

n.114  
Abr. Mai. Jun.  
2011

# DIRIGIR

**separata**



**Disciplinar**  
o Consumismo

# Disciplinar o Consumo

Por: Carlos Barbosa de Oliveira — Jornalista

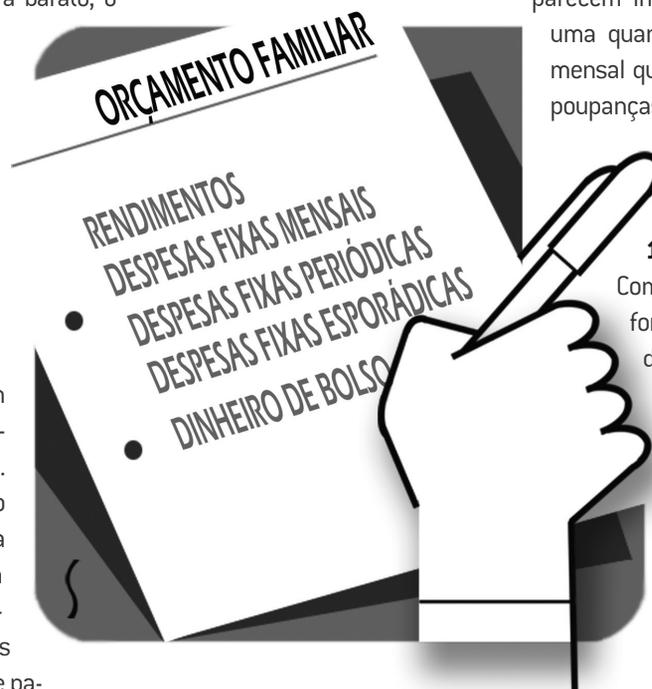
O equilíbrio financeiro melhora a nossa qualidade de vida. É possível, sem dramas, racionalizar os gastos de forma a alcançar esse equilíbrio. A *Dirigir* dá-lhe algumas dicas para o ajudar a disciplinar os seus consumos e reduzir as despesas

## ALGUMAS IDEIAS QUE O PODEM AJUDAR A POUPAR

Durante as duas últimas décadas vivemos um período em que a facilidade de acesso ao crédito criou nos consumidores a ilusão de que o dinheiro era barato, o endividamento uma forma fácil de satisfazer os apetites consumistas e o cartão de crédito a varinha de condão que transformava os desejos em realidade. Em 2007, depois de eclodir a crise financeira nos Estados Unidos, os consumidores foram confrontados com a subida dos juros e mais dificuldade no acesso ao crédito. O dinheiro tornou-se mais caro e os consumidores viram-se na necessidade de evoluir para um modo de consumo mais disciplinado e de acordo com os seus rendimentos. Esta mudança de paradigma apanhou muitos consumidores desprevenidos e muitos têm dificuldade em conseguir adaptar-se às novas regras. Nesta separata vamos tentar mostrar-lhe como é possível, sem grandes dramas, proceder a alguns ajustes no comportamento consumista de modo a manter o equilíbrio financeiro.

## Economia doméstica

O primeiro grande obstáculo a ultrapassar para conseguir um equilíbrio financeiro é disciplinar o consumo doméstico. Para o conseguir, deverá começar por fazer um orçamento mensal escrito, que é a única forma de saber exactamente como está a gastar o seu dinheiro. Por vezes, pequenas despesas que parecem insignificantes podem representar uma quantia considerável do orçamento mensal que, no final do ano, se traduz em poupanças significativas.

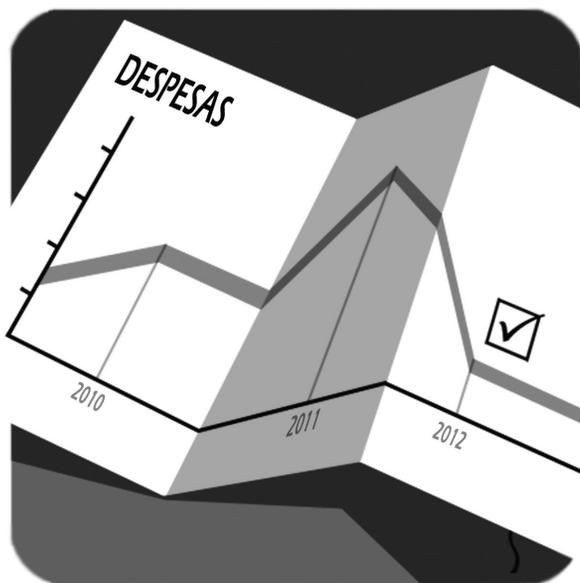


## Como fazer um orçamento familiar

### 1. Quais são os meus rendimentos?

Comece por registar todas as suas fontes de rendimentos: o salário de cada um dos membros do agregado familiar e eventuais ganhos adicionais fixos provenientes de trabalhos extra. No caso de ter depósitos a prazo, ou outros quaisquer rendimentos provenientes de aplicações ou poupanças, inclua também nos seus rendimentos mensais. Importante ainda, no caso

de receber juros com periodicidade fixa (trimestral, semestral, anual), registá-los numa rubrica separada a que poderá chamar «rendimentos pontuais». Inclua também o subsídio de férias e de Natal nesta rubrica. Está agora em condições de passar à fase seguinte.



