

## A IMPORTÂNCIA DO ACOMPANHAMENTO FINANCEIRO PESSOAL PARA PRÁTICA DE CONTROLE DOS GASTOS

Fernanda Teixeira Franco Ribeiro; Lorrane Pereira Miranda; Fabiane Fidelis Querino; Daiane Ferreira Arantes Beraldo; Rafaela Gomes da Silva; Camila Assis Silva; Davi Lemos Reis.

### RESUMO

Ser educado financeiramente significa saber usar o dinheiro de forma consciente, liquidando as dívidas, investindo e formando um patrimônio para o presente e futuro. Possuir dívidas não é tão algo ruim, desde que se tenha condições de pagá-las, de modo a honrar com os compromissos. De uma maneira geral, nos problemas financeiros reside boa parte das preocupações, que só tendem a piorar a situação de desmotivação e de falta de concentração no desenvolvimento das atividades profissionais. A busca pela qualidade de vida no presente e no futuro envolve a busca por objetivos e metas, e para isso o planejamento financeiro se torna item essencial. A falta dele ou sua ineficiência acarretam sérios problemas, que podem refletir diretamente na vida pessoal. Um bom planejamento financeiro é capaz de ajudar a perceber a atual situação financeira e desenvolver estratégias que levem à realização da melhor forma uma estabilidade financeira, ainda mais quando chega-se a terceira idade, onde a falta de educação financeira na juventude é evidente. Desta forma, o artigo tem como principal objetivo auxiliar com conceitos bases sobre planejamento financeiro pessoal a vida financeira de uma determina pessoa por meio de um estudo de caso, e identificar como está sua saúde financeira abordando seus gastos e como controlá-lo. Sendo assim, por meio do acompanhamento a meta foi implementar práticas de economia que se adequam ao estilo de vida do objeto de estudo e evidenciar a efetiva diferença advinda dessas práticas.

**Palavras-Chave:** Planejamento Financeiro. Controle. Finanças.

### 1. INTRODUÇÃO

Os estudos que uniam psicologia com economia iniciou-se no final dos anos 70 com o economista Richard Thaler da Universidade de Chicago, que ponderou que as decisões econômicas e financeiras refletiam no poder de emoção sobre o comportamento. Porém, a psicologia econômica já existia há mais de 80 anos quando Thaler iniciou seus estudos, foram utilizados no livro *La Psvchologie Économique* pelo Francês Gabriel Tarde em 1902, também mencionada pelo cientista Herbert Simon no anos de 40 ao estudar o papel dos gerentes na administração sob a perspectiva do processo da tomada de decisões em condições de incerteza, sugerindo a ideia de racionalidade limitada. Muitos estudos mostram que os processos decisórios não ocorrem apenas de maneira racional, ocasionando muitas vezes a decisões contraditórias e equivocadas. (DIAS, 2018)

Quanto ao conceito de finanças comportamentais, para Olsen (1998, apud LIMA, 2003), sustenta que “[...] as finanças comportamentais não buscam definir comportamento como racional ou irracional, mas sim entender e predizer os processos de decisão psicológicos que

implicam na sistemática dos mercados financeiros”. Já para Lintner (1998, apud LIMA, 2003), por exemplo, as finanças comportamentais são “[...] o estudo através do qual os investidores interpretam e agem frente às informações para decidir sobre investimentos”. Por mais que não exista uma teoria unificada acerca das finanças comportamentais, a maioria dos estudos nesta área têm-se concentrado na análise das ilusões cognitivas, em seus reflexos no comportamento dos indivíduos que tomam decisões e nas formas como essas situações podem interferir no mercado financeiro.

A todo momento as pessoas são influenciadas em seus comportamentos, até mesmo situações pré-estabelecidas que podem causar uma compra compulsiva em uma pessoa por exemplo. A todo momento os indivíduos estão sujeitos a realizar decisões que poderão impactar a vida financeira, pois maioria das vezes não há um bom planejamento para que essas decisões reflitam em algo positivo, e isto acaba resultando em gastos desnecessários, sendo assim o ponto mais importante abordado na temática referente a finanças é saber como economizar e gerenciar suas receitas e despesas.

Este artigo tem como objetivo auxiliar economicamente a vida financeira de uma determina pessoa por meio de um estudo de caso, para identificar como está sua saúde financeira abordando seus gastos. Assim, espera-se por meio do acompanhamento conseguir propor e implementar práticas de economia que se adequam ao estilo de vida do objeto de estudo e evidenciar a efetiva diferença advinda dessas práticas. Sendo assim, esse estudo se justifica pois visa testar a teoria da educação financeira e abordar as finanças comportamentais ao aplicar em uma pessoa de 70 anos com renda mensal de R\$ 4.000,00. Ao fazer isso, será possível verificar as principais despesas de modo a tentar reduzir as mesmas.

Nesse contexto, o referido trabalho é dividido em 5 seções, sendo a primeira essa introdução que contextualiza o projeto. Em sequência, está o referencial teórico trazendo a visão da literatura a respeito de (I) Idosos e as Finanças; e (II) Herança Familiar. Continuando, encontra-se na terceira seção a metodologia, seguida das análises dos resultados e discussões. Finalizando o trabalho, a quinta e última seção é composta pelas considerações finais.

