



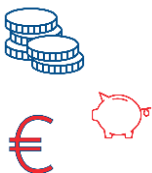
Cofinanciado pela
União Europeia



FinPower

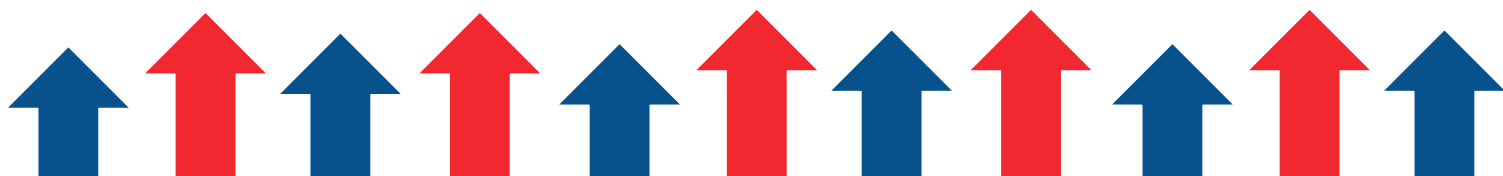
Módulo 4: Poupança

Preparado por: Framework



Índice

OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM	2
INTRODUÇÃO À POUPANÇA.....	2
Porque é Importante	2
Algumas Dicas E Estratégias Para Melhorar A Poupança:.....	5
Como Escolher Os Instrumentos De Poupança.....	6
Criar Um Plano De Poupança	9
INFLAÇÃO E PODER DE COMPRA	16
Definições.....	16
Principais Conclusões.....	21
Valor Nominal E Real.....	21
Inflação E Poupança.	23
Pensões E Inflação.....	24
REFERÊNCIAS.....	26



OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM

Os objetivos do módulo são os seguintes:

1. Compreender por que razão a poupança é importante para atingir Objetivos de vida pessoais e alcançar uma vida financeiramente equilibrada, com um enfoque a longo prazo;
2. Conhecimento dos principais instrumentos de poupança;
3. Compreender o processo circular entre ganhar dinheiro, fazer um orçamento, poupar, investir e reformar-se;
4. Compreender o que é a inflação e como afeta as suas poupanças; o conceito de depreciação do dinheiro e o poder de compra. Diferenças entre valor nominal e valor real. Como o poder de compra tem sido modificado nos últimos anos. Como é que a desvalorização do dinheiro afeta o plano de reforma e o valor real da pensão.

Assim, a mulher adquirirá a capacidade de:

1. Ser capaz de calcular as necessidades de poupança pessoal e o potencial de poupança. Identificar as situações pessoais em que um baixo nível de poupança pode ser arriscado;
2. Implementação de estratégias para reduzir despesas desnecessárias e aumentar as poupanças;
3. Ser capaz de criar um plano de poupança pessoal eficaz para atingir os objetivos de vida (como, quando e onde poupar) e acompanhar o processo;
4. Ser capaz de avaliar o dinheiro em relação ao poder de compra e ao custo de vida.

INTRODUÇÃO À POUPANÇA

Porque é Importante

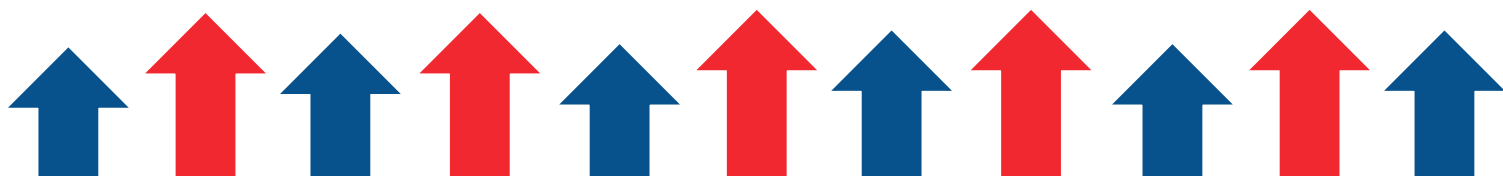
Uma das melhores formas de controlar as suas finanças na economia incerta dos dias de hoje é acumular uma conta poupança saudável. Ninguém quer sentir o stress de saber que

está a apenas um ou dois salários de distância de um desastre financeiro porque não tem dinheiro para recorrer quando "as coisas acontecem". Exemplos específicos incluem perda de emprego, invalidez, avaria do carro, doença de um filho ou de um animal de estimação e outros tipos de emergências financeiras. A poupança proporciona um "apoio" financeiro para as incertezas da vida e aumenta a sensação de segurança e paz de espírito. Uma vez criado um fundo de emergência adequado, as poupanças também podem fornecer o "capital inicial" para investimentos de maior rendimento, como ações, obrigações e fundos de investimento.

Um estudo recente efetuado pela companhia de seguros Northwestern Mutual também comprova que a poupança está associada a uma maior felicidade. O estudo concluiu que as pessoas que são "planeadoras" e que fazem coisas orientadas para o futuro, como definir objetivos e tomar medidas (por exemplo, poupar dinheiro) para atingir esses objetivos, se sentem mais felizes e têm uma vida melhor do que as pessoas que não fazem planos. Numa nota relacionada, a Consumer Federation of America encontrou uma forte relação entre ter um plano de despesas e de poupança e manter fundos de emergência. Particularmente no caso dos indivíduos com baixos rendimentos, os que tinham um plano de despesas com objetivos eram muito mais propensos a poupar dinheiro para emergências do que os que não tinham um plano.

Os economistas e psicólogos atribuem estes resultados à sensação de controlo que as pessoas têm quando planeiam e sabem o que precisam de fazer para chegarem onde estão agora e onde querem estar. Está bem estabelecido pela investigação que as pessoas que têm um sentido de controlo sobre os acontecimentos da vida são frequentemente mais felizes, lidam melhor com a situação e são mais resistentes em momentos de stress do que as outras. Por outro lado, as pessoas sentem-se especialmente infelizes em situações em que se sentem sem controlo. Por conseguinte, não é de surpreender que as deslocações pendulares ocupem um lugar cimeiro na lista das coisas que tornam as pessoas mais infelizes. Os trabalhadores pendulares nunca sabem, dia após dia, com que engarrafamentos, acidentes e problemas meteorológicos se vão deparar.

Razões pelas quais é importante poupar dinheiro



De um modo geral, a poupança é fundamental para todos, independentemente dos rendimentos, das despesas e da fase da vida. Eis algumas razões pelas quais deve começar a poupar.