## 2. Quais são as despesas fixas do agregado familiar?

Faça uma lista de todas as despesas mensais fixas (aluguer ou pagamento da prestação da casa, condomínio, alimentação, gastos com transportes, gasolina, mensalidades escolares, água, luz, telecomunicações – Internet, telefone fixo e móvel e TV – vestuário, ginásio, empregada doméstica, pagamento de créditos bancários relacionados com consumo, etc. O ideal é separar as despesas por rubricas (ex: habitação, alimentação, transportes, estudos dos filhos, etc.) para as poder analisar mais facilmente.

## 3. Despesas fixas periódicas

Além das despesas fixas mensais, deverá também considerar aquelas que ocorrem periodicamente (ex: pagamento do seguro da casa e do automóvel) e registar os meses em que lhe serão cobradas, para não ser apanhado desprevenido quando aparecer a conta para pagar.

## 4. Despesas esporádicas

Muitas vezes, são os gastos esporádicos que ajudam ao desequilíbrio do orçamento doméstico. Alguns são previsíveis (jantares fora, idas ao cinema ou espectáculos, férias, presentes de aniversário para familiares e amigos), outros ocorrem de forma não programada (despesas de saúde, reparações no lar ou do automóvel, etc.). Aconselho-o a vigiar esses gastos analisando facturas, despesas com cartões de crédito/débito, emissão de cheques que efectuou nos últimos meses.

Ficará assim com uma ideia (ainda que apenas aproximada) dos gastos esporádicos que não contabiliza no seu orçamento mas que no final do ano podem representar um peso excessivo. Se puder, guarde uma parcela do rendimento familiar para satisfazer as despesas imprevistas não programadas.

## 5. Dinheiro de bolso

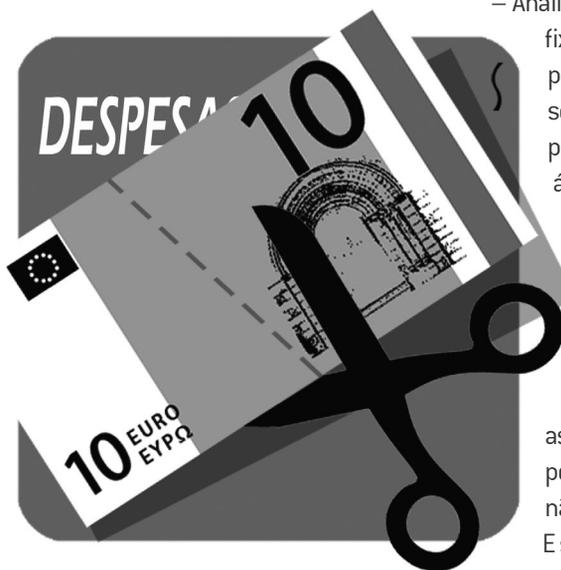
Estas são as despesas mais difíceis de controlar. O dinheiro que traz no bolso para comprar o jornal, cigarros, tomar um café ou uma bebida ao fim da tarde é gasto em despesas esporádicas de pequeno montante a que não damos normalmente grande importância mas, em muitos casos, são as grandes responsáveis pela derrapagem do orçamento doméstico.

## 6. Reajustar o orçamento

Se depois de fazer o orçamento chegar à conclusão de que as receitas não chegam para cobrir as despesas ou não deixam margem para a poupança, terá de passar à fase de repensar tudo e fazer alguns reajustamentos. Como é óbvio, não existe um modelo de ajuda para cortar nos gastos, mas deixo-lhe algumas dicas:

- Analise todas as rubricas das despesas fixas e veja quais são aquelas em que pode fazer reduções. No final desta separata ficam algumas sugestões para poupar em algumas áreas (luz, água, seguros, compras e automóvel) que apenas exigem uma mudança de comportamento para fazer poupanças consideráveis. Sem sacrifícios, apenas com mais racionalidade.
- Analise também os gastos com as despesas variáveis e veja onde pode cortar. A remodelação da sala não pode esperar mais um tempo? E se passar a tomar o pequeno-almoço em casa quanto poderá poupar? Partilhar

o transporte, ou simplesmente trocar o automóvel pelos transportes públicos, são opções que representam poupanças significativas. Embora os gastos variáveis sejam, normalmente, aqueles onde é mais difícil cortar, é neste tipo de despesas que poderá, eventualmente, conseguir reduções mais significativas. Crie limites para as diversas rubricas das despesas variáveis.