## **2. REFERENCIAL TEÓRICO**

### **I. Idosos e as Finanças**

#### **A. Gastos na terceira idade**

De acordo com Lima et. al (2013), uma das principais preocupações das pessoas quando chegam na terceira idade é relacionada a saúde física, devido ao avanço na idade e considerando os vários desgastes físicos que foi enfrentado durante os outros períodos da vida, os problemas de saúde se intensificam e destacam-se como um fator que requer extrema atenção e cuidados, pois nesta etapa da vida, o próprio organismo já não possui o mesmo ritmo para se “recuperar” dos problemas que aparecem, surgindo assim a necessidade do uso de medicamentos mais frequente para ajudar a vencer os problemas de saúde.

Segundo um estudo amostral realizado por Lima et. al (2013), acerca dos gastos com medicamentos por aposentados e pensionistas, evidencia que em média cada idoso faz uso de 4 medicamentos. Este fato reflete na realidade da maior parte da população da terceira idade, muitos desses idosos acabam deixando de fazer exames de rotinas para prevenir ou identificar

problemas de saúde na fase inicial, este motivo agrava as condições de saúde na idade mais avançada, resultando para os idosos em doenças crônicas que na maior parte das vezes precisam fazer o uso de medicamentos por tempo indeterminado na sua vida.

Em relação as doenças crônicas, o artigo Consumo de Medicamentos por idosos, por Santos et al (2013), faz um levantamento dos principais problemas e medicamentos na terceira idade, entre eles está o uso frequente de medicamentos para dores musculares, que ocupa a primeira posição de medicamentos mais utilizados por idosos, este fato pode ser devido a perde de força muscular na terceira idade e ao realizar atividades que envolve força braçal ou atividades que envolva realizar caminhadas por determinadas distâncias, ocasionam as dores em diversos grupos musculares. Segundo dados da Pesquisa Nacional por Amostragem Domiciliar (PNAD), em que 56,4% tem a percepção que sua saúde está ruim mas acabam confiando em medicamentos indicados por outras pessoas ou na automedicação por remédios de venda livre em farmácia, fato que aumenta o uso de medicamentos para dores musculares livre, sem consulta medica.

A segunda posição é ocupada pelos medicamentos de hipertensão arterial sistêmica que é uma doença crônica que requer a utilização constante de medicamentos para o seu controle. A falta de tratamento desta doença crônica pode resultar em agravantes e causar acidente vascular cerebral, que representa atualmente um alto índice de mortalidade entre os idosos.

As seguintes posições são ocupadas pelos problemas gástricos, a maior parte dos idosos apresentam refluxo, úlceras, entre outros que resultam no uso de medicamentos constante para aliviar as queimações, como por exemplo Omeprazol que é considerado um agravante para problemas neurológicos graves, demências e anemia, se usado por longo tempo sem acompanhamento médico.

Na quarta posição estão os problemas relacionados a saúde emocional, destacando problemas de ansiedade, insônia, tristeza, entre outros. A aposentadoria contribui para o surgimento destes problemas devido a bruscas mudanças de rotinas, variando de uma rotina de trabalho e comunicação para uma rotina pacifica, pois em vários casos os idosos permanecem em suas casas maior parte do dia e nem sempre contam com a presença de alguém por todo período.

Ainda de acordo com Lima et al (2013) a presença destas doenças e outras resulta em um consumo elevado com medicamento, o gasto médio com medicamentos mensais referidos pelos idosos foi igual a 23% do valor do salário mínimo. Este valor sofre variações frequentes em decorrência da quantidade e especificidade das doenças nos idosos que precisam cada vez mais de medicamentos com composições mais complexas, e isto refere-se a medicamentos mais caros do mercado e também em função da economia, com a inflação alguns medicamentos sofrem alterações de preço constantemente, fatos que impactam cada vez mais na renda dos aposentados.

## **B. Relação idosos e animais de estimação**

Em quase todas as pessoas é normal ter uma memória feliz com algum animal de estimação seja um cachorro, um gato, um passarinho entre outros, memórias de momentos alegres e divertidos, em que todos gostariam que fossem duradouros. Na medicina este fato resultou na criação da *Cinoterapia*, que é a utilização de animais em sessões de tratamentos

para idosos, que atuam como uma companhia e os motivam durante o treinamento, Redação Minuto Saúde (2018).

Segundo Pereira (2017), a presença de um animal companheiro não está somente em tratamentos, por exemplo, há cachorros guias para pessoas com deficiência visual. Entretanto há famílias que optam por adotar um cachorro para fazer companhias a idosos, a sua presença traz múltiplos benefícios como uma companhia extra, pois na maior parte do tempo os idosos ficam sozinhos em casa; pode gerar uma sensação de segurança maior, pois há treinamentos para cachorros que em casos de urgência como um desmaio, o cachorro começa a latir a fim de chamar atenção das pessoas que estão ouvindo para prestar ajuda; e melhor no ativo da mente dos idosos que pela presença do animal aumenta sua atenção e tarefas simples como colocar ração, ação, fazer carinho entre outros. Estes fatos melhoram a saúde geral dos idosos.

Entretanto também há malefícios em adotar um pet, que principalmente se resumem em custos financeiros, ao adotar um pet é necessário comprar equipamentos para sua vivência na residência como coleiras, casinhas de pet, vasilhas próprias para ração e água, determinadas residências é necessário colocar grades/telas, gastos com ração, entre outros. Na maioria dos casos os pet são adotados em idade recém nascidos, pois isto facilita que ele acostume com as pessoas da casa desde pequeno evitando riscos de ataques nos seus próprios cuidadores, mas, maioria dos filhotes em fase de crescimento destroem moveis pelo simples motivos de seus dentes caninos estarem nascendo e utilizam principalmente os moveis que são de madeiras para ajudar neste períodos, e em fase de aprendizagem eles também acabam destruindo outros itens da casa como almofadas, roupas no varal etc.