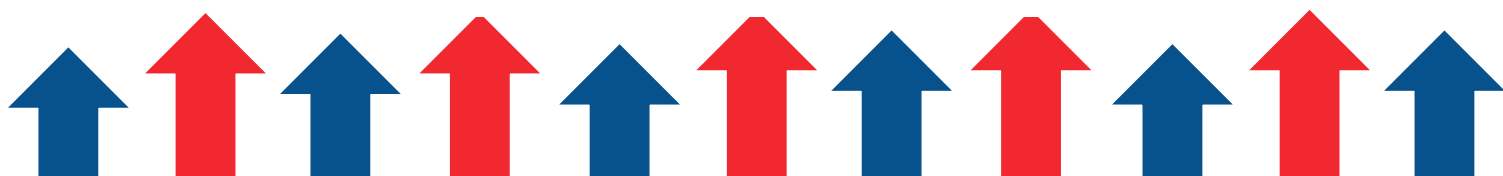
- **Criar um fundo de emergência:** poupar entre três e seis meses das nossas despesas fixas permitir-nos-á ter esse dinheiro disponível em caso de emergência. Por exemplo, perder o emprego, ficar doente ou ter de efetuar reparações dispendiosas na casa, entre outras despesas inesperadas.
- **Pagar as nossas dívidas:** poupar uma percentagem do nosso rendimento permite-nos também pagar as nossas dívidas. É aconselhável dar prioridade aos pagamentos com a taxa de juro mais elevada. Ao adotar esta abordagem, não só irá saldar as suas dívidas, como também poupará o montante que teria pago sob a forma de juros.
- **Investir** na poupança permite-lhe utilizar o seu dinheiro para outros fins e, na sequência da pandemia, investir tornou-se uma das opções mais populares. É melhor começar com pequenas quantias e ativos de menor risco e, assim que o investidor se familiarizar com o processo, poderá conhecer outras opções.
- **Viagens:** para muitas pessoas, poupar é sinónimo de viajar, especialmente para os *millennials*. Planear umas férias pode ser uma razão convincente para poupar a curto prazo, especialmente durante os meses de verão. Embora não deva ser a única motivação, a definição de um objetivo pode ajudar a incentivar a poupança.
- **Pagar a educação dos seus filhos:** a poupança também pode ser uma opção atrativa para garantir a educação dos seus filhos. Vale a pena fazer o sacrifício de poupar todos os meses quando sabemos que a razão pela qual o fazemos tem um impacto positivo na vida das pessoas que mais amamos.
- **Assegurar uma boa velhice:** uma das principais motivações para pôr de lado uma pequena quantia de dinheiro todos os meses e investi-la para obter um rendimento mais elevado é assegurar o conforto nos momentos de necessidade. Poupar e investir quando se é jovem pode levar a resultados prósperos na velhice.

- **Ter estabilidade financeira:** muitos dos pontos acima referidos destinam-se a permitir-lhe planear a sua vida a médio e longo prazo. Organizar as suas finanças e aprender a poupar dinheiro dá-lhe segurança e liberdade. Desta forma, pode viver a sua vida como quiser.

Algumas Dicas E Estratégias Para Melhorar A Poupança:

Depois de perceber claramente porque é que quer poupar, o único passo que falta é determinar como o fazer. Aqui estão cinco dicas que o podem ajudar a poupar mais:

- 1. Comece a manter um registo das suas despesas:** Manter um registo de todas as suas despesas é o primeiro passo para gerir eficazmente as suas finanças. Existem vários métodos para o fazer, incluindo a utilização da aplicação do seu banco, uma aplicação especializada, uma folha de cálculo Excel ou um bloco de notas. É fundamental registar todas as suas despesas. Esta prática permitir-lhe-á ter uma ideia clara de onde o seu dinheiro é gasto e quais as despesas que podem ser reduzidas.
- 2. Minimizar as despesas:** depois de registar as suas despesas, pode reduzir as categorias não essenciais. Por exemplo, as assinaturas que já não utiliza, as compras impulsivas e outras despesas menores. Pode também rever as suas faturas de serviços públicos e de Internet para eventuais cortes. Isto inclui contas de eletricidade, água, gás, telefone e Internet. Compare os preços de várias empresas para obter a melhor pechincha. Esta recomendação também se aplica a outras compras, como alimentos, vestuário e produtos de beleza.
- 3. Estabelecer um orçamento mensal:** registar e reduzir as suas despesas permite-lhe criar um orçamento mensal realista. O objetivo é organizar as suas finanças, limitando o montante que pode gastar em cada mês. Este limite ajudá-lo-á a poupar dinheiro. Uma das regras de poupança mais conhecidas é a regra 50-30-20, segundo a qual devemos afetar 50% do nosso rendimento a despesas fixas, 30% a despesas variáveis e 20% a poupanças. Embora muitas pessoas não possam dar-se ao luxo de poupar 20% do seu rendimento, o importante é começar. Quanto mais cedo se começar, mais cedo se criará o hábito. A percentagem destinada à poupança pode variar ao longo dos anos.



4. **Pagar a si próprio primeiro:** Enquanto a maioria das pessoas espera até ao final do mês para pôr de lado as suas poupanças, os especialistas recomendam que se ponha de lado uma percentagem do seu rendimento no início do mês. Pôr de lado 15% ou 20% do nosso rendimento no dia 1 de cada mês ajudar-nos-á a aumentar as nossas poupanças e a viver com os restantes 85% ou 80%.
5. **Comece com pouco.** Não precisa de poupar centenas ou milhares de dólares em cada salário para fazer a diferença nas suas finanças. Pode começar por poupar pouco e aumentar as suas poupanças ao longo do tempo. Também pode aumentar gradualmente o montante que tem todos os meses à medida que se adapta ao seu novo orçamento. Pode começar com \$10 durante alguns meses e depois aumentar o montante para \$20 e depois para \$30. Também não há problema em saltar um ou dois meses devido a despesas inesperadas. Eventualmente, poderá pagar essas despesas com as suas poupanças.
6. **Crie uma conta para poupar e automatize as suas poupanças.** Quando automatiza as suas poupanças, uma parte do seu rendimento é automaticamente deduzida da sua conta bancária e colocada de lado numa conta de poupança separada. A automatização pode ser uma forma útil de aumentar as suas poupanças porque não tem de se lembrar de pôr dinheiro de lado. Além disso, pode programar a transferência para o início do mês e não para o fim, para garantir que poupa. Existem também aplicações e outras ferramentas que podem ajudar a automatizar as suas poupanças.

Como Escolher Os Instrumentos De Poupança

A melhor maneira de poupar dinheiro é utilizar os serviços de entidades institucionais. Isto porque, normalmente, estas oferecem seguros para proteger os depósitos. Além disso, normalmente, os governos oferecem seguros contra a falência de bancos.

Os bancos oferecem muitas formas diferentes de poupar o seu dinheiro até o utilizar para consumo. A principal diferença entre as contas que lhe são oferecidas é o preço que a sua liquidez recebe, ou a compensação pelo seu custo de oportunidade e risco, que, por sua vez, depende do grau de liquidez de que está disposto a abdicar. A liquidez é maior quando se

aceita comprometer-se com um período de tempo ou um montante mínimo de dinheiro para poupar ou emprestar.

Vamos agora analisar as principais contas bancárias.

Uma **conta corrente** é um tipo de conta de depósito que pode ser aberta num banco tradicional, numa cooperativa de crédito ou num banco online. Algumas instituições financeiras não bancárias também oferecem contas correntes aos clientes. Eis algumas das principais características das contas correntes em geral:

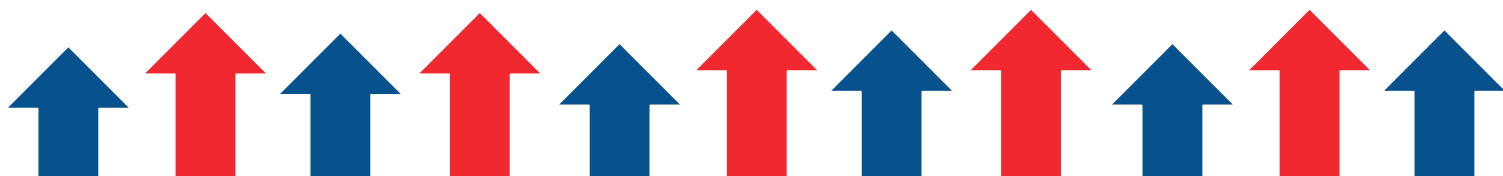
- Concebido para guardar fundos que tenciona gastar ou utilizar para pagar contas;
- Normalmente, inclui um cartão de débito para efetuar compras ou levantamentos de dinheiro;
- Pode também ser acompanhado de cheques em papel;
- Pode ser associado a outros tipos de contas bancárias, incluindo contas poupança.