## 7. Revisão mensal do orçamento

Para garantir um orçamento equilibrado é necessário analisá-lo mensalmente. Este procedimento regular é importante para ter a certeza de que está no bom caminho e poder fazer novos ajustes que ainda possam ser melhorados. Já pensou, por exemplo, em mudar de operador de telemóvel ou de fornecedor de energia? Se procurar bem e comparar preços, não conseguirá encontrar um tarifário de Internet com melhores soluções para o seu perfil de utilizador? Não haverá no mercado uma seguradora que lhe ofereça condições mais favoráveis? Poderá a prestação da casa ser reduzida se renegociar com o seu banco ou transferir o crédito para outro?

Estas são algumas das questões que deverá colocar no momento de analisar o seu orçamento familiar se necessita de reduzir as despesas. De início pode parecer-lhe uma tarefa árdua mas, ao fim de alguns meses, verá que foi um trabalho que valeu a pena.

### Crédito ao consumo

**O crédito ao consumo é um empréstimo destinado a satisfazer necessidades de crédito a curto/médio prazo, dirigido à aquisição de bens ou serviços de consumo duradouro. Não se inclui aqui, portanto, o crédito à habitação regulado por legislação diversa.**

O acesso a bens, produtos e serviços de consumo é uma aspiração social legítima e justa, pelo que tem de ser considerado

um comportamento normal as pessoas recorrerem ao crédito como forma de acesso a determinado tipo de bens. A questão é saber quando estamos em condições de poder aceder ao crédito e até que ponto o apelo do consumismo nos pode conduzir a situações complicadas.

Às vezes os consumidores vão acumulando créditos para comprar bens ou produtos que não são essenciais e chegam a um ponto em que os créditos contraídos ultrapassam o rendimento familiar. Chegado a este ponto, passa a ser o crédito a controlar o orçamento familiar e a situação torna-se complicada.

Assim, a primeira pergunta que deve fazer antes de recorrer ao crédito é a seguinte: **preciso mesmo de trocar de automóvel, adquirir um computador portátil, fazer uma viagem de sonho, comprar uma nova mobília para a sala ou posso esperar?**

Se o seu orçamento é exíguo para a despesa que vai fazer, o melhor é mesmo esperar por melhores dias e não se aventurar no recurso ao crédito. Se, pelo contrário, o seu orçamento familiar tem uma folga que lhe permite assumir um crédito, então faça-o mas não se esqueça de seguir algumas orientações que lhe deixo aqui:

#### • Comece por analisar o seu orçamento

##### – Confirme a sua situação financeira

Permite-lhe suportar os encargos, não se esquecendo de guardar uma folga para despesas inesperadas?

Durante quanto tempo vai ter de suportar esses encargos?

##### – Não recorra ao crédito para satisfazer despesas correntes ou gastos sumptuários

Pedir crédito para pagar umas férias pode ser aliciente mas, se no ano seguinte ainda as estiver a pagar e não tiver dinheiro para gozar férias, provavelmente o recurso ao crédito não foi uma boa ideia...

Talvez a melhor solução seja fazer poupanças até poder pagar as férias com que sempre sonhou sem recorrer ao crédito.

##### – Nunca recorra ao crédito se o montante global dos seus encargos com juros ultrapassar a taxa de esforço do agregado familiar.

É usualmente considerado o valor limite para a taxa de esforço quando o empréstimo absorve mais de 35% a 40% do rendimento disponível, mas como a taxa de esforço é variável ao longo da vida e também entre famílias (fruto de diferentes padrões de vida), é difícil determinar o ponto de referência a partir do qual se pode





afirmar que a taxa de esforço se torna incomportável. Compete a si analisar o problema, mas tome os 35% como um valor de referência, acima do qual terá de ponderar bem novos compromissos.

**Muitas vezes a taxa de esforço fica esgotada com o crédito à habitação, por isso pense bem antes de contrair um crédito ao consumo.**

#### • Faça a escolha certa

Muitos estabelecimentos e companhias de seguros sugerem um contrato de crédito ou uma instituição. Não é obrigado a aceitar a proposta que lhe fazem. Antes de tomar uma decisão, procure fazer a escolha certa.