## **II. Herança familiar**

Após o falecimento de um familiar, todos os seus bens como móveis, casas, terrenos e até mesmo dívidas são transferidos para seus herdeiros legais ou herdeiros mediante a testamentos. Entretanto ter a nova posse sobre os bens não garante total autonomia sobre as mesmas, para que o novo dono possa usufruir da herança livremente para comercializar por exemplo, é necessário a realização de um inventário para apurar de fato quais os bens, direitos e dívidas existentes pertence a cada herdeiro.

Segundo a Legislação vigente no País, após o falecimento do familiar o prazo definido pelo Código de Processo Civil, art. 983 (Brasil, 2007), é de 60 dias para abrir o inventário. Caso não obedeça o prazo máximo há existência de Multas pela Fazenda Estadual de cada Estado, por exemplo a multa é de 10% sobre o valor do imposto, em caso de atraso maior que 60 dias e menor de 180 dias (art. 21, II, Lei 10.705/2000) ou de 20% sobre o imposto em caso de atraso maior que 180 dias (art. 21, I, Lei 10.705/2000). Outros pontos é que também ocorrerá a cobrança do imposto de ITCMD e Imposto de Renda também será aplicado.

Concluindo, quanto maior o prazo entre a morte do falecido e realização da regulamentação no cartório, o valor gasto para realizar um inventário será cada vez mais alto. Em determinadas parte deste processo também será analisada o valor pelo qual os bens (no caso terreno e casa) foram adquiridos pelo falecido e qual o seu valor presente, para afins de cálculos com custos judiciais, e também gastos com advogados para auxiliar no processo.

### **3. METODOLOGIA**

#### **I. Estudo de caso**

A escolha do método adequado para desenvolvimento de uma pesquisa depende do objetivo e, conseqüentemente, das questões que o pesquisador quer responder, Gil (1994), que também classifica a pesquisa quanto ao objetivo, em três categorias básicas: exploratória, explicativa e descritiva. Pesquisas exploratórias visam compreender um fenômeno ainda pouco estudado ou aspectos específicos de uma teoria ampla. Pesquisas explicativas, identificar os fatores que determinam ou contribuem para a ocorrência dos fenômenos, explicando suas causas. E, finalmente, a descritiva, descrever determinada população ou fenômeno.

Embora estudos de casos sejam aplicados, de forma geral, em pesquisas exploratórias e explicativas, também podem ser usados em pesquisas descritivas. Ellram (1996) acrescenta, ainda, a possibilidade de utilizar estudos de casos para, analisando ocorrências passadas em casos similares, realizar previsões.

O estudo de caso – enquanto método de investigação qualitativa – tem sua aplicação quando o pesquisador busca uma compreensão extensiva e com mais objetividade e validade conceitual, do que propriamente estatística, acerca da visão de mundo de setores populares. Interessa ainda as perspectivas que apontem para um projeto de civilização identificado com a história desses grupos, mas também fruto de sonhos e utopias. (Martins, 2008). A seguir serão descritas as etapas realizadas no projeto.

#### **II. Etapas do projeto**

##### **A. Definição do objeto de estudo**

Para a escolha do objeto de estudo buscou-se os seguintes critérios:

- Pessoa com renda própria;
- Uma pessoa sem muita oscilação na renda mensal ao longo do ano;
- Pessoa de fácil acesso geográfico;
- Pessoa que aceite fornecer as informações financeiras necessárias para a realização do estudo de caso;
- Pessoa disposta a aceitar e incrementar propostas de melhorias em seu cotidiano que reflète de maneira significativa em suas finanças.

A pessoa escolhida que atendia todos os critérios e aceitou a participar do projeto foi uma senhora aposentada de 77 anos, nascida em Ibituruna-MG anos reside em Lavras-MG há cerca de 40 anos, é uma viúva que vive de sua própria renda e recebe uma renda do falecido marido. Atualmente hospeda um neto na residência, no qual não arca com despesas, e também um cachorro que foi adquirido pelo neto recentemente, o que gera um gasto a mais.

O motivo relatado para ter aceito a proposta deste trabalho foi o fato de estar planejando economizar para pagar um inventário físico de uma casa recebida de herança que está em torno de R\$4 mil, e a mesma não sabia muito bem maneiras para economizar esse dinheiro, por isso aceitou as implementações propostas.

## **B. Entrevista e levantamento de dados**

Segundo Gil (1999), a entrevista Informal (livre ou não-estruturada) é o tipo menos estruturado, e só se distingue da simples conversação porque tem como objetivo básico a coleta de dados. O que se pretende é a obtenção de uma visão geral do problema pesquisado, bem como a identificação de alguns aspectos da personalidade do entrevistado

Foi realizado uma entrevista informal ampla com a aposentada para conversar sobre suas finanças. O objetivo foi apenas levantar pontos principais sobre como estava sua vida financeira, quais são seus maiores gastos, quais são planos futuros que envolvem gasto com capital financeiro entre outros. Nesta etapa foram levantados os principais pontos:

- Gastos com Remédio
- Gastos com um animal de estimação
- Plano de pagar um inventário físico relacionada a uma casa de herança.

## **C. Definição de metas**

Para realização e definição de metas para alcançar os objetivos propostos foi elaboração do plano de ação. Sendo assim, foi agendada foi uma reunião para reunir todas as informações e traçar os objetivos. Surgindo assim a seguinte meta foi auxiliar a aposentada a economizar para conseguir arcar com o pagamento do inventario físico. Pois a mesma relatou que não consegue juntar dinheiro e não administra bem suas finanças apenas tem controle “mental” do que está fazendo e suposições de onde é concentrado seus gastos.