É importante notar que as contas correntes não são todas iguais em termos das características ou benefícios que oferecem. Os bancos podem oferecer várias opções de contas correntes concebidas para satisfazer uma variedade de necessidades bancárias, incluindo:

- Verificação de crianças ou adolescentes
- Controlo de alunos
- Controlo sénior
- Verificação de juros
- Controlo de recompensas

Uma conta corrente básica é geralmente a opção mais comum que encontrará. Com uma conta corrente básica, poderá efetuar despesas com um cartão de débito, pagar contas online ou através de cheque em papel e transferir fundos de ou para contas associadas. As contas correntes básicas ou normais podem ter uma taxa de manutenção mensal ou ter requisitos de saldo mínimo que tem de cumprir para evitar a taxa.

Como escolher uma conta corrente



Se estiver interessado em abrir uma conta corrente, considere primeiro se faz mais sentido recorrer a um banco tradicional ou a um banco online. Se não precisar de aceder a uma agência, uma conta corrente online pode ser uma forma conveniente de gerir o seu dinheiro.

Para além disso, considere o tipo de características de que necessita e o que está disposto a pagar por uma conta corrente. Eis uma lista de verificação simples de aspectos a ter em conta ao comparar contas:

Requisitos mínimos de depósito

- Requisitos de saldo mínimo
- Taxas de manutenção mensais
- Outras comissões bancárias, tais como comissões de descoberto ou de multibanco
- Dimensão e localização da rede ATM
- Funcionalidades ou benefícios adicionais, tais como prémios em compras ou pagamentos pessoais isentos de taxas

Se decidir mudar de banco, não se esqueça de atualizar as informações da sua conta corrente para pagamentos automáticos de faturas e outros pagamentos recorrentes.

Conta poupança

Uma conta poupança é uma conta de depósito que pode ser utilizada para guardar dinheiro que não planeia gastar de imediato. A maioria das contas de poupança paga juros sobre os depósitos, embora a taxa de juro e o rendimento percentual anual (APY) possam variar significativamente de banco para banco. Tal como as contas correntes, as contas de poupança podem ter requisitos de saldo mínimo e taxas de manutenção mensais. Mas, normalmente, não são acompanhadas de um cartão de débito ou de um cartão multibanco e, normalmente, não é possível emitir cheques a partir delas. Isto porque as contas poupança não foram concebidas para as despesas diárias ou para o pagamento de contas.

No entanto, deve saber que o seu banco pode ainda impor uma comissão por exceder os levantamentos mensais da poupança. Esta é a chamada comissão por levantamento excessivo e os bancos podem aplicá-la a cada transação que ultrapasse o máximo permitido.

Como escolher uma conta poupança

Se pretende abrir uma conta poupança para reservar dinheiro para Objetivos a curto ou longo prazo, considere qual o melhor tipo de conta poupança. As contas de poupança normais ou básicas dos bancos tradicionais podem render juros, embora seja mais provável que tenha de pagar uma comissão mensal se abrir uma destas contas num banco tradicional.

Um banco online, por outro lado, pode cobrar menos comissões e oferecer taxas mais elevadas aos aforradores. As contas de poupança de alto rendimento, por exemplo, oferecem frequentemente um APY significativamente superior ao APY de poupança nacional, dependendo do banco.

Se conseguir obter um APY melhor num banco online, pode valer a pena trocar a conveniência de ter acesso a uma agência. Ao analisar as diferentes opções de poupança e o APY que pode ganhar, preste atenção às comissões e aos requisitos de saldo mínimo.

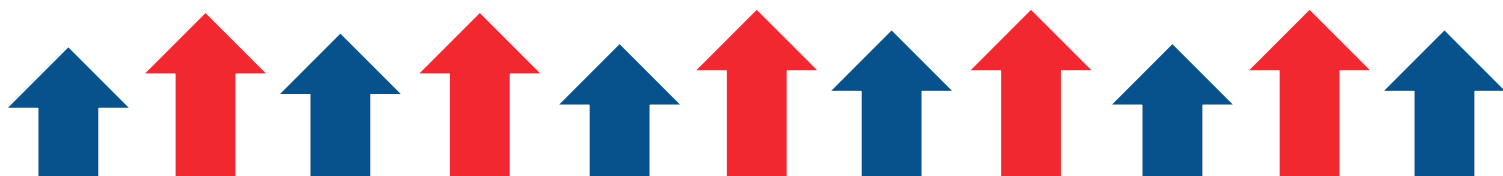
Criar Um Plano De Poupança

UM POUCO DE EXERCÍCIO

A criação de um plano de poupança pode facilitar a poupança.

1. Escreva o objetivo para o qual está a poupar.
2. Calcule o montante total que precisa de poupar para atingir esse objetivo.
3. Decida quantas semanas tem para poupar.
4. Divida o montante total pelo número de semanas. Este é o seu objetivo de poupança.
5. Pense em formas de reduzir as despesas de modo a atingir o montante total que precisa de poupar por semana.

Uma regra simples para poupar





O apelo universal da regra 50/30/20 é a sua simplicidade. Se quiser saber quanto do seu salário deve poupar ou que percentagem do seu rendimento deve afetar às despesas de habitação ou alimentação, a regra 50/30/20 ajudá-lo-á. Esta regra divide todos os rendimentos em três categorias simples.

50% para as necessidades / 50% do seu salário deve ser gasto em bens essenciais, como a renda, as contas, os transportes e a alimentação. São coisas de que não se pode prescindir. São coisas essenciais.

30% para os desejos / 30% devem ser gastos em atividades de lazer e passatempos, como a inscrição no ginásio, férias ou comprar

comida para levar às sextas-feiras, quando se está completamente exausto. Tudo isto são coisas desejadas, mas não necessárias para a sobrevivência.

20% para poupanças / Os últimos 20% do seu salário devem ser aplicados em poupanças ou no pagamento de dívidas, como cartões de crédito ou empréstimos a estudantes.

Como calcular um fundo de emergência

Um fundo de emergência é uma rede de segurança financeira em que se pode confiar quando ocorrem despesas inesperadas ou acontecimentos da vida. As emergências podem incluir uma perda súbita de emprego, despesas médicas, reparações na casa, reparações no carro e muito mais.

Ao ter um fundo de emergência, pode evitar endividar-se ou recorrer a outras poupanças, como o fundo para a faculdade dos filhos. Um fundo de emergência é uma componente crucial de um plano financeiro saudável.

Quanto devo ter num fundo de emergência?

A quantidade de dinheiro que deve ter no seu fundo de emergência pode variar em função dos seus Objetivos pessoais e financeiros. Regra geral, os peritos financeiros recomendam que se faça uma poupança suficiente para cobrir três a seis meses de despesas de subsistência.

Se tiver um emprego estável com um rendimento regular, pode conseguir sobreviver com três meses de despesas de subsistência. No entanto, se o seu rendimento for mais volátil ou se for trabalhador por conta própria, o ideal será fazer um investimento de seis meses ou mais.

Outros fatores a considerar incluem o seu nível de endividamento, quaisquer dependentes que tenha e os seus Objetivos financeiros gerais. Por exemplo, se está a planear comprar uma casa, abrir uma empresa ou constituir família em breve, pode querer poupar mais agressivamente para constituir o seu fundo de emergência.

O cálculo do seu fundo de emergência pode ser dividido em alguns passos simples. Eis como começar.

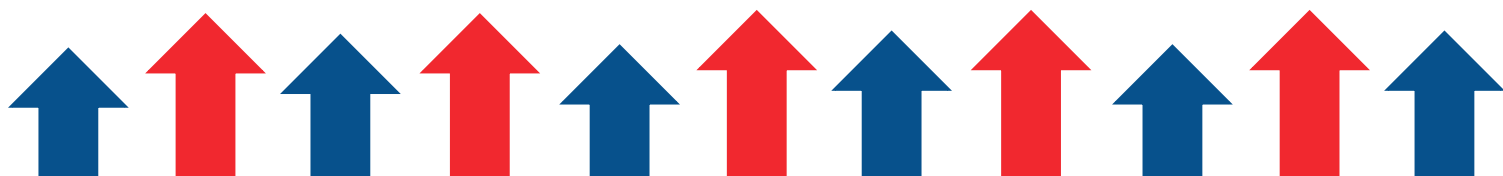
1. Calcule as suas despesas mensais

Determine o montante correto para o seu fundo de emergência calculando as suas despesas mensais. Isto inclui pagamentos de renda ou hipoteca, serviços públicos, compras, transportes, prémios de seguro e quaisquer outras contas recorrentes. Multiplique este total pelo número de meses que gostaria de ter coberto pelo seu fundo de emergência.

