% da sua renda ou mais

Fique de olho: parcelas de compromissos financeiros já são uma parte relevante da sua renda mensal. Em caso de imprevistos, pode ser difícil fazer ajustes. Procure não acumular novas dívidas e buscar oportunidades de quitar antecipadamente aquelas que já possui.

## 2) Revise seu orçamento e compromissos financeiros

Se chegar o fim do mês e sua conta estiver no vermelho ou sobrar alguma dívida que não deu para pagar, é o momento de adequar o orçamento para diminuir gastos e melhorar sua saúde financeira.

### Algumas dicas podem contribuir para lhe dar mais fôlego nas finanças:

- **Reduza despesas e corte desperdícios**  
Com seu orçamento em mãos, avalie suas despesas e veja quais podem ser eliminadas, mesmo que temporariamente, e quais podem ser reduzidas. Identifique também se existem desperdícios em alguma área da sua vida. Os desperdícios são aqueles gastos que não contribuem para melhorar sua qualidade de vida e nem para realizar seus planos. Avalie se você tem serviços pelos quais paga, mas não usa muito, como academia ou vários serviços de vídeo por *streaming* ao mesmo tempo.
- **Controle os gastos com cartão de crédito**  
Diminuir ou até mesmo “dar férias” ao cartão ajuda você a não comprometer o dinheiro do mês seguinte, principalmente enquanto está resolvendo uma pendência financeira. Já as compras parceladas devem ser evitadas até que você regularize sua situação.



### O método 50-30-20

Um dos desafios de reorganizar as finanças é determinar com mais previsibilidade os gastos que você terá no mês seguinte. O método 50-30-20 propõe uma forma de dividir a renda de uma pessoa entre as diferentes necessidades mensais e pode ser útil para refletir sobre como usar seu dinheiro.

#### > 50%

**Necessidades:** aqui entram os gastos básicos como alimentação, moradia, conta de água, gás e energia.

#### > 30%

**Desejos pessoais:** são para gastos variáveis, como lazer, viagem e outras compras.

#### > 20%

**Prioridades financeiras:** é o valor destinado à poupança ou quitação de dívidas. Se você está inadimplente, repense seu orçamento e veja como é possível diminuir os gastos para pagar mais rápido suas pendências.

**O que achou dessa referência? Ela funciona para seu orçamento? Se não, é possível fazer ajustes. O importante é ter em mente que planejar seu orçamento pode auxiliar você na tarefa de arcar com suas despesas e poupar para o futuro.**



### 3) Busque oportunidades de regularização e negociação

Se chegou até aqui, você já fez um diagnóstico das suas dívidas, em dia ou em atraso, e já pensou sobre as oportunidades de ajustes no orçamento e na redução de gastos.

#### **Muito bem, agora você precisa pensar em como regularizar as dívidas em atraso e reduzir seu comprometimento de renda. Aí vão algumas dicas de como fazer isso:**

- **Negocie dívidas e empréstimos passados**

Converse com seus credores para renegociar suas dívidas. Você pode conseguir boas condições de negociação se pagar à vista. Considere também usar um crédito com juros baixos para pagar uma dívida de juros altos. Por exemplo, contratar um empréstimo para quitar a fatura atrasada do cartão de crédito pode ser uma alternativa mais econômica. No entanto, é essencial verificar se a taxa de juros do empréstimo é realmente menor do que a das dívidas em atraso. Ao contratar um empréstimo, é fundamental fazer uma boa previsão dos próximos meses com a ajuda do seu orçamento mensal. Assim, você se organiza para arcar com as novas parcelas. Converse com o gerente da sua conta e tente renegociar suas dívidas com juros menores e prazos dentro das suas possibilidades.

- **Priorize o pagamento de contas de serviços básicos**

Se você tem contas de água, gás, luz e outros gastos fixos, quite-os primeiro para não correr o risco de ter os serviços básicos cortados. Eles são essenciais para seu dia a dia.

- **Avalie quanto tempo será necessário para quitar sua dívida**

Analise sua situação financeira e faça um plano considerando esse cenário – se você tem muitas pendências, pode precisar de mais tempo. Além de priorizar o pagamento de contas de serviços básicos, é importante pagar as dívidas mais antigas e com juros maiores primeiro, pois elas aumentam mais rápido com o passar do tempo. Evite se pressionar para resolver a situação em um prazo apertado e fazendo pagamentos vultosos, pois dessa forma você pode acabar se enrolando novamente.

- **Cuidado com o crédito informal**

Pegar dinheiro emprestado com família ou pessoas próximas pode ser uma boa alternativa desde que seja feito de maneira séria e organizada. Para evitar situações constrangedoras ou conflitos na relação, combine com antecedência o valor e o prazo para devolver a quantia emprestada.