## **D. Estruturação da planilha**

Fora solicitado a permissão e apresentação do máximo de contas que a idosa pudesse fornecer para elaboração de uma planilha de custos, durante a entrevista a idosa menciona por “alto” alguns valores que tem mensalmente pois não há comprovantes guardadas como por exemplo - banho e tosa da cachorra, porém alguns gastos haviam comprovantes guardados como contas de água e energia elétrica.

Durante a conversa ela também relatou outros gastos incomuns que teve durante o ano e que a impactaram financeiramente para reunir o dinheiro do inventário como a cirurgia de cataratas e a compra de uma cachorra, e outro pedido foi a disponibilidade do valor de sua aposentadoria.

Assim partindo para a escolha da planilha que melhor se adequa-se com a vida financeira da pessoa em que está se realizando o estudo, foi optado pelo uso da planilha de estado financeiro estável. Para o preenchimento contínuo da planilha, foi realizado visitas e reuniões mensais com a idosa para que pudesse recolher as informações necessárias. Com isso foi possível observar como é distribuído os gastos ao longo dos meses.

## **E. Análises Gerais**

Foi proposto algumas formas de economias que enquadravam na realidade da idosa, para que ela conseguisse juntar o início de uma reserva (até o fim do prazo do acompanhamento)

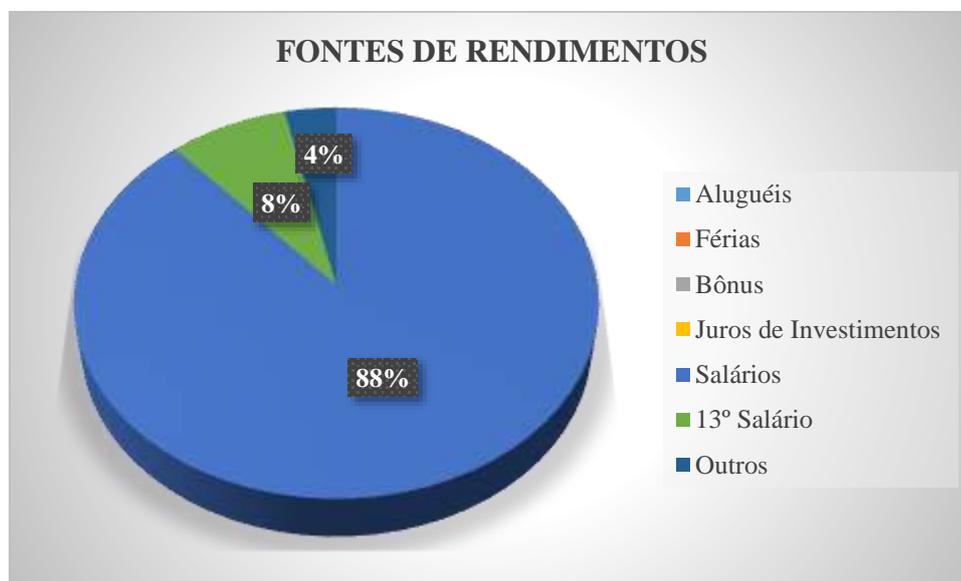
para arca com o preço do inventário físico, que segunda ela, seria um valor em torno de R\$ 4.000,00.

Ao fim do acompanhamento foram feitas as análises do comportamento financeiro ao longo dos meses e quais os impactos das formas de economizar propostas pelo grupo, podendo assim analisar se o plano de economia foi alcançado que era o objetivo principal. Para realizar essas análises foi utilizado o método de análise de conteúdo, assim considera-se que todo o discurso da pessoas estuda seja verídico.

#### 4. ANÁLISES DOS RESULTADOS E DISCUSSÕES

##### I. Análise Gráficas

Para se sustentar, a idosa possui 2 salários de aposentadoria (um próprio e um do falecido marido) e tem direito a receber todos os anos seus valores correspondentes do 13º salário, desta renda, a aposentada não recebe rendimentos de aluguéis e investimentos. No início do ano ela realizou uma cirurgia de catarata e contou com a ajuda dos quatro filhos para dar uma entrada financeira no valor de R\$1 mil, tal valor foi incluído em “outros” como mostra o gráfico. Foi observado por meio da planilha que os gastos são concentrados em quatro grandes áreas, a primeira são os gastos com habitação, o segundo gastos com saúde, o terceiro gastos com animais de estimação e a última com despesas pessoais, conforme demonstra o gráfico abaixo.



Fonte: Dados da pesquisa de campo (2019)