- Consulte vários bancos e/ou instituições financeiras.
- Estude bem as propostas que cada um lhe apresenta e peça que lhe façam uma simulação dos encargos durante a vigência do crédito.
- Peça informações sobre as condições de reembolso do crédito.
- Analise o método de cálculo para a redução do custo do reembolso no caso de vir a ter condições financeiras para pagar antecipadamente o crédito, antecipando o fim do contrato.
- Procure negociar o *spread* (margem adicionada pelos bancos às taxas de juros de referência).
- Confirme se o *spread* que lhe é proposto pelo banco se aplica ao período de vigência do crédito ou apenas a um período limitado (há bancos que reduzem a taxa do *spread* nos primeiros anos mas agravam-na nos anos seguintes, o que lhes permite recuperar a sua margem de lucro ao longo da vida do empréstimo).

**Informe-se sobre a TAEG (Taxa Anual de Encargos Efectivos Globais), pois é esta taxa que lhe permite saber correctamente quanto vai pagar.**

Este valor permite comparar várias propostas, pois reflecte o custo total do crédito. Engloba, além da taxa de juro, as comissões, imposto de selo e seguros obrigatórios do financiamento. A comparação deve basear-se em parâmetros idênticos: mesmo valor, duração do empréstimo, sinal, etc. Quanto mais baixa a TAEG, mais barato o empréstimo.

#### • Leia atentamente os contratos

Antes de assinar o contrato leia atentamente todas as cláusulas. Do contrato devem constar obrigatoriamente as seguintes informações:

- Descrição exhaustiva do bem a que se destina o empréstimo.
- A descrição do bem ou serviço.
- A identificação do fornecedor.
- O valor da TAEG (Taxa anual efectiva global) e as condições em que pode ser alterada.
- O valor total das prestações (a soma de todos os pagamentos a efectuar pelo consumidor), o número, o montante e a data de vencimento.
- O acordo sobre a reserva de propriedade.
- O direito a uma redução do custo do crédito no caso de reembolso antecipado.
- O prazo de reflexão.

#### O cartão de crédito

O cartão de crédito não é propriamente uma varinha de condão capaz de transformar os nossos desejos em realidades, fazendo-nos esquecer que aquilo que adquirimos através dele (e não com ele, sublinho) tem um preço acrescido a pagar que se chama juros.

Muitas vezes, principalmente em férias ou viagens, esquecemo-nos desse pormenor mas, mais tarde, ao fazer as contas, acabamos por concluir que a compra «daquelas pechinchas» se transforma, por força dos juros a pagar, numa «pesada herança» que nos fará recordar as férias com um sabor amargo. Não há nada de errado em usar o cartão de crédito como uma alternativa de financiamento, desde que seja uma utilização planeada. Como meio de pagamento, o cartão confere até algumas vantagens. Não só o cartão oferece mais protecção em caso de roubo e extravio do que o dinheiro, como dá mais garantias ao consumidor no caso de cobrança indevida.



Se teve um imprevisto que o obrigou a uma despesa extraordinária, o cartão de crédito pode ser, ainda, a melhor alternativa de financiamento. Mesmo que os juros cobrados sejam elevados, se tiver certeza de que poderá saldar a dívida em um ou dois meses, é mais vantajoso do que pedir um crédito pessoal porque irá pagar juros mais baixos. Desde que usado de forma controlada, o cartão de crédito pode ser um aliado inestimável na gestão das suas finanças. Mas, para que isso seja possível, é importante que estabeleça um conjunto de regras que lhe permitam disciplinar-se quando o utiliza.

#### Tenha também em consideração:

1. Nem todos os cartões são iguais ou oferecem as mesmas facilidades.
2. O cartão de crédito não é, normalmente, gratuito. Pondere a escolha em função da anuidade que terá de pagar, das taxas de juro e dos serviços associados.
3. Procure liquidar mensalmente as despesas que efectuar com o cartão de crédito no mês anterior porque nessas condições não terá de pagar juros.
4. Tenha em atenção que, se não o fizer, vai acumular juros (por vezes elevados) que se tornarão uma despesa adicional. Nesse caso, não se esqueça de incluir sempre as despesas com o cartão no seu orçamento mensal.
5. Lembre-se que se for sucessivamente transferindo para o mês seguinte o pagamento das verbas que gasta com o cartão de crédito, corre o risco de se endividar acima das suas possibilidades e deixar mesmo de poder pagar as mensalidades.
6. Estabeleça um limite mensal para o uso do cartão de crédito.
7. Tenha em atenção os prazos de reclamação quando o extracto da sua conta não corresponde à utilização que fez, caso contrário arrisca-se a ter de pagar despesas que não efectuou.

8. Tenha em consideração as condições de utilização do cartão de crédito no estrangeiro porque o levantamento de dinheiro e as compras efectuadas podem estar sujeitas a juros elevados.
9. No caso de não poder fazer face às despesas, pode ficar sujeito à penhora dos seus bens.
10. No caso de extravio do cartão (perda ou roubo) comunique imediatamente ao seu banco.

