PRUMO

GUIA COMPLETO

Uma vida com direção.

O guia PRUMO de gestão financeira pessoal — o passo a passo pra você sair do piloto automático e organizar sua vida financeira de vez.

POR RAFAEL LIMA · PRUMO

Sobre este guia

Este material foi escrito por Rafael Lima, consultor financeiro e criador da PRUMO — plataforma de gestão financeira pessoal.

O conteúdo é fruto de anos acompanhando de perto a vida financeira de dezenas de clientes reais: os mesmos padrões se repetem, os mesmos bloqueios aparecem, e as mesmas mudanças simples resolvem a maior parte dos casos.

Pra quem é este guia

Se você ganha bem e ainda assim chega no fim do mês sem saber pra onde foi o dinheiro, este guia é pra você. Se você já tentou usar planilha e desistiu na segunda semana, também é pra você. E se você nunca organizou nada na vida financeira e não sabe por onde começar, ainda mais.

Não importa sua renda. Os princípios aqui dentro funcionam do mesmo jeito pra quem ganha um salário mínimo e pra quem ganha vinte — a diferença nunca foi o valor que entra, é o nível de clareza sobre pra onde ele vai.

Direitos de uso

Você pode compartilhar este guia livremente com quem também precisa organizar a vida financeira — mande pra um amigo, publique um trecho nas suas redes, imprima pra alguém da família. Não pode revender, alterar o conteúdo ou remover a autoria.

Antes de começar

Eu já perdi as contas de quantas vezes ouvi a mesma frase na primeira reunião com um cliente novo: **"eu sei que preciso me organizar, só não sei por onde começar."**

O "por onde começar"

Esse guia é exatamente isso: o por onde começar. Não é teoria de economista nem fórmula mágica — é o passo a passo prático que eu uso, na ordem certa, com quem fecha consultoria comigo.

Cada parte constrói em cima da anterior. Não adianta pular direto pra investimentos se você ainda não sabe quanto gasta por mês — a ordem existe por um motivo, e ela é testada com gente real, não só no papel.

Ler não é suficiente

Tem atividade em quase toda parte deste guia — separe uma caneta, ou preencha direto na tela. Ler sobre organização financeira sem organizar a sua é como ler sobre exercício sem levantar da cadeira: o conhecimento fica bonito na cabeça e nunca chega no bolso.

O resultado sempre vem de colocar a mão na própria vida financeira, não de acumular mais teoria.

> **Vamos nessa. — Rafael Lima**

SUMÁRIO

O que você vai encontrar

PARTE 01
Sua relação com o dinheiro

PARTE 02
Organize o que você já tem

PARTE 03
Pra onde o dinheiro vai

PARTE 04
O orçamento que funciona

PARTE 05
Sua rede de segurança

PARTE 06
Saindo das dívidas

PARTE 07
Metas & Sonhos

PARTE 08
As rotinas que sustentam tudo

Como usar este guia

O guia tem 8 partes, na ordem em que eu recomendo trabalhar com um cliente novo — cada uma prepara o terreno pra próxima. Não pule etapas, mesmo que alguma pareça óbvia demais.

O selo "Atividade"

Sempre que você ver esse selo no topo da página, é hora de parar e preencher, não só ler. São tabelas, checklists e perguntas com espaço pra resposta — o mesmo material que eu uso em consultoria, adaptado pra você fazer sozinho(a).

Ritmo recomendado

Reserve um momento sem pressa — 40 a 60 minutos já dá pra passar pelas três primeiras partes com calma. Não precisa fazer tudo de uma vez: duas partes por dia é um ritmo ótimo, e você ainda chega ao fim da semana com o guia inteiro trabalhado.



Seja **honesto(a)** nas atividades. Ninguém mais vai ver isso além de você — e um número maquiado não ajuda em nada a pessoa que mais precisa da verdade, que é você mesmo(a).



01

Sua relação com o dinheiro

Antes de mexer em planilha, é preciso entender como você pensa sobre dinheiro.

PARTE 01

Dinheiro é ferramenta, não destino

Muita gente trata dinheiro como se fosse o objetivo final da vida financeira. Não é. Dinheiro é o meio — a ferramenta que compra tempo, opções e tranquilidade.

O erro de perseguir o número

Quando o foco vira só "ganhar mais", a pessoa entra numa esteira sem fim: cada aumento de renda é absorvido por um padrão de vida um degrau acima, e a sensação de aperto nunca desaparece — só muda de tamanho.

Eu já atendi gente ganhando três vezes mais do que ganhava cinco anos atrás e com exatamente a mesma sensação de sufoco no fim do mês. O problema nunca foi a renda.

A pergunta que muda tudo

Quando você entende que dinheiro é ferramenta, a pergunta muda. Deixa de ser **"como ganhar mais"** e vira **"pra que eu quero esse dinheiro"**.

É essa segunda pergunta que vai guiar cada parte deste guia daqui pra frente — porque organização financeira sem um "pra quê" por trás é regra vazia, e regra vazia ninguém segue por muito tempo.

NA PRÁTICA

Duas pessoas ganham o mesmo salário. A primeira não sabe responder pra que quer o dinheiro — só sabe que "preciso guardar mais". A segunda sabe: quer dar entrada num apartamento em 3 anos.