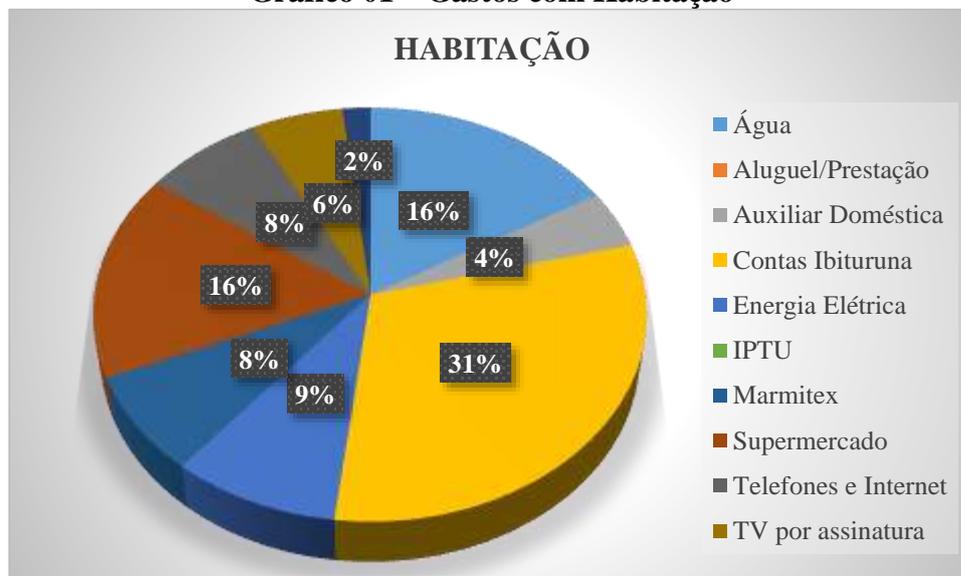
De acordo com o gráfico 01 abaixo, a senhora paga todos os gastos de habitação sozinha, sendo eles o maior gastos entre todos computados. Sendo esses gastos divididos em 9 subcategorias, sendo o maior deles o gasto com empregada, pois devida a idade de Mercês, a mesma não faz trabalho braçal de limpeza e opta pelo pagamento semanal de uma diarista que realiza a limpeza 2 vezes na semana, este gasto também está relacionado com o gasto de

supermercados 70% é destinado a produtos de limpeza e cerca 30% destinado a alimentação para refeições apenas aos domingos e produtos de higiene pessoal.

Outro ponto relevantes são o gasto com marmitas, a aposentada não prepara refeições em casa e prefere optar pela compra em um restaurante bem próximo a sua residência ao custo de R\$ 5 por dia, pois o neto almoça apenas na faculdade, então e feita apenas a compra de 1 marmitex. Para assistir suas novelas e programas favoritos, a aposentada não abre mão da assinatura de TV a cabo da Sky.

Um ponto que chamou atenção foi o gasto de 16,5% com água e 9% com energia elétrica, a aposentada apresentava o costume de lavar roupas frequentemente em poucas quantidades para facilitar o peso e isso gerava um alto gasto em agua, e também apresentava o costume de deixar a televisão ligada o dia inteiro. Para finalizar, Mercês também arca com as despesas da casa de herança familiar em Ibituruna-MG, apesar de não haver residentes no local, a família as vezes vai para esta cidade a passeio nos fins de semana, justificando os valores baixos dessa conta.

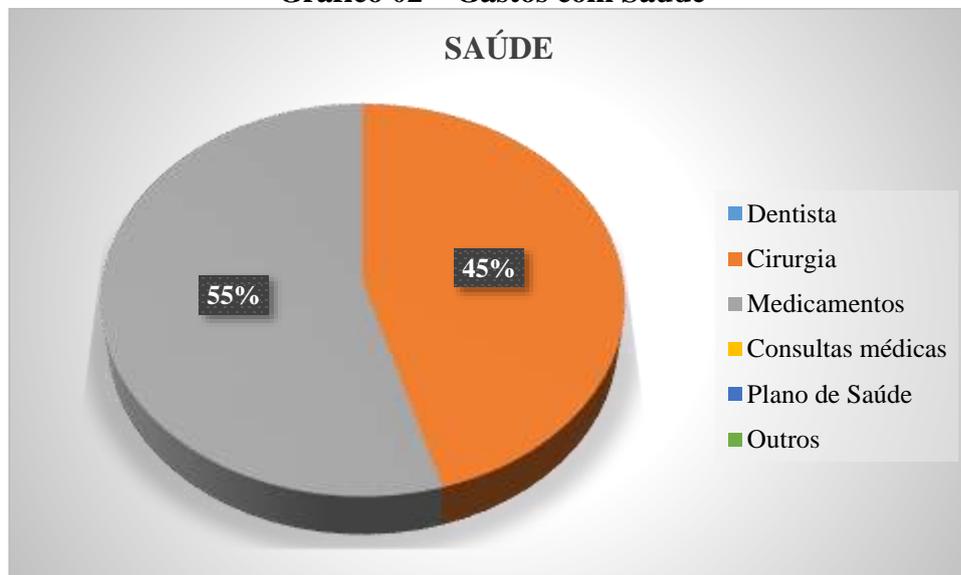
**Gráfico 01 – Gastos com Habitação**



Fonte: Dados da pesquisa de campo (2019)

A aposentada possui um alto gasto alto destinado a manutenção de sua saúde com medicamentos, conforme o gráfico 02 representado abaixo, sendo entre eles: sertralina, diazepam, concor, omeprazol, mega 3, cálcios, pomadas para pele, dorflex e outros para dores musculares, tylenol, pomada para os pés, colírios. Todos esses remédios resultam em gasto aproximado de R\$ 500,00 por mês, acumulando R\$ 5.500,00 no período em questão. No início do ano foi necessário a realização de uma cirurgia de cataratas nos dois olhos e o valor restante após a entrada foi parcelado para ser pago em 9 vezes, resultando no valor de total de R\$ 4.600,00.