#### Sobreendividamento

Como já referi, a democratização do acesso ao crédito trouxe inegáveis vantagens aos consumidores. O problema é que muitos consumidores, desconhecendo em profundidade as «regras do jogo» (ler os contratos é meio caminho para não sermos enganados...), endividam-se para além das suas possibilidades e a partir de determinado momento deixam de ter capacidade financeira para satisfazer os encargos assumidos, passando de endividados a sobreendividados. Incitados pela publicidade à satisfação imediata dos seus desejos, às compras por impulso e iludidos pela ideia de que a compra a crédito é uma poupança diferida, muitos consumidores viram-se de um momento para o outro numa situação de «insolvência» que não lhes permitiu continuar a cumprir os compromissos assumidos. São essencialmente duas as vias que conduzem ao sobreendividamento:

#### – Sobreendividamento passivo

Quando se regista uma quebra imprevista dos recursos financeiros, provocada por factores exógenos e não previsíveis (perda do emprego, doença, divórcio, morte de um dos cônjuges, por exemplo) que levam a que involuntariamente a família deixe de poder fazer face aos encargos assumidos

#### – Sobreendividamento activo

Há também quem se endivide por «ter mais olhos que barriga» e, de forma negligente, assuma encargos que sabe de antemão não poder honrar por serem superiores aos seus rendimentos. São casos de endividamento característicos dos consumidores compulsivos e que, não raras vezes, conduzem a uma espiral. Isto é, na tentativa de remediar situações de atraso com

compromissos assumidos anteriormente, os consumidores contraem novos empréstimos, envolvendo-se assim num ciclo interminável. A fronteira entre as duas situações é, por vezes, extremamente ténue e difícil de determinar.

No entanto, seja qual for a causa do sobreendividamento, a verdade é que estamos perante um problema social grave. Muitos consumidores, colocados perante a incapacidade de pagar os créditos acumulados, recorrem a outro crédito, acabando por agravar a situação.

### **Não esqueça: Contrair um novo crédito para pagar créditos anteriores não é uma boa solução**

#### **Precisa de Ajuda?**

Normalmente, quando um consumidor entra em incumprimento as prestações do carro, da mobília ou do cartão de crédito são as primeiras a deixarem de ser pagas, originando que as instituições financeiras lesadas ajam de forma a recuperarem os seus créditos podendo, inclusive, levá-lo a perder a sua casa. Por isso, quando um consumidor tem consciência da dificuldade em cumprir os seus pagamentos deve agir de imediato.

O primeiro passo é dirigir-se ao banco onde contraiu o crédito, expor o seu problema e tentar renegociar algumas condições contratuais como *spread*, valor da prestação mensal ou o prazo e chegar a acordo sobre um plano de pagamentos compatível com o seu vencimento. Nenhum banco tem interesse em deter crédito malparado, por isso é do seu interesse e do interesse do consumidor encontrarem em conjunto um plano de regularização da dívida que seja exequível para ambas as partes.

Outra possibilidade é entrar em contacto com uma entidade **credível que** o aconselhe **gratuitamente** sobre a melhor forma de resolver o seu problema.

O Ministério da Justiça criou mecanismos para detectar situações de sobreendividamento e encaminhá-las para as entidades que podem ajudar a resolvê-las. Aqui ficam os nomes e endereços dessas entidades:

#### **Gabinete de Orientação ao Endividamento dos Consumidores:**

(a funcionar junto do ISEG)

Rua Miguel Lúpi, 20 – Gabinete 202

Telefone: 213 925 942

E-mail: gac@iseg.utl.pt

#### **Associação para a Defesa do Consumidor (DECO)**

(Gabinete de Apoio ao Sobreendividado)

Rua Artilharia Um, 79 – 4º

1269-160 Lisboa

Telefone: 213 712 000

(Delegações em Coimbra, Évora, Faro, Porto, Santarém e Viana do Castelo)

#### **Associação de Instituições de Crédito Especializado (ASFAC)**

Rua Filipe Folque, 2 – 7º

1050-113 Lisboa

Telefone: 213 536 749

E-mail: geral@asfac.pt

#### **Como podem estas entidades ajudá-lo?**

- Analisam a situação financeira do sobreendividado com o intuito de reestruturar as dívidas, nomeadamente nas despesas que é possível reduzir e até na renegociação de contratos de crédito para evitar prestações em atraso.
- Apoiam na gestão do orçamento familiar e propõem um plano de pagamentos às entidades credoras.
- Apoiam na proposta de um plano de pagamentos às entidades credoras de acordo com a capacidade financeira do consumidor.
- Apoiam à renegociação dos encargos/créditos.
- Recebem e tratam pedidos para construção e negociação de planos de pagamento entre pessoas sobreendividadas e os seus credores, para evitar a inclusão dessas pessoas na lista pública de execuções.
- Recebem e tratam pedidos de construção de planos de pagamentos entre pessoas sobreendividadas e os seus credores, enviados por centros de arbitragem em matéria de acção executiva.