Por exemplo, se as suas despesas mensais (incluindo o pagamento da hipoteca ou da renda, serviços públicos, transportes, alimentação, despesas médicas, pagamentos de dívidas não hipotecárias, cuidados infantis, educação, pensão de alimentos e outras despesas essenciais) forem de 3.000 euros e quiser poupar para três meses, o seu objetivo de fundo de emergência será de 9.000 euros.

2. Avalie os seus fatores de risco

Em seguida, avalie os seus fatores de risco. Se tiver um emprego e um rendimento estáveis, pode conseguir sobreviver com um fundo de emergência mais pequeno. No entanto, se o seu rendimento for imprevisível ou se trabalhar num sector volátil, poderá ter de poupar mais.



Além disso, se tiver dependentes, uma hipoteca ou outras obrigações financeiras, poderá ter de poupar mais para cobrir as suas despesas.

3. Considere o seu nível de conforto

Por último, considere o seu nível de conforto. De que quantidade de rede de segurança precisa para se sentir financeiramente seguro? Se for um fundo de emergência normal de três a seis meses, isso é ótimo. Faça disso o seu objetivo. Mas se as obrigações da sua vida ainda o fazem sentir vulnerável, aumente o seu fundo de emergência para um montante que lhe pareça adequado.

Estudo de caso: Como uma mulher alcançou os seus objetivos financeiros

1. Apresentação da mulher e dos seus objetivos financeiros

Conheça a Sara, uma mulher de trinta e poucos anos que vive em Espanha. Depois de uma década na sua profissão, a Sara viu-se a braços com os desafios financeiros dos elevados custos da vida na cidade. Apesar de ganhar um salário decente, tinha dificuldade em poupar para a sua reforma e outras aspirações a longo prazo. Determinada a dar a volta à situação, a Sara procurou a orientação de um consultor financeiro experiente para traçar um caminho para atingir os seus Objetivos financeiros.

Os objetivos de Sara eram claros:

- **Criação de um fundo de emergência:** Reconhecendo a imprevisibilidade da vida, a Sara tinha como objetivo criar uma rede de segurança para amortecer quaisquer contratempos financeiros imprevistos.
- **Pagamento de dívidas:** Com a dívida acumulada do cartão de crédito, a Sara deu prioridade à sua rápida liquidação para libertar mais fundos para poupanças futuras.
- **Poupança para a reforma:** Garantir uma reforma confortável era fundamental para a Sara, que queria ter tranquilidade financeira nos seus últimos anos de vida.
- **Investimento a longo prazo:** A Sara procurou investir de forma sensata para um crescimento sustentado, com o objetivo de assegurar o seu futuro financeiro.

Determinada, mas sem um plano concreto, Sara contou com a experiência do seu consultor. Juntos, conceberam uma estratégia que incluía a elaboração de um orçamento, a criação de um fundo de emergência, a redução da dívida e o investimento a longo prazo. A Sara recebeu instruções pormenorizadas e conselhos preciosos sobre como gerir as suas finanças de forma eficiente para acelerar o seu progresso.

A Sara elaborou um orçamento que equilibrava as suas despesas com os Objetivos de poupança, assegurando que vivia dentro das suas possibilidades enquanto fazia progressos constantes. A criação de um fundo de emergência tornou-se uma prioridade, com a Sara a canalizar os rendimentos excedentários para o pagamento da dívida. Simultaneamente, começou a fazer investimentos a longo prazo, selecionando fundos mútuos e ações com potencial de crescimento.

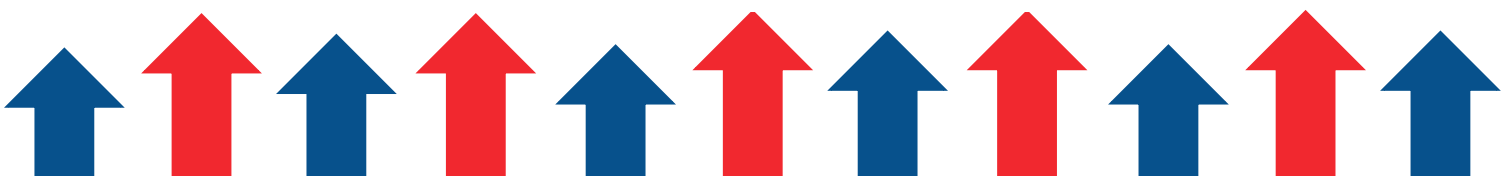
Através de um compromisso inabalável e da adesão à orientação do seu consultor, a Sara atingiu os seus Objetivos financeiros em apenas dois anos. Com uma nova segurança financeira, a Sara pode agora ficar descansada, sabendo que atingiu os Objetivos que se propôs alcançar.

2. Análise da situação financeira atual

A definição de Objetivos financeiros requer uma análise abrangente da situação financeira atual como passo inicial para a elaboração de um plano viável. Neste estudo de caso do blogue, analisamos a forma como uma mulher identificou e concretizou com êxito os seus Objetivos financeiros.

Inicialmente, a mulher reconheceu a necessidade de avaliar a sua situação financeira atual. Iniciou este processo analisando os seus rendimentos, despesas, ativos e passivos. Com esses dados, ela adquiriu uma compreensão clara de sua situação financeira, identificando áreas onde poderia economizar e reduzir despesas. Além disso, identificou quaisquer áreas que necessitassem de recursos ou investimentos adicionais para atingir os seus objetivos.

Posteriormente, utilizou a sua situação financeira atual como base para formular o seu roteiro financeiro. Delineou Objetivos a curto e a longo prazo, incluindo esforços como o pagamento de dívidas, poupanças para a reforma e investimentos na educação. Com este plano em mãos, elaborou um orçamento adaptado para a impulsionar em direção aos seus objetivos.



Além disso, a mulher concebeu um plano de ação para concretizar as suas aspirações financeiras. Enumerou as tarefas essenciais para atingir cada objetivo e elaborou um calendário para garantir o cumprimento do seu plano.

Por último, implementou um sistema de acompanhamento automático para monitorizar os seus progressos. Isto implicou a criação de lembretes automáticos para as tarefas pendentes e a adoção de uma ferramenta de orçamento para controlar meticulosamente as suas despesas.

Ao analisar meticulosamente a sua situação financeira e ao conceber um plano de ação estratégico, a mulher assumiu o controlo das suas finanças e realizou os seus objetivos. Ao definir Objetivos atingíveis e ao adotar uma abordagem sistemática, alcançou um sucesso louvável.

3. Estudo de caso: Como uma mulher examinou os hábitos de despesa e criou um orçamento

No caminho para atingir os Objetivos financeiros, a análise dos hábitos de consumo e a elaboração de um orçamento são passos fundamentais. Vamos explorar a história da Emily, que serve como um excelente exemplo de como estas ações podem levar ao sucesso financeiro.

A Emily embarcou numa missão para poupar \$10.000 no espaço de um ano, plenamente consciente da necessidade de renovar os seus hábitos de consumo. Começou por controlar meticulosamente as suas despesas durante vários meses para conhecer os seus padrões de despesa. A Emily descobriu que uma parte significativa do seu rendimento estava a ser atribuída a luxos diários, como café e snacks, bem como a compras discricionárias, como roupa e cosméticos.