**Gráfico 02 – Gastos com Saúde**



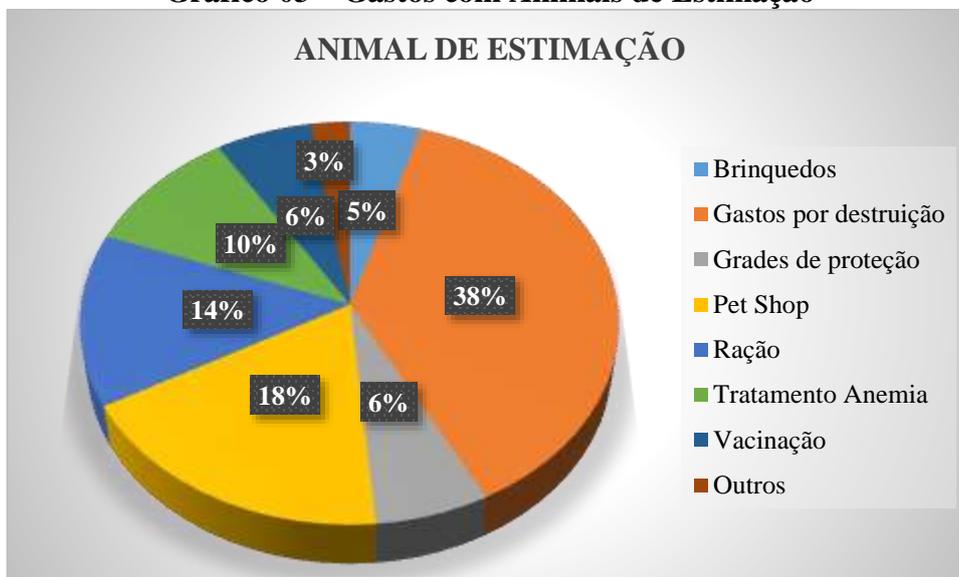
Fonte: Dados da pesquisa de campo (2019)

Em janeiro de 2019, seu neto comprou um cachorro para morar com eles, a ideia partiu da família que decidiram realizar um teste, tentaram ver se a presença de um cachorro a ajudaria a idosa no seu dia a dia, proporcionando uma companhia pois a idosa passa o dia todo sozinha (o seu neto estuda em tempo integral). Então seu neto comprou uma cachorra arcando ele mesmo com o valor, entretanto pós compra, a cachorrinha recém-nascida já havia chegado com o quadro de anemia e não possuía nenhuma das vacinas, frente a isso a idosa arcou com todos os gastos para o tratamento e para as vacinas resultando no valor de R\$ 800,00.

Animada com a chegada de uma cachorrinha (que nunca possuiu anteriormente), a idosa decidiu adquirir vários brinquedos, uma casa de própria de cachorro no valor de R\$ 123,00 e quatro grades de proteção no valor de R\$ 300,00 parcelado em duas vezes. Entretanto houve um desperdício de dinheiro nesses gastos: primeiramente a casa própria para cachorro estava localizada dentro de um cômodo coberto no quintal, não havendo uma necessidade imediata para esta aquisição e também, pelo fato da cachorra quase não ficar lá fora, ela fica livremente dentro da residência e passa todas as noites no quarto do neto; em segundo em menos de duas semanas a cachorrinha já conseguia abrir as grades de proteção, tornando-as sem funcionalidades.

Durante o período estudado, o maior gasto que se teve na categoria de animais de estimação foram gastos decorrentes a destruição, um exemplo foi a destruição de um sofá feito pela cachorra que resultou em uma despesa de R\$ 1.800,00 pela necessidade de comprar um novo sofá. Além disso, tem a destruição das quinças dos moveis como estantes, cadeiras, mesas em que a cachorra mordeu. Apesar dos gastos ela disse que vale a pena ter animal doméstico. Abaixo é possível visualizar os principais gastos com o animal de estimação conforme gráfico 03.

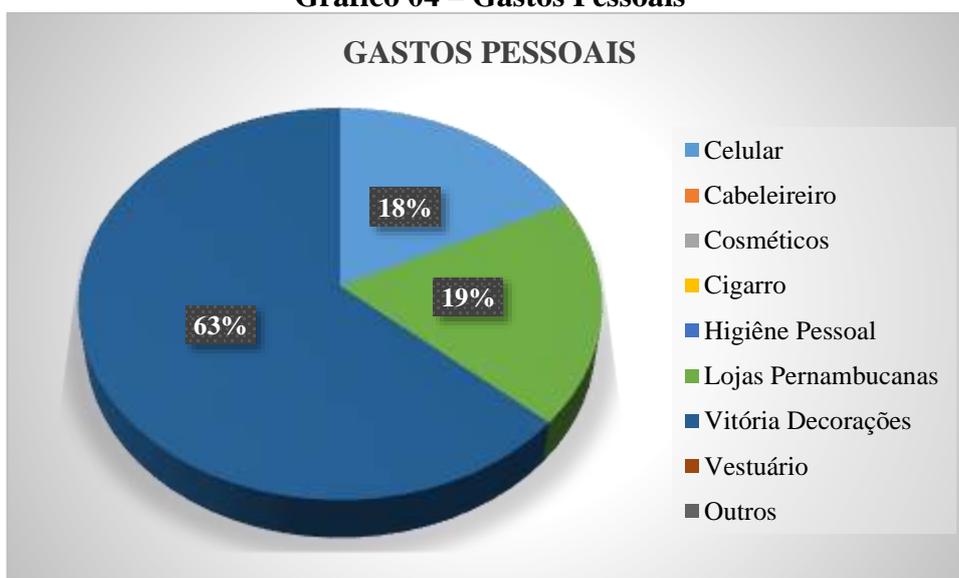
**Gráfico 03 – Gastos com Animais de Estimação**



Fonte: Dados da pesquisa de campo (2019)

Na categoria de despesas pessoais, o maior gasto identificado foi com a loja Vitória Decorações representando 63,6% dos gastos com as despesas pessoais, seguido pela Lojas Pernambucanas com 18,7%, foi relatado pela aposentado que nessas duas lojas específicas ela sempre está fazendo compras a prestações, de acordo com a representação gráfica 04. Além disso, no mês de agosto, ela adquiriu um celular para uso pessoal. Gastos com higiene pessoal foram computadas juntas as despesas do mercado, e os gastos com vestuários estão inclusos nas Pernambucanas.