O momento para procurar ajuda não é quando se encontra em incumprimento, mas quando tem consciência que está ou vai ficar impossibilitado de cumprir. A lei tem soluções legais que permitem às empresas e às pessoas singulares recuperarem-se económica e familiarmente. Por exemplo, com planos de pagamentos ou perdão das dívidas.

Existem prazos e condições que devem ser cumpridas. Manter uma situação de incumprimento não abona a favor do devedor. Assim, quando verificar que está impossibilitado de cumprir, disponha-se a procurar ajuda.

### Que fazer se tiver dificuldades em pagar o crédito?

#### • Reestruturar a dívida

O pedido é, obrigatoriamente, feito pelo consumidor e pode ser formulado junto do Gabinete de Apoio às Pessoas Singulares Sobreendividadas que avalia a sua situação.

O passo seguinte consiste em analisar a proposta de reestruturação do seu passivo que lhe for apresentada.

A proposta pode incluir, entre outras, as seguintes medidas:

- Alargamento do prazo de pagamento.
- Redução de juros.
- Cessão de bens aos credores.
- Extinção de algumas dívidas. Mesmo que o consumidor aceite a proposta que lhe for apresentada, a sua concretização fica dependente da concordância dos credores.
- No caso de não ser alcançado um acordo, qualquer das partes pode pedir a intervenção do tribunal para elaborar um plano judicial de pagamento.

#### • Créditos consolidados

Se tiver contraído créditos em várias instituições financeiras, uma solução poderá ser a consolidação de créditos. Ao concentrar todas as dívidas em apenas um banco, poderá reduzir substancialmente o *spread* e outros encargos.

Tal como o nome indica, o crédito consolidado tem como objectivo consolidar os diferentes tipos de créditos que uma pessoa possa ter e fundi-los num único crédito de longa duração. Geralmente, o crédito consolidado tem como objectivo fundir o crédito automóvel, os microcréditos e os créditos pessoais de baixa

duração, juntamente com um crédito à habitação, e produzir assim uma prestação única mais baixa do que o somatório de todas as prestações correntes. As taxas de juro associadas são geralmente maiores, embora estejam diluídas no total do montante em dívida e também no número de prestações a pagar, pelo que o valor final será sempre mais baixo do que aquele que mantinha com as diferentes prestações fixas.

### Algumas dicas para poupar

#### 1. Energia

Os exemplos que se seguem pretendem apenas ilustrar como pode ser fácil poupar energia sem esforços que obriguem a alterar o modo de vida, mas apenas com alguma racionalidade que evite o desperdício.

#### • Electrodomésticos

Antes de comprar um electrodoméstico leia o rótulo energético. A maioria dos electrodomésticos tem, aposta, uma etiqueta que fornece informações preciosas sobre os custos de funcionamento.

Este rótulo classifica os aparelhos em função dos seus desempenhos energéticos numa escala que vai de «A», para os mais económicos, até «G» para os mais «gulosos».

Esta informação permite ao consumidor avaliar a sua futura despesa de electricidade com o electrodoméstico que vai adquirir. Este esclarecimento incita os fabricantes a melhorarem o rendimento energético dos seus modelos: só nos congeladores e frigoríficos, entre 1996 e 2000 houve melhorias na ordem dos 30%. Os progressos são tão positivos que, tendo em conta as evoluções do mercado, a União Europeia decidiu criar duas novas categorias, designadas por «A+» e «A++».

- Desligue completamente o televisor, o computador, o DVD, a aparelhagem de som e outros equipamentos, em vez de os deixar no modo *stand by*. Pode poupar até 10% de electricidade.
- Quando recarregar o telemóvel ou a bateria de qualquer outro aparelho, não prolongue o carregamento para além do tempo necessário. Quando terminar a operação, desligue o carregador da tomada pois, se o mantiver ligado, continuará a consumir energia.