Com este novo conhecimento, a Emily ajustou rapidamente os seus hábitos de consumo. O passo seguinte no percurso financeiro da Emily foi a formulação de um orçamento. Avaliou meticulosamente os seus rendimentos e despesas mensais, atribuindo montantes específicos a categorias importantes como habitação, transportes, mercearias e outras, reservando também fundos para poupanças. Essencialmente, a Emily assegurou-se de que o seu orçamento permitia algumas despesas discricionárias para evitar sentimentos de privação e desencorajar despesas impulsivas.

Com o seu orçamento em vigor, a Emily executou o seu plano com determinação. Reduziu as suas despesas com os prazeres diários, como café e snacks, optando por preparar o seu almoço para o trabalho. Além disso, cumpriu rigorosamente as suas restrições orçamentais, canalizando eficazmente os fundos para o seu objetivo de poupança. No final do ano, a Emily atingiu o seu ambicioso objetivo de poupar 10.000 dólares.

O seu sucesso pode ser atribuído à sua abordagem disciplinada ao fazer ajustamentos graduais aos seus hábitos de consumo e ao elaborar um orçamento adaptado às suas necessidades.

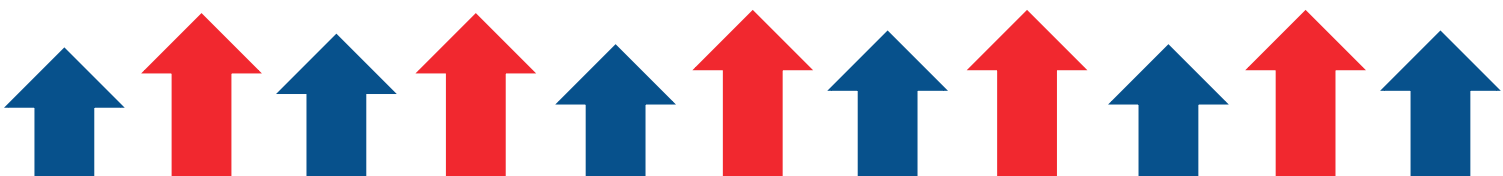
O percurso da Emily serve de inspiração para as pessoas que se esforçam por atingir as suas aspirações financeiras. É fundamental reconhecer que as circunstâncias financeiras de cada indivíduo variam, exigindo a personalização das estratégias orçamentais. No entanto, a história de Emily oferece um ponto de partida interessante.

Comece por analisar as suas despesas para identificar as áreas que podem ser melhoradas e, em seguida, elabore um orçamento que esteja de acordo com os seus objetivos e prioridades financeiras. Com perseverança e dedicação, também você pode atingir os seus objetivos financeiros!

4. Estudo de caso: Como uma mulher desenvolveu um plano de poupança e reduziu os custos

Quando se trata de atingir objetivos financeiros, o estabelecimento de um plano de poupança desempenha um papel crucial no processo. É essencial estar preparado para despesas imprevistas e afetar fundos a objetivos a longo prazo. Para a nossa protagonista, Sarah, o desenvolvimento de um plano de poupança e a redução das despesas revelaram-se fundamentais para alcançar as suas aspirações financeiras.

A viagem de poupança da Sarah começou com a identificação dos seus objetivos. Pretendia acumular fundos suficientes para comprar uma casa, fazer investimentos e garantir uma reforma confortável. Com os seus objetivos em vista, a Sara elaborou um orçamento e controlou meticulosamente as suas despesas. A fase seguinte do plano de poupança da Sarah envolveu medidas de redução de custos.



Começou por reduzir as despesas desnecessárias, como ir jantar fora e comprar roupa cara. Além disso, Sarah procurou formas de economizar nas contas mensais, incluindo serviços de cabo, Internet e telefone. A terceira etapa da estratégia de poupança da Sarah consistiu em começar a poupar diligentemente.

Criou uma conta poupança de alto rendimento e implementou transferências automáticas de cada salário, facilitando a acumulação de poupanças sem esforço. Além disso, a Sarah criou uma conta separada especificamente destinada aos seus objetivos a longo prazo, como a compra de casa e o investimento em ações e obrigações.

A Sarah aprofundou a sua investigação para otimizar os rendimentos do seu investimento, assegurando que o seu dinheiro estava a trabalhar eficientemente para ela. Através de um planeamento estratégico e de uma gestão financeira prudente, a Sarah atingiu os seus objetivos financeiros mais cedo do que o previsto. Acumulou fundos suficientes para pagar a entrada de uma casa e começou a sua viagem ao mundo dos investimentos em ações e obrigações.

INFLAÇÃO E PODER DE COMPRA

Definições

A inflação mede o quanto um conjunto de bens e serviços se tornou mais caro durante um determinado período, normalmente um ano.

É talvez uma das palavras mais conhecidas em economia. A inflação mergulhou países em longos períodos de instabilidade. Os banqueiros centrais aspiram frequentemente a ser conhecidos como "falcões da inflação". Os políticos ganharam eleições com promessas de combater a inflação, mas perderam o poder depois de não o terem feito. A inflação foi mesmo declarada Inimigo Público nº 1 nos Estados Unidos pelo Presidente Gerald Ford em 1974. O que é, então, a inflação, e porque é que é tão importante?

A inflação é a taxa de aumento dos preços durante um determinado período. A inflação é normalmente uma medida ampla, como o aumento global dos preços ou o aumento do custo de vida num país. Mas também pode ser calculada de forma mais restrita - para certos bens, como os alimentos, ou serviços, como um corte de cabelo, por exemplo.

Independentemente do contexto, a inflação representa o aumento do preço de um conjunto de bens e/ou serviços durante um determinado período, geralmente um ano.

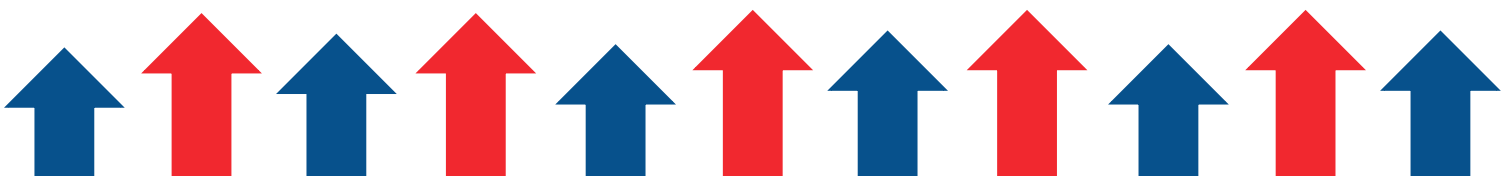
Medição da inflação

O custo de vida dos consumidores depende dos preços de muitos bens e serviços e da percentagem de cada um deles no orçamento familiar. Para medir o custo de vida do consumidor médio, os organismos governamentais realizam inquéritos aos agregados familiares para identificar um cabaz de bens de consumo corrente e acompanhar ao longo do tempo o custo de aquisição desse cabaz. (As despesas de habitação, incluindo rendas e hipotecas, constituem a maior componente do cabaz do consumidor nos Estados Unidos).

O custo deste cabaz num determinado momento, expresso em relação a um ano de referência, é o índice de preços no consumidor (IPC) e a variação percentual do IPC durante um determinado período é a inflação dos preços no consumidor, a medida de inflação mais utilizada. (Por exemplo, se o IPC do ano de referência for 100 e o IPC atual for 110, a inflação é de 10 por cento durante o período).

A inflação subjacente dos preços no consumidor centra-se nas tendências subjacentes e persistentes da inflação, excluindo os preços fixados pela administração pública e os preços mais voláteis de produtos como os produtos alimentares e a energia, mais afetados por fatores sazonais ou por condições de oferta temporárias. A inflação subjacente é também acompanhada de perto pelos decisores políticos. O cálculo de uma taxa de inflação global - para um país, por exemplo, e não apenas para os consumidores - requer um índice com uma cobertura mais alargada, como o deflator do PIB.