**Gráfico 04 – Gastos Pessoais**



Fonte: Dados da pesquisa de campo (2019)

## II. Propostas de economias

Primeiramente foi preciso conhecer o perfil da aposentada, a mesma possui um perfil adversa a risco, e segundo a idosa “*Não gosto e não confio nesses trem de banco não*”, ou seja, ela não iria realizar efetivamente mudanças que envolvente poupança e outros investimentos pensados como ações, tesouro entre outros, assim, não haveria sentido planejar algo que fossem contra seu estilo vida. O modo aceito pela aposentada foi realizar uma “poupança” por conta própria e para tal o grupo propôs ações para que ela pudesse economizar e guardar na sua poupança, são elas:

- Economia de Energia

Para esse tipo de economia foi optado em programar a televisão da idosa para desligar sempre após 1 hora após ter sido ligada. Esta ação ajudou a idosa a economizar, pois durante o dia, muitas vezes ela saía da sala para fazer outras coisas como ficar no quintal, ir fazer café, ficar olhando a cachorra, dormi no sofá, e acabava esquecendo a televisão ligada. Segundo ela, esta mudança não foi um incômodo para mesma, pois com apenas um clique no controle era possível ligar novamente a televisão.

Outra economia foi no desligamento do microondas da tomada, pois a mesma não utilizava este aparelho, apenas seu neto sabe manuseá-lo mas deixava o equipamento ligado direto, a mesma relevou que não sabia que este simples fato de deixar o equipamento conectado na tomada podia estar gastando energia. O mesmo também vale para o gasto que estava correndo com o computador do neto, pois também ficava ligada direto na tomada, e o cpu e monitor ficavam gastando energia durante todo o dia. Assim ela foi instruída a desligar todas eles.

- Economia de Água

Para redução do gasto em água foi um novo planejamento para os dias de lavar roupas, antes a idosa lavava roupas quase todos os dias em poucas quantidades para não fazer muito esforço braçal (para carregar e estender no varal) pois esse movimento lhe causava dores musculares nos ombros, agora com a proposta, a idosa passou a alinhar os dias de lavar roupa com os dias que a empregada vai, a roupa passou a ser lavada em grande quantidade de uma vez só e a empregada apenas realizava o trabalho de carregar e estender as roupas no varal. Segundo a idosa essa mudança ajudou a reduzir também suas dores.

Outro costume que a aposentada estava tendo era de realizar banho de mangueira com água fria na cachorra quase todos os dias, porém foi explicado que não havia essa necessidade real, apenas 2 vezes por semana já faria bem ao cachorro, e foi acordado essa quantidade. Com esse planejamento a idosa começou a deixar a água em bacia e percebeu que a cachorra se divertia bem mais do que com a água jogada através da mangueira e ainda estava em local coberto mantendo a água fresca.

- Economia com animal de estimação

Anteriormente a ração para o animal de estimação era comprada em um minimercado próximo a sua casa em pacotes pequenos, por esse motivo, a ração ao final das contas resultava em um gasto extenso, então foi sugerido que a aquisição da ração fosse dada por meio de armazém de granel de ração que têm os preço por quilo mais barato e que fosse comprado em maior quantidade para reduzir ainda mais o preço. Além disso, comprando dessa forma parou-se de ter a necessidade da aposentada de carregar o peso pois agora a loja faz entrega para ela.

### III. Discussão de resultado

Como já discutido anteriormente, a idosa tem aversão a risco e rejeita qualquer hipótese de realizar investimentos no geral ou em bancos, por esse motivo, foi realizado uma espécie de “poupança” em casa, ou seja, todo o dinheiro que ela conseguisse economizar através das ações implementadas ela iria guardar pessoalmente. Este fato está relacionado a sua ideologia cognitiva que mesmo sabendo que na poupança em banco teria o rendimento de juros a aposentada preferiu ela mesma fazer sua própria poupança sem rendimento de juros.

	Janeiro	Fevereiro	Março	Abril	Maió	Junho
<b>Rendimentos</b>	3.294,00	3.994,00	2.994,00	2.994,00	2.994,00	2.994,00
<b>Gastos</b>	3.037,90	4.003,90	3.141,80	2.921,80	2.936,80	2.914,80
<b>Saldo do Mês</b>	256,10	(9,90)	(147,80)	72,20	57,20	79,20
<b>Saldo Acumulado</b>	256,10	246,20	98,40	170,60	227,80	307,00

Julho	Agosto	Setembro	Outubro	Novembro	Dezembro
2.994,00	4.491,00	3.742,50	3.742,50	2.994,00	-
2.943,80	4.470,80	3.605,80	3.636,80	2.745,80	-
50,20	20,20	136,70	105,70	248,20	-
357,20	377,40	514,10	619,80	868,00	868,00

Acima, foi apresentado a tabela referente aos resultados da planilha de orçamentos financeiro da aposentada, os meses destacados referem-se ao meses de acompanhamento e implementação das propostas do grupo.

Como pode ser observado na tabela, após as implantações houve uma crescente aumento gradativo no saldo acumulado, esses valores se aproximam da realidade da idosa, pois alguns dados não tinham como ser computados, por exemplo, um gasto compulsivo como a compra de um doce no restaurante ou valores que ela não tinham informações exatas para serem computadas.