- No momento de comprar um televisor tenha em atenção que um televisor de plasma consome quatro vezes mais energia que um televisor convencional e 50 a 70% mais do que um aparelho de LCD.
- Se precisa de um computador novo, lembre-se que os portáteis consomem, normalmente, menos energia do que um computador de escritório. O ecrã é um dos elementos a que deve prestar especial atenção, porque é um dos mais energívoros. Menos brilho no ecrã também significa menos consumo.
- Pense duas vezes antes de decidir comprar um novo modelo. A última inovação apresentada no mercado por uma marca justifica a troca ou valerá a pena esperar um tempo mais e comprar um modelo ainda mais avançado? O capricho de ter a última novidade nem sempre justifica o investimento. Apenas um exemplo: é possível fazer a actualização de alguns elementos dos computadores, como a memória RAM ou o disco rígido, sem trocar de equipamento. Com isso consegue duplicar a vida útil do seu computador, poupando bastante dinheiro e contribuindo para a preservação do ambiente, pois os resíduos dos aparelhos eléctricos e electrónicos contêm substâncias como o plástico que demoram muitos anos a decompor-se e metais.
- Não se esqueça de utilizar apenas lâmpadas fluorescentes compactas. Gastam menos 70% de energia e duram oito vezes mais do que as clássicas. Se tiver em atenção que a iluminação artificial representa, em média, 10 a 15% do consumo total de energia no seu lar, é só fazer as contas.

#### • Climatização

Faça um bom isolamento térmico, calafetando portas e janelas de modo a eliminar as perdas de calor e infiltrações. Isso permite-lhe não só reduzir a necessidade de recorrer a sistemas de climatização, mas também evitar perdas de energia por falta de isolamento (cerca de 60% da energia gerada por sistemas de climatização pode ser desperdiçada). Poupará entre 5 a 10% de energia com uma boa calafetagem.

Pinte a casa com cores claras, que não absorvem tanto calor como as cores escuras.

A redução de apenas um grau na temperatura ambiente (no Inverno) ou idêntico aumento no Verão permite baixar o consumo de energia em 7%.

#### • Escolha o tarifário certo

É possível aos consumidores reduzirem a factura da electricidade se optarem pela tarifa mais adequada ao seu perfil de utilizador (tarifa simples, tarifa bi-horária, etc.).

Mudar de operador pode ser outra solução para poupar alguns euros em cada mês.



## 2. Água

Evite desperdícios alterando um pouco os seus hábitos e mostrando-se um consumidor consciente na preservação dos recursos da Natureza.

#### • Na casa de banho

Quando toma banho de imersão gasta cerca de 200 litros de água, enquanto num duche rápido (cerca de 5 minutos) consome apenas 25. Ainda está a hesitar?

Enquanto escova os dentes ou se barbeia, mantenha a torneira fechada. Poupará entre 10 a 30 litros de água.

Não transforme a sanita em recipiente de lixo, lançando restos de comida, cabelos, papéis, etc., pois além de provocar entupimentos as consequências que poderão ser desastrosas.

Hoje em dia, quase todos os autoclismos têm dois modos de descarga (parcial e total). Sempre que possível, utilize apenas a descarga parcial

#### • Na cozinha

Não lave a loiça em água corrente. Se necessário, deixe os tachos e as panelas de molho.

Use as máquinas de lavar roupa e loiça apenas com a carga máxima. Não deixe torneiras a pingar.

### 3. Nas compras

- Não compre por impulso. Compare preços em vários estabelecimentos, porque por vezes há diferenças muito significativas.
- Não se deixe iludir facilmente pelas promoções. Certifique-se de que valem mesmo a pena e não são apenas um engodo.
- Não vá para o supermercado com fome.
- Faça uma lista dos produtos que necessita de comprar.
- O seu objectivo, quando vai ao supermercado, é comprar produtos alimentares, mas não se esqueça de que os supermercados não pensam da mesma forma. Por isso, prepararam um jogo de sedução para levar a comprar outros produtos. Começa logo na porta de entrada, onde estão os electrodomésticos, o vestuário ou os computadores. Se querem convencê-lo a comprar uma gama de produtos que não tencionava adquirir, têm de o fazer logo à entrada, quando ainda não gastou um cêntimo, e não depois de ter ultrapassado a verba prevista para os bens alimentares.
- Perca os preconceitos em relação às marcas próprias (marcas brancas). Hoje em dia, há produtos de grande qualidade vendidos sob essa designação a preços quase sempre inferiores aos de marcas de fábrica.
- Hoje em dia, as épocas de saldos estão definidas por lei. Aproveite-as da melhor maneira mas não se deixe entusiasmar de tal modo que exceda o seu orçamento. O que hoje é barato pode vir a ser caro no futuro.
- Não ultrapasse o orçamento mensal previsto para as despesas das várias rubricas do orçamento.



### 4. No automóvel

Desde a compra ao contrato de seguro, passando pela manutenção, poupança de combustível ou forma de condução, é possível poupar algumas centenas de euros por ano se soubermos fazer as escolhas certas. Tudo deve começar no acto da compra.