O cabaz do IPC é, na sua maior parte, mantido constante ao longo do tempo por uma questão de consistência, mas é ocasionalmente ajustado para refletir a alteração dos padrões de consumo - por exemplo, para incluir novos bens de alta tecnologia e para substituir artigos que já não são muito comprados. Uma vez que mostra como, em média, os preços se alteram ao longo do tempo para tudo o que é produzido numa economia, o conteúdo do deflator do PIB varia todos os anos e é mais atual do que o cabaz do IPC, na sua maioria fixo. Por outro lado, o deflator inclui itens não relacionados com o consumo (como as despesas militares), pelo que não é uma boa medida do custo de vida.



O bom e o mau

Na medida em que o rendimento nominal das famílias, que recebem em moeda corrente, não aumenta tanto como os preços, ficam em pior situação, porque podem comprar menos. Por outras palavras, o seu poder de compra ou rendimento real ajustado pela inflação diminui. O rendimento real é um indicador do nível de vida. Quando o rendimento real aumenta, o nível de vida também aumenta e vice-versa.

Na realidade, os preços mudam a ritmos diferentes. Alguns, como os preços das mercadorias transacionadas, mudam todos os dias; outros, como os salários estabelecidos por contratos, demoram mais tempo a ajustar-se (ou são "rígidos", na linguagem económica). Num ambiente inflacionista, o aumento desigual dos preços reduz inevitavelmente o poder de compra de alguns consumidores, e esta erosão do rendimento real é o maior custo da inflação.

A inflação também pode distorcer o poder de compra ao longo do tempo para os beneficiários e pagadores de taxas de juro fixas. Por exemplo, os pensionistas que recebem um aumento anual fixo de 5% da sua pensão. Se a inflação for superior a 5%, o poder de compra do pensionista diminui. Por outro lado, um mutuário que paga uma hipoteca a taxa fixa de 5% beneficiaria de uma inflação de 5%, porque a taxa de juro real (a taxa nominal menos a taxa de inflação) seria zero; o serviço desta dívida seria ainda mais fácil se a inflação fosse mais elevada, desde que o rendimento do mutuário acompanhasse a inflação. O rendimento real do mutuante, evidentemente, é afetado. Na medida em que a inflação não é tida em conta nas taxas de juro nominais, alguns ganham e outros perdem poder de compra.

De facto, muitos países têm-se debatido com uma inflação elevada - e, nalguns casos, com hiperinflação, 1.000% ou mais por ano. Em 2008, o Zimbabué viveu um dos piores casos de hiperinflação de sempre, com uma inflação anual estimada, a certa altura, em 500 mil milhões por cento. Níveis de inflação tão elevados têm sido desastrosos e os países têm tido de tomar medidas políticas difíceis e dolorosas para fazer regressar a inflação a níveis razoáveis, por vezes renunciando à sua moeda nacional, como aconteceu com o Zimbabué.

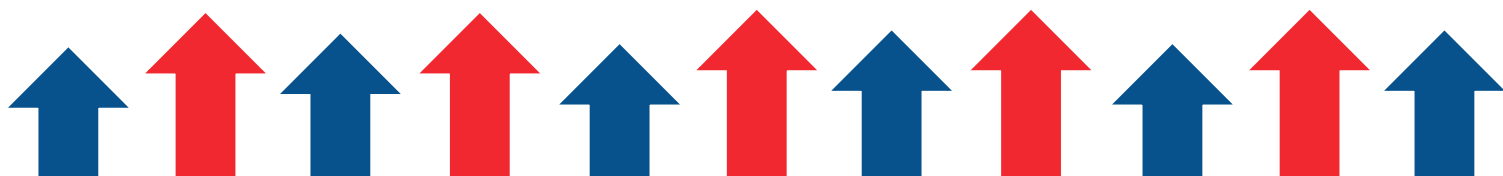
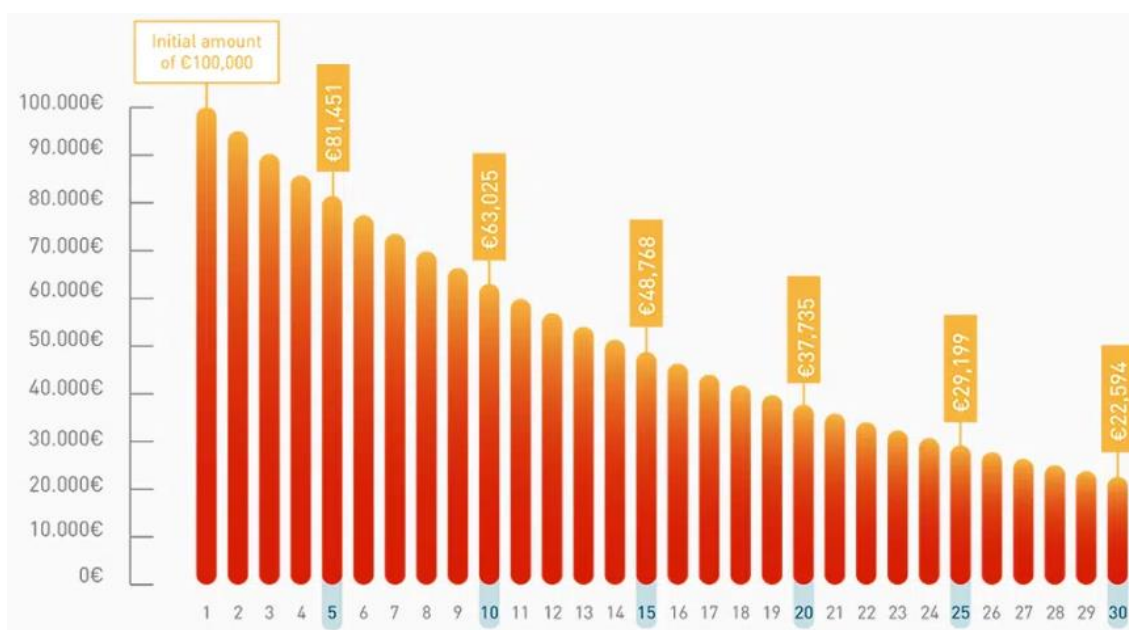
Embora uma inflação elevada prejudique a economia, a deflação, ou queda dos preços, também não é desejável. Quando os preços estão a cair, os consumidores adiam as compras, se puderem, antecipando preços mais baixos no futuro. Para a economia, isto

significa menos atividade económica, menos rendimento gerado pelos produtores e menor crescimento económico. O Japão é um país com um longo período de quase nenhum crescimento económico, em grande parte devido à deflação. Evitar a deflação durante a crise financeira mundial que começou em 2007 foi uma das razões pelas quais a Reserva Federal dos EUA e outros bancos centrais em todo o mundo mantiveram as taxas de juro baixas durante um período prolongado e instituíram outras políticas monetárias para garantir que os sistemas financeiros tivessem bastante liquidez.

Atualmente, a maioria dos economistas acredita que uma inflação baixa, estável e, sobretudo, previsível é positiva para a economia. Se a inflação for baixa e previsível, é mais fácil capturá-la nos contratos de ajustamento de preços e nas taxas de juro, reduzindo o seu impacto distorcionário. Além disso, saber que os preços serão ligeiramente mais elevados no futuro incentiva os consumidores a fazerem compras mais cedo, o que estimula a atividade económica. Muitos banqueiros centrais fizeram do seu principal objetivo político a manutenção de uma inflação baixa e estável, uma política designada por inflation targeting.

Exemplo

À medida que os preços sobem, as suas poupanças perdem poder de compra, um processo lento, mas inexorável representado no gráfico abaixo. Em 2021, a taxa de inflação na zona euro era de 5%, segundo o Eurostat. Tomando este valor como referência, podemos simular o poder de compra real ao longo do tempo: como se pode ver, começa a diminuir rapidamente e, ao fim de 15 anos, é menos de metade do que era no início.