Concluindo, no fim do acompanhamento foi feita uma comparação entre o valor da poupança atualmente e o valores das planilhas, a idosa relatou que já com aproximadamente R\$ 750,00 para pagar o inventario físico e isso foi graças as mudanças implementadas ao grupo. Em média ela está economizando 32% a mais todo mês, algo que não conseguia anteriormente. Contudo, esta porcentagem pode ir aumentando com o passar do tempo, pois o grupo também

sugeriu proposta para melhorias contínuas a serem implementadas pós finalização do acompanhamento.

## 5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Um planejamento financeiro bem feito é indispensável à vida das pessoas pois possibilita saber, com antecedência, que caminhos estão sendo trilhados, visando maximizar os resultados financeiros. Isso traz tranquilidade e menos estresse à vida das pessoas. Um bom planejamento financeiro é capaz de ajudar a perceber a atual situação financeira, determinar metas e objetivos, e desenvolver estratégias que levem à realização desses objetivos. Por este motivo, é necessário o acompanhamento financeiro para a prática de controle de gastos.

É comum encontrar pessoas que aparentam uma ótima qualidade de vida, porém não tem conhecimento de controle e finanças pessoais, como pudemos observar em relação a vida financeira da idosa, o objeto de estudo desse artigo. Sendo assim, não é difícil encontrar pessoas que administram suas finanças de maneira extraordinária e acabam não tendo tempo para aproveitar a vida, de fato. Ou até mesmo, não possuem uma reserva para emergências e imprevistos.

Muitas vezes não há conhecimento da importância de se estabelecer uma reserva financeira, tanto para concretizar sonhos, realizar projetos, como para reduzir os riscos em eventos inesperados, como é o caso da idosa que precisa arcar com um inventário físico referente a uma herança. De modo que a mudança de alguns hábitos podem contribuir para melhorar a qualidade de vida e promover uma estabilidade financeira de forma saudável e equilibrada.

Com as propostas de melhoria, espera-se que a idosa consiga gerenciar melhor suas receitas e despesas, uma vez que se faz necessário que exista uma harmonização entre os gastos e despesas, de acordo com o planejamento de cada pessoa. As propostas refletirão de maneira significativa em seus rendimentos, fazendo com que a idosa possa continuar liquidando suas dívidas e possa estipular uma reserva ainda maior para imprevistos e aumentar seu rendimento de economia.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

DIAS, Emerson Wesley. **Finanças Comportamentais: O que é, Tipos e Autores**. Blog da Fundação Instituto de Administração (FIA). São Paulo, 2018. Disponível em: <<https://fia.com.br/blog/financas-comportamentais/>>. Acesso em: 20 out. 2019.

GIL, Antônio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa**. São Paulo: Atlas, 1994.

GIL, Antônio Carlos. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. São Paulo: Atlas, 1999.

LEGISLAÇÃO. **Art. 983 do Código Processo Civil - Lei 5869/73**. Disponível em: <<https://www.jusbrasil.com.br/topicos/10627364/artigo-983-da-lei-n-5869-de-11-de-janeiro-d-e-1973>>. Acesso em: 20 out. 2019.

LEGISLAÇÃO. **Art. 21 da Lei 10705/00**, São Paulo. Disponível em: <<https://www.jusbrasil.com.br/topicos/12557239/artigo-21-da-lei-n-10705-de-28-de-dezembro-de-2000-de-sao-paulo>>. Acesso em: 20 out. 2019.

LEGISLAÇÃO. **Art. 21, I, Lei 10.705/2000**. Disponível em: <<https://www.jusbrasil.com.br/topicos/12557239/artigo-21-da-lei-n-10705-de-28-de-dezembro-de-2000-de-sao-paulo>>. Acesso em: 20 out. 2019.

LEGISLAÇÃO. **Inventário e Herança Familiar**. Disponível em: <<https://vann.jusbrasil.com.br/noticias/140332850/como-fazer-o-inventario-explicacao-passo-a-passo>>. Acesso em: 25 de out. 2019.

LIMA, Marina Guimarães et al. Composição dos gastos privados com medicamentos utilizados por aposentados e pensionistas com idade igual ou superior a 60 anos em Belo Horizonte, Minas Gerais, Brasil. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 23, n. 6, p. 1423-1430, 2007.

LIMA, Murillo Valverde. Um estudo sobre finanças comportamentais. **RAE eletrônica**, v. 2, n. 1, p. 0-0, 2003.

MARTINS, Gilberto Andrade. Estudo de caso: uma reflexão sobre a aplicabilidade em pesquisas no Brasil. **Revista de Contabilidade e Organizações**, v. 2, n. 2, p. 8-18, 2008.

MINUTOSAUDÁVEL. **Cinoterapia: como a terapia com cães ajuda crianças e idosos**. Disponível em: <<https://minutosaudavel.com.br/cinoterapia/>>. Acesso em: 18 set. 2019.

PEREIRA, Gabriela Severo Fagundes. **Cinoterapia e Terapia assistida por Cães: Sinônimos de Inclusão Social**. Cruz Alta – RS, 2017. Disponível em: <<https://home.unicruz.edu.br/wp-content/uploads/2017/06/GABRIELA-SEVERO-FAGUNDES.pdf>>. Acesso em: 19 set. 2019

SANTOS, Thalyta Renata Araújo et al. Consumo de medicamentos por idosos, Goiânia, Brasil. **Revista de Saúde Pública**, v. 47, p. 94-103, 2013.

THALER, Richard. Toward a positive theory of consumer choice. **Journal of economic behavior & organization**, v. 1, n. 1, p. 39-60, 1980.