#### • Compra

- Nem sempre o automóvel que o encanta é o mais aconselhável para o uso que lhe pretende dar. Antes de decidir o modelo que vai comprar, estude bem as características do veículo e certifique-se de que é o mais adequado às suas necessidades. Tenha em consideração os prazos das revisões, o custo e a qualidade dos serviços pós-venda oferecidos pela marca ou o consumo médio de combustível.
- O preço pode variar consoante o concessionário. Não só no preço base mas, essencialmente, na valorização que fazem do seu velho automóvel. Muitas vezes, um carro para troca é mais valorizado em concessionários da província do que nas grandes cidades.
- Se vai pedir um financiamento, estude bem qual a modalidade que melhor se adequa ao seu interesse **(seja qual for a opção que escolher, consulte várias instituições financeiras)**.

#### • A condução

- Faça uma condução defensiva. Sem grandes acelerações e travagens bruscas.
- Verifique a pressão dos pneus.
- Evite a utilização de ar condicionado.



## 5. No seguro

Há, actualmente, uma grande diversidade de ofertas de seguros. Por isso, vale a pena estudar o mercado antes de se decidir. Uma boa escolha pode representar uma poupança de algumas centenas de euros anuais. Aqui ficam alguns conselhos:

- Faça uma pesquisa minuciosa das propostas oferecidas no mercado e decida-se pelo modalidade de seguro que mais se adequa ao seu caso.
- Comprove se a empresa com a qual pretende negociar está autorizada pelo Instituto de Seguros de Portugal a exercer a sua actividade.
- Leia atentamente as condições gerais e especiais do contrato e, em caso de dúvida, exija que lhe expliquem de forma clara quais os riscos que estão efectivamente cobertos e as condições excepcionais que implicam a desresponsabilização da seguradora.
- Informe-se sobre o montante da franquia.
- No caso do seguro automóvel, se contemplar uma viatura de substituição peça informação pormenorizada sobre as condições em que esta lhe será atribuída.

Saiba, por fim, que no caso de não estar satisfeito com a sua seguradora, pode rescindir o contrato desde que comunique o seu desejo com 30 dias de antecedência.

Quando fizer a comunicação à seguradora peça um certificado de tarificação (informação da seguradora sobre a (in)existência de sinistralidade durante o período de vigência do contrato).

No caso de ter pedido a resolução do contrato antes de terminar o prazo de caducidade terá direito a ser reembolsado da parte do prémio de seguro correspondente ao prazo que falta até terminar o contrato.

## Onde aplicar as suas poupanças?

A publicidade dos bancos e instituições financeiras demonstra à sociedade que a sua relação com os consumidores se alterou radicalmente nos últimos anos.

Há apenas três ou quatro anos, os bancos convidavam os consumidores ao endividamento e guerreavam-se na oferta do melhor crédito, acenando com juros baixos e *spreads* de 0%. Hoje em dia, os bancos aumentaram substancialmente os juros dos empréstimos e dificultam o acesso ao crédito.

A publicidade procura agora cativar as poupanças dos consumidores, travando-se a guerra entre os bancos na oferta dos juros mais atraentes dos depósitos a prazo.

Não há receitas cem por cento seguras que permitam orientar os consumidores para a canalização das suas poupanças em determinado sentido. O importante é não se deixar iludir apenas porque determinado banco oferece juros mais elevados aos seus depósitos. Antes de decidir, tenha em consideração a credibilidade do banco e procure informar-se sobre o *rating* atribuído pelas agências internacionais ao banco onde pretende fazer os seus depósitos. Pode fazê-lo ao balcão ou no *site* do banco. O mesmo se aplica, obviamente, se a sua opção for para a subscrição de um produto financeiro.

**Cuidados e caldos de galinha...** nunca fizeram mal a ninguém.  
**– Preste alguma atenção no momento de fazer um depósito a prazo.**

A vasta gama de produtos financeiros com taxas de juro atraentes (muito superiores aos dos depósitos a prazo) oferecidos pelos bancos, aliados à falta de literacia financeira, podem induzir muitos consumidores em erro, fazendo aplicações em produtos financeiros quando pensavam estar a fazer depósitos a prazo.

Este aspecto é importante porque as aplicações em produtos financeiros (que sempre envolvem alguma percentagem de risco) não estão cobertas pelo Fundo de Garantia dos Depósitos. Fundamental para evitar confusões é que os consumidores saibam o seguinte: se no banco – ou qualquer outra instituição financeira – lhe pedirem para assinar algum contrato, provavelmente não está a fazer um depósito...

## Saber distribuir as poupanças

Não coloque todos os ovos no mesmo cesto.

Essa é uma das regras básicas para qualquer aforrador, pelo que é importante diversificar as poupanças além dos depósitos bancários. Essa possibilidade aumenta proporcionalmente ao montante das poupanças mas, mesmo para um pequeno aforrador, há diversas possibilidades interessantes como os Certificados do Tesouro.