Concentração no poder de compra

O poder de compra é o valor de uma moeda expresso em termos do número de bens ou serviços que uma unidade monetária pode comprar. Pode enfraquecer com o tempo devido à inflação. Isto deve-se ao facto de o aumento dos preços diminuir efetivamente o número de bens ou serviços que se podem comprar. O poder de compra é também conhecido como poder de compra de uma moeda.

Em termos de investimento, o poder de compra ou de aquisição é o montante em dólares do crédito disponível para um cliente com base nos títulos marginais existentes na conta de corretagem do cliente.

Compreender o poder de compra

A inflação reduz o poder de compra de uma moeda e o que essa moeda pode comprar. A perda de poder de compra tem como efeito um aumento dos preços. Para medir o poder de compra no sentido económico tradicional, pode comparar o preço de um bem ou serviço com um índice de preços, como o Índice de Preços no Consumidor (IPC).

Uma forma de pensar no poder de compra é imaginar que ganhava o mesmo salário que o seu avô há 40 anos. Atualmente, precisaria de um salário muito superior para manter a mesma qualidade de vida.

Perda ou ganho de poder de compra

A perda ou ganho de poder de compra refere-se à diminuição ou aumento da quantidade que os consumidores podem comprar com um determinado montante de dinheiro. Os consumidores perdem poder de compra quando os preços aumentam. Ganham poder de compra quando os preços baixam.

As causas da perda de poder de compra podem incluir regulamentos governamentais, inflação e catástrofes naturais e de origem humana. As causas de ganho de poder de compra incluem a deflação e a inovação tecnológica.

Um exemplo de ganho de poder de compra seria se os computadores portáteis que custavam \$1.000 há dois anos custassem hoje \$500. Na ausência de inflação, \$1.000 compram agora um computador portátil e mais \$500 em bens.

O que é o índice de preços no consumidor?

O IPC mede os preços de certos bens e serviços de consumo ao longo do tempo para discernir as alterações nos preços que indicam inflação. Os preços desses bens e serviços são obtidos junto dos consumidores americanos através do Inquérito às Despesas do Consumidor realizado pelo Gabinete do Censo para o Gabinete de Estatísticas do Trabalho (que publica o IPC).

Principais Conclusões

- O poder de compra é a quantidade de bens ou serviços que uma unidade de moeda pode comprar num determinado momento.
- A inflação corrói o poder de compra de uma moeda ao longo do tempo.
- Os bancos centrais ajustam as taxas de juro para manter os preços estáveis e o poder de compra.

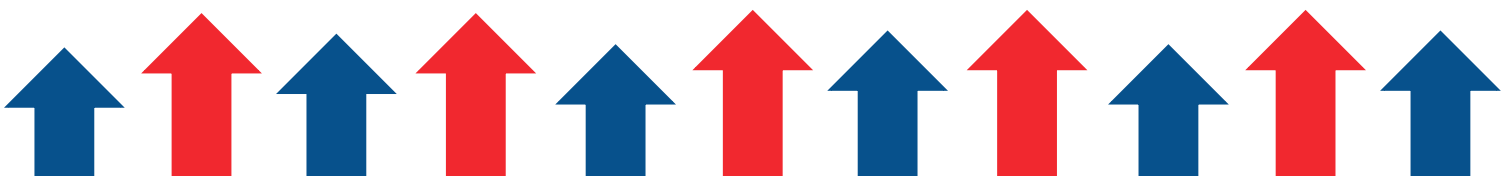
Valor Nominal E Real

"Nominal" e "real" são termos económicos fundamentais para descrever o valor. Encontrá-los-á quando pedir um empréstimo, utilizar um cartão de crédito, receber o seu salário ou ler sobre o crescimento do PIB. Aqui dizemos-lhe o que significam e porque é importante compreender como o afetam.

Imagine que guardou 5 euros na sua carteira durante 10 anos. No primeiro ano, podia comprar um jornal, um café ou um bilhete de autocarro e ainda lhe sobrava dinheiro. Agora, pense até onde iriam esses 5 euros nos dias de hoje. Provavelmente não tão longe como antes. Mas porquê? É simples. O valor nominal do seu dinheiro continua a ser 5 euros, mas o seu valor real (ou seja, o que pode comprar com ele) muda devido à inflação e a outros fatores que provocam o aumento dos preços.

Ao contrário do valor real, o valor nominal de uma coisa não tem em conta as condições de mercado. Em economia, o valor nominal de algo é o seu preço atual; o valor real de algo, no entanto, é o seu preço relativo ao longo do tempo.

Ambos podem ser utilizados para falar do valor não só do dinheiro, mas também do seu salário, do preço das ações e de outras coisas que tenham valor financeiro. Se ganha 2.000



euros por mês, 2.000 euros é o valor nominal do seu salário. Mas se a inflação do ano for de 4%, o seu salário permite-lhe comprar menos coisas, pois 2.000 euros menos 4% são 1.920 euros. Por conseguinte, o seu poder de compra real em relação ao ano de referência diminuiu.

Os valores nominais e reais também se aplicam a:

Interesse

Os juros podem ser o custo do dinheiro que pede emprestado a um banco e o rendimento do seu depósito de poupança ou dos seus investimentos. Se investir num fundo, a taxa de rendimento acordada é a taxa de juro nominal do seu investimento. No entanto, a taxa de juro real inclui elementos como comissões, despesas, impostos e inflação. Se investiu 100 euros a uma taxa de juro nominal de 3% ao ano, terá 103 euros no final do ano. Mas se a inflação for de 2%, a taxa de juro real do seu investimento é de apenas 1% (juro nominal menos inflação).

PIB

O produto interno bruto (PIB) é um dos indicadores de desenvolvimento económico mais utilizados. Dá-nos um valor monetário da riqueza (bens e serviços) que um país ou região cria num determinado período. O PIB nominal baseia-se nos preços de mercado (ou correntes) dos bens e serviços. No entanto, quando os preços aumentam devido à inflação, o PIB nominal pode crescer, mesmo que a produção não tenha aumentado.

Uma vez que o PIB real tem em conta os preços ajustados pela inflação, indica o valor relativo da produção ao longo do tempo. Para calcular o PIB real, utilizamos os preços num determinado ano de referência e a fórmula do "deflator de preços do PIB" para expressar o valor nominal da produção em termos reais (a diferença de preços entre o ano atual e o ano de referência). O PIB real indica-nos se a capacidade de produção aumentou ou diminuiu, independentemente do preço de mercado dos bens e serviços.

Os valores nominais e reais podem revelar coisas diferentes sobre a economia. Da próxima vez que vir valores nominais e reais num extrato bancário, num relatório de devoluções e em notícias financeiras, saberá o que significam para tomar melhores decisões financeiras.

Qual é o impacto da inflação elevada e do aumento das taxas de juro nos empréstimos com taxas de juro fixas ou variáveis?

A inflação elevada e o aumento das taxas de juro tornarão os seus empréstimos a taxa variável mais caros.

O impacto da inflação elevada e do aumento das taxas de juro nos créditos a prestações, como o crédito à habitação, o crédito automóvel e o crédito pessoal, pode variar consoante o tipo de taxa de juro: taxa de juro fixa ou variável.

Se tem um empréstimo a taxa fixa, isso significa que acordou com o seu banco uma taxa de juro estável durante um determinado período. Quando as taxas de juro sobem no mercado, a taxa de juro do seu empréstimo mantém-se inalterada e as suas prestações não aumentam.

