



Gerir as dívidas em 6 passos



Um plano de ação sem julgamentos. Só ferramentas práticas para retomar o controlo das suas finanças.

1.º Faça as contas todas

O primeiro passo é saber onde está: quanto deve, a quem e quanto isso pesa no seu orçamento.

- Liste todos os créditos (sim, até aquele cartão esquecido na gaveta);
- Consulte o [mapa de responsabilidades de crédito](#) do Banco de Portugal;
- Calcule a **taxa de esforço**:



2.º Organize o orçamento

Não é para cortar tudo. É para perceber para onde vai o dinheiro e como usá-lo melhor.

- Faça um orçamento. Pode utilizar [este mapa](#).
- Assim vai perceber os montantes de cada categoria:



Rendimentos

Ex.: Ordenado, prémios, rendimento de investimentos



Poupança e investimento

Ex.: Depósitos a prazo, certificados de aforro, PPR, fundos de investimento, ações



Despesas

Ex.: Contas da casa, compras, prestações de créditos

Domine o seu orçamento e alivie a sua carteira

Aprenda a gerir despesas, definir prioridades e equilibrar as suas finanças com o curso da Academia Doutor Finanças.

[Conhecer curso](#)



3.º Escolha a estratégia

Tem várias dívidas e não sabe por onde começar? Escolha o método que funcione melhor para o seu perfil:

Avalanche

Foco: Pagar menos juros no total.

1. Ordene as dívidas da taxa de juro mais alta para a mais baixa.
2. Comece por abater a mais cara, enquanto paga o mínimo obrigatório nas restantes.
3. Quando terminar, passe para a seguinte.



Vantagem
Mais eficiente financeiramente.

Desvantagem
Pode demorar mais a ver resultados.

Bola de neve

Foco: Ganhar motivação e ritmo.

1. Ordene as dívidas do valor mais baixo para o mais alto.
2. Comece por abater a que tem um valor em dívida mais pequeno, enquanto paga o mínimo obrigatório nas restantes.
3. Quando terminar, passe para a seguinte.



Vantagem
Elimina dívidas mais rápido e dá sensação de progresso.

Desvantagem
Resulta num custo total mais elevado.

4.º Fale com o banco...

Sim, é possível negociar. E sim, as instituições preferem isso a ter clientes em incumprimento. Pode:

- Pedir revisão do *spread* ou da TAEG (taxa anual efetiva global);
- Negociar prazos, carência de capital ou transferência de crédito;
- **Consolidar tudo num só crédito** (menos stress, uma só prestação).



5.º ...ou deixe para os especialistas

Não é preciso fazer tudo sozinho. Um intermediário de crédito pode:

- Apresentar propostas de consolidação ou renegociação;
- Ajudar a escolher a melhor solução para o caso concreto;
- Tratar de toda a burocracia – sem custos para si.



Se houver risco, há ajuda

Se está prestes a não conseguir pagar as prestações ou se já está em incumprimento, há mecanismos legais que podem ajudar.

As instituições de crédito são obrigadas a aplicá-los, mas, se estiver em dificuldades, não precisa de esperar – pode tomar a iniciativa e contactar o banco.

Já falhou pagamentos?

Não, mas estou a sentir dificuldades!

Sim, preciso de ajuda!

PARI - Plano de Ação para o Risco de Incumprimento

Permite:

- Negociar antes de entrar em incumprimento;
- Ajustar prazos, taxas ou modalidades de pagamento;
- Evitar que a situação se agrave.

PERSI - Procedimento Extrajudicial de Regularização de Situações de Incumprimento

Permite:

- Reestruturar a dívida com base na nova realidade financeira;
- Negociar soluções como carência de capital ou consolidação;
- Evitar processos judiciais e penalizações adicionais.

6.º Use bem a folga que vai ganhar

Já começou a tratar das dívidas e libertou algum dinheiro? Excelente! Agora é hora de o proteger:



Crie um **fundo de emergência** (correspondente a 6 a 12 meses de despesas);



Automatize a poupança com uma transferência fixa no início do mês;



Evite voltar ao crédito para despesas do dia a dia - não quer voltar ao sufoco das dívidas, pois não?

Gerir dívidas não é um talento nato. É prática, paciência e vontade de mudar. Este plano é o primeiro passo.



Vários créditos? Consolide e poupe até 60%

Reduza os encargos mensais e organize as suas finanças.

[Consolidar créditos](#)

