



SAÚDE FINANCEIRA

POR CLAUDIA FEHRIBACH

saudefinanceira@gazetanews.com

Carioca, formada em Artes pela Universidade do Rio de Janeiro. Conselheira financeira especialista em orçamento, aconselhamento de crédito pessoal e hipotecas reversas. Vice-Presidente Executiva da Five Rings Financial. Envie sua dúvida por e-mail: claudia@fiveringsfinancial.com
As informações fornecidas neste artigo são apenas para fins informativos. Não devem ser consideradas aconselhamento jurídico ou financeiro. Você deve consultar um profissional para determinar o que pode ser melhor para suas necessidades individuais.

O Custo Invisível das Pequenas Desorganizações Financeiras – Um Alerta para Imigrantes nos EUA

Quando deixamos o Brasil em busca de uma vida melhor, carregamos sonhos, coragem e muitos desafios. Entre eles, aprender a lidar com um novo sistema financeiro. E, no meio da correria do dia a dia, é comum deixarmos passar detalhes que parecem pequenos, mas que podem comprometer toda a nossa saúde financeira.

Quantas vezes você já esqueceu de pagar uma conta no vencimento, se perdeu com débito automático de aplicativo que nem usa mais ou gastou sem perceber em pequenos cafés, lanches ou “comprinhas” que somam um valor alto no final do mês? Esses são os custos invisíveis da desorganização — silenciosos, mas que afetam diretamente seu bolso.

Recentemente, viralizou

nas redes sociais um vídeo de funcionárias da loja FARM no Brasil contando, com orgulho, que já gastaram mais de R\$300 mil em roupas da própria marca. Embora pareça apenas uma brincadeira ou demonstração de lealdade à empresa, esse tipo de comportamento levanta um alerta: até que ponto estamos consumindo por escolha consciente — ou apenas para manter uma imagem, pertencer a um grupo ou preencher um vazio emocional?



A vida nos Estados Unidos oferece muitas facilidades, mas também muitas armadilhas financeiras. Cartões de crédito com limites altos, se não houver planejamento. O problema não está apenas nas grandes dívidas, mas nas pequenas desatenções do cotidiano que se acumulam.

A consequência disso vai além do dinheiro. O estresse causado por desorganização financeira pode gerar ansiedade, afetar seu sono, seus relacionamentos e até seu desempenho no trabalho. Afinal, é difícil focar no presente quando estamos sempre preocupados com o que vai vencer amanhã ou com o saldo da conta no ver-

melho.

Mas é possível mudar isso com atitudes simples. Comece reservando 15 minutos por semana para revisar seus extratos bancários, ver quais contas estão por vencer, cancelar serviços desnecessários e refletir sobre seus gastos. Use aplicativos gratuitos para acompanhar seu orçamento ou anote no papel mesmo — o importante é ter clareza.

Outra dica importante: cuidado com o pensamento de que “em dólar tudo vale a pena”. Muitos imigrantes acabam gastando mais do que deveriam por sentirem que estão “melhor de vida”. Mas a verdadeira liberdade financeira não

Lembre-se: não são os grandes problemas que mais afetam sua vida financeira, e sim os pequenos que você escolhe ignorar todos os dias. Cuide dos detalhes, e os resultados virão.

está em quanto você ganha, e sim em como você administra o que tem.

Organizar-se financeiramente é também um ato de autocuidado. É mostrar para si mesmo e para sua família que você está construindo uma base sólida, com consciência e responsabilidade. É dar um passo na direção dos seus sonhos — com menos estresse, mais paz e a sensação de estar no controle.

Lembre-se: não são os grandes problemas que mais afetam sua vida financeira, e sim os pequenos que você escolhe ignorar todos os dias. Cuide dos detalhes, e os resultados virão.

CBF SCHOOL EM NÚMEROS

+200
JOGADORES

02
UNIDADES

+14
TREINADORES
LICENCIADOS



VENHA
PARA
A CBF
SCHOOL