Se tem um empréstimo a taxa variável, a taxa de juro do seu empréstimo sobe ou desce em função das taxas de juro do mercado. Quando a inflação é elevada, as taxas de juro dos bancos podem aumentar. Consequentemente, a taxa de juro do seu empréstimo também aumentará e pagará prestações mais elevadas

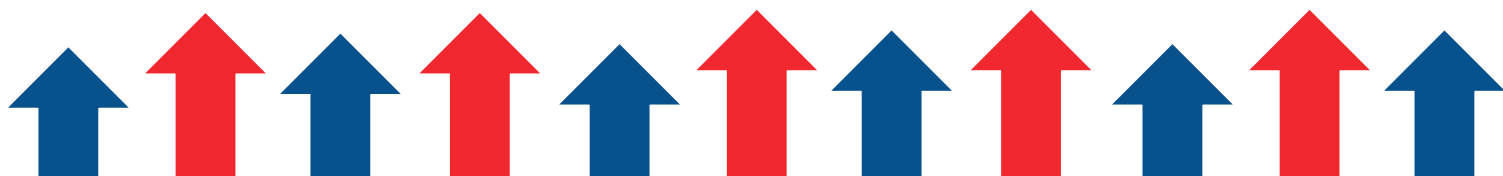
Inflação E Poupança.

O que é que a inflação e o aumento das taxas de juro significam para as minhas poupanças?

A inflação pode ser boa para as suas poupanças, mas preste atenção à taxa de juro real.

Se poupar dinheiro sob a forma de numerário, este não crescerá nem diminuirá. Mas em tempos de inflação elevada, o seu poder de compra diminui. Isto significa que, com o seu dinheiro, não poderá comprar tanto como antes, porque os bens estão a ficar mais caros. Em contrapartida, se guardar o seu dinheiro numa conta poupança, pode, em princípio, esperar que as suas poupanças aumentem, porque é suposto receber do banco pagamentos de juros mais elevados sobre a sua conta poupança.

No entanto, as vantagens de uma eventual subida das taxas de juro num contexto de inflação elevada não significam necessariamente que os juros pagos pelo banco sobre as suas poupanças sejam elevados. Não se esqueça de que o montante da indemnização é muitas vezes inferior à taxa de inflação, pelo que a taxa de juro real pode nem sempre ser positiva.



Pensões E Inflação

O que significa a inflação para o meu seguro e para a minha pensão privada?

A inflação pode afetar a sua situação financeira e reduzir o seu poder de compra no presente e a longo prazo. Pense bem antes de tomar decisões importantes sobre os seus produtos de seguros e de pensões privadas (por exemplo, deixar de pagar temporariamente as contribuições para a sua pensão ou para o seu seguro de vida de prémio regular, não renovar um produto de seguro ou terminar antecipadamente o seu produto de investimento baseado em seguros), porque estas decisões também podem ter impacto na sua situação financeira atual e futura.

É importante ter uma visão global das apólices de seguro que possui e do que estas cobrem, antes de tomar decisões sobre as mesmas. Tenha em conta que o preço do produto de seguro não é necessariamente o fator mais importante. Considerar a possibilidade de procurar ajuda/aconselhamento.

Na verdade, procurar aconselhamento sobre o seu produto de seguro pode ajudá-lo a considerar as suas necessidades atuais e futuras e as potenciais consequências de uma decisão (por exemplo, penalizações por terminar um investimento antecipadamente, ausência de cobertura de seguro adequada para a sua casa ou automóvel)

Eis alguns **conselhos** fáceis para dar a sensibilização adequada que pode facilmente melhorar o comportamento.

1. Para todos os tipos de produtos de seguros e de pensões privadas, evite tomar decisões precipitadas.

Tenha cuidado para não deixar que um período de subida dos preços dite as suas decisões sobre a subscrição de produtos de seguro essenciais, como o seguro de habitação. Por vezes, a consequência de não o fazer pode levar a resultados mais arriscados do que poderia ter previsto. Por isso, não se limite a comparar preços, compare também a cobertura.

Encontre a apólice certa para as suas necessidades. Antes de tomar uma decisão importante sobre os seus produtos de seguros, considere a possibilidade de se aconselhar com o seu consultor financeiro. Os planos de pensões privados têm um horizonte a longo prazo. Não se

esqueça de que poupar menos agora para ter um rendimento mais imediato significa menos pensão no futuro, o que pode não corresponder às suas necessidades de reforma.

2. Para os produtos de seguros de vida e as pensões privadas, adotar uma perspetiva de longo prazo.

É importante ter em conta que uma apólice de seguro de vida, que é um produto de investimento baseado num seguro, é normalmente adquirida com a perspetiva de investir a médio ou longo prazo.

Pensões Privadas

Com uma pensão pessoal, paga montantes mensais regulares ou um montante fixo a um prestador de serviços de pensões que o investe em seu nome. Outras pessoas e membros da família podem pagar uma pensão individual em seu nome. Algumas entidades patronais criam planos de pensões coletivos para os seus trabalhadores.

Adequação de uma pensão pessoal

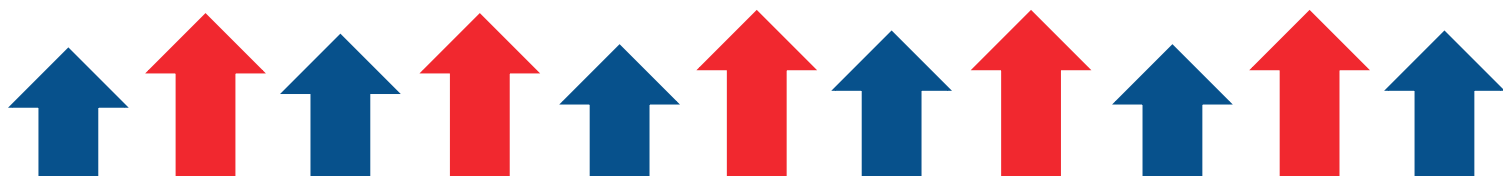
A sua decisão depende do montante que pode poupar para a sua pensão e do montante que receberá de outras pensões.

Uma pensão pessoal pode ser adequada para si se:

- é trabalhador independente e não tem acesso a uma pensão no local de trabalho
- não está a trabalhar mas pode pagar uma pensão
- quer poupar mais para a reforma
- a sua entidade patronal oferece-lhe um regime de pensões no local de trabalho
- Pensões dos acionistas

Se tem rendimentos moderados e pensa que vai precisar de parar e iniciar pagamentos ou variar o montante, pode considerar uma pensão de acionista. Uma pensão de acionistas é uma pensão pessoal flexível.

Outros fatores a considerar antes de subscrever uma pensão pessoal



A escolha de um regime de pensão pessoal é uma decisão financeira importante, com vários fatores a considerar:

- quais são as regras para efetuar contribuições
- como é que o dinheiro será investido
- quanto é que o prestador da pensão lhe cobra pela constituição da sua pensão e pela administração
- Qual o montante da pensão que pode receber

Encargos com pensões

O prestador de serviços de pensão pode cobrar-lhe uma taxa pela constituição e gestão da sua pensão. Normalmente, é-lhe retirada uma percentagem do seu fundo de pensão. Verifique os seus extratos de pensão para saber se existem quaisquer encargos.

REFERÊNCIAS

- The Benefits of Saving Money February 2009 Barbara O'Neill, Ph.D., CFP® Extension Specialist in Financial Resource Management Rutgers Cooperative Extension;
- <https://www.mapfre.com/en/insights/economy/how-to-start-saving-and-investing/>
- https://www.ecb.europa.eu/ecb/educational/explainers/tell-me-more/html/what_is_inflation.en.html



FinPower



Cofinanciado pela
União Europeia

Financiado pela União Europeia. Os pontos de vista e as opiniões expressas são as do(s) autor(es) e não refletem necessariamente a posição da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia da Educação e da Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser tidos como responsáveis por essas opiniões. Número do Projeto: 2022-1-AT01-KA220-ADU-000087985