- **Busque rendas alternativas**

Renda extra pode ajudar você a sair mais rápido dessa situação. E, quando as dívidas forem quitadas, você poderá usar esse dinheiro para criar uma reserva de emergência ou fazer um investimento. Nesse caso, vale lembrar que nem todas as pessoas conseguem manter mais de um trabalho ou atividade ao mesmo tempo. Se optar por buscar renda extra, reflita também sobre sua qualidade de vida e seu tempo de descanso.

# Mudança de atitude

Junto às suas ações para quitar as dívidas, é importante que você se mantenha firme no equilíbrio das finanças. Ter atitudes saudáveis em relação ao dinheiro é fundamental para que essa situação não se repita.

Fique atento para não ser tomado pela sensação de situação resolvida ao negociar suas dívidas. Você ainda está endividado, mas a situação está mais fácil de administrar. Pague as contas em dia e não atrase as parcelas das negociações.

Uma boa prática é, sempre que tiver recursos disponíveis, avaliar a possibilidade de quitar parcelas de empréstimos ou de renegociações antecipadamente. Isso reduz o valor gasto com juros – você tem descontos por antecipação. Mantenha o diálogo. É importante falar



com a família sobre dinheiro. Juntos, vocês vão cuidar melhor das finanças domésticas. Periodicamente, revisem o orçamento mensal do lar, reordenando os gastos essenciais e avaliando como é possível economizar mais.

# Recupere seu crédito



Se você conseguiu quitar sua dívida, em alguns dias o registro negativo em seu nome será excluído nos órgãos de proteção de crédito. Se você tiver mais de uma pendência, os registros negativos só serão completamente excluídos quando você quitar tudo.

Se houver um protesto em cartório\* no seu nome, o processo de baixa é mais trabalhoso.

É necessário ir ao cartório e solicitar os dados da pessoa ou empresa que executou o protesto. Depois, procure o credor para quitar sua dívida e peça uma carta para confirmar o pagamento. Entregue o documento no cartório para dar baixa.

\* Protesto em cartório ocorre quando uma empresa ou pessoa física registra uma dívida não paga.

# Uma nova relação com o dinheiro

Evitar que essa situação se repita é uma das partes mais importantes no processo de recuperação. Planejar-se e acompanhar de perto as finanças é essencial para manter as contas em dia.

## Porém, existem mais opções para lhe deixar protegido. Conheça cada uma delas:

### > Reserva de emergência

Ter uma quantia disponível para lidar com imprevistos pode evitar o surgimento de uma nova dívida. Você deve manter a reserva ao longo da vida, adaptando-a conforme seus gastos. O ideal é que ela tenha de três a seis vezes o valor médio dos seus gastos mensais.

### > Seguro de imóvel e veículos

Esses produtos garantem assistência com profissionais qualificados sem que você tenha que gastar muito para resolver problemas do dia a dia. Avalie se um seguro faz sentido para sua realidade e se o valor cabe no seu orçamento.



### > Bom uso do cartão de crédito

O cartão de crédito é um ótimo aliado se você o usar de forma organizada e consciente.

- **Acompanhe sempre e de perto todas as transações feitas. Use o aplicativo do seu cartão para acompanhar no dia a dia.**
- **Estabeleça um limite de uso e cuide para não o ultrapassar. Esse limite tem que ser compatível com sua renda mensal. Afinal o cartão de crédito não é dinheiro extra.**
- **Centralize suas compras em apenas um cartão. Ter muitos cartões dificulta a organização e estimula o consumo em excesso.**

# Para encerrar:

## Atente-se aos sinais de excesso de endividamento:

### > Sentir “aperto” financeiro com frequência

Isso significa perceber que você tem muitos compromissos e, conseqüentemente, pouca liberdade para tomar decisões financeiras. A situação costuma acontecer quando não sobra ou falta dinheiro no fim do mês.

### > Atrasos em contas

Algumas vezes, atrasamos contas por esquecimento ou mesmo problemas pontuais. Se notar que os atrasos em contas estão mais frequentes, é importante agir rapidamente e fazer o diagnóstico de sua situação financeira.

### > Parcelar compras mensais

Parcelar uma compra recorrente não é um problema de outro mundo. Mas se compras básicas, como as de supermercado, por exemplo, precisam ser parceladas com recorrência, isso pode ser um sinal de excesso de despesas ou dívidas. O ideal é que os gastos mensais caibam dentro do orçamento do mês.



### > Necessitar de um empréstimo para pagar outro

Como já vimos, trocar uma dívida mais cara por uma mais barata pode ser uma boa estratégia. Mesmo assim, se você precisa recorrer com frequência a novos empréstimos para pagar parcelas de dívidas que você já tem, é importante refletir sobre seu orçamento e buscar alternativas para reduzir seu comprometimento de renda.

**Agora é sua vez. Que tal usar essas dicas para ficar com o crédito em dia?**



**Quer saber mais sobre como  
usar melhor seu dinheiro?**

**Visite nosso site:**

**[www.itaubr.com.br/educacao-financeira](http://www.itaubr.com.br/educacao-financeira)**