A segunda pessoa quase sempre chega lá antes. Não porque ganha mais, mas porque toda decisão de compra passa por um filtro real: **isso me aproxima ou me afasta do apartamento?**

⚠ ERRO COMUM

Confundir **subir de padrão de vida** com **progresso financeiro**. São coisas diferentes — a primeira é visível pros outros, a segunda aparece no seu patrimônio líquido. Só uma das duas te deixa mais livre.

> **Ninguém organiza a vida financeira só por organizar. Organiza porque quer alguma coisa do outro lado.**

Na prática, isso muda a forma como você usa este guia inteiro. Cada parte que vem a seguir — organização, orçamento, reserva, metas — só faz sentido de verdade quando está a serviço de um "pra quê" que é seu, não de uma régua externa de sucesso.

PARTE 01

Os 4 perfis financeiros

Na minha experiência acompanhando clientes, quase todo mundo se encaixa — com nuances — num desses quatro perfis. Reconhecer o seu já é metade do caminho, porque o tratamento certo muda completamente de um perfil pro outro.

O Avestruz

Evita olhar o extrato. Prefere não saber a confirmar um número ruim. Vive com uma ansiedade de fundo que nunca é resolvida, só adiada.

O Impulsivo

Decide com a emoção. Compra primeiro, calcula depois (se calcular). O problema raramente é o valor da compra — é a ausência total de pausa entre o desejo e a ação.

O Ansioso

Guarda, mas nunca sente que é suficiente. Vive com medo de gastar mesmo quando pode. A relação com dinheiro é de escassez, mesmo quando os números dizem o contrário.

O Piloto Automático

Não é descontrolado — só nunca parou pra revisar nada. Vive na média: nem gasta muito, nem guarda muito. O problema é a ausência de intenção, não de disciplina.

⚠ **ERRO COMUM**

Achar que o perfil é **traço de personalidade fixo**, tipo signo. Não é. É um padrão de comportamento aprendido — e o que se aprende, se desaprende com o método certo, não com força de vontade sozinha.

A boa notícia: nenhum desses perfis é permanente. Cada um deles muda com o mesmo remédio — visibilidade real sobre os próprios números, sem julgamento. É exatamente isso que as próximas partes vão te dar.

E vale dizer: a maioria das pessoas não é 100% um perfil só. É comum ser 70% Piloto Automático e 30% Impulsivo, por exemplo. Identifique o predominante — é nele que vale focar primeiro.

PARTE 01 · ATIVIDADE

Qual é o seu perfil?

Marque as frases que soam mais com você. Não existe resposta certa — o objetivo é só te dar clareza sobre o seu ponto de partida.

Marque tudo que se aplica a você hoje:

- [ ] Eu evito abrir o extrato do banco quando sei que gastei demais.
- [ ] Já comprei algo caro por impulso e me arrependi depois.
- [ ] Mesmo com dinheiro guardado, sinto que nunca é o suficiente.
- [ ] Eu não sei, de cabeça, quanto gastei no mês passado.
- [ ] Eu adio decisões financeiras importantes até virar urgência.

PARTE 01

Crenças que sabotam

Antes de qualquer planilha, vale desarmar algumas crenças que sabotam silenciosamente — muitas vezes sem a pessoa nem perceber que está repetindo elas.

"Eu não sou bom com números"

Organizar finanças pessoais não exige nenhuma habilidade matemática além de somar e subtrair. É hábito, não talento — e hábito se constrói com repetição, não com dom natural.

Essa crença costuma vir de uma experiência ruim com matemática na escola, décadas atrás, que nunca teve relação nenhuma com abrir um extrato e categorizar gastos. São mundos diferentes.

"Só vou pensar nisso quando ganhar mais"

Quem não organiza pouco dinheiro, historicamente, não organiza muito dinheiro também — o padrão de comportamento migra junto com o salário. Organizar agora, com o que você tem, é o treino pra quando a renda crescer.

Já vi cliente dobrar de salário e dobrar de aperto financeiro junto, na mesma proporção. O sistema que você constrói hoje é o que vai sustentar cada aumento que vier depois.

"Já é tarde demais pra mim"

Não existe idade ou situação financeira que torne organização inútil. O melhor momento pra começar sempre foi agora — o segundo melhor foi ontem, e não dá pra voltar lá.

Comparar o próprio ponto de partida com o de quem já está mais à frente só adia a única ação que realmente importa: começar de onde você está, hoje.

> Reconhecer essas frases na sua própria cabeça já é 80% do trabalho. Os outros 20% vêm da prática — que começa agora, na Parte 02.



02

Organize o que você já tem

Você não consegue melhorar o que não consegue ver.
Vamos tirar a primeira foto.

PARTE 02

O primeiro passo: saber onde você está

Antes de decidir pra onde ir, você precisa saber exatamente onde está agora — quantas contas você tem, em quais bancos, com qual saldo, e quanto ainda deve.

Parece óbvio, mas a maioria das pessoas nunca fez esse mapeamento completo de uma vez só. As informações estão espalhadas: um pouco no app do banco, um pouco na cabeça, um pouco simplesmente esquecido.

Por que a maioria evita isso

Juntar tudo dá trabalho, e existe um medo real de que o número final seja pior do que a pessoa imagina. Mas a experiência mostra o contrário na maioria das vezes: quando alguém finalmente junta tudo, descobre que a situação não é tão ruim quanto a ansiedade fazia parecer — ou, quando é ruim mesmo, pelo menos agora dá pra agir com informação real, em vez de viver numa névoa de incerteza.

O efeito de ver tudo junto

Existe algo quase terapêutico em ver a vida financeira inteira numa folha só. A ansiedade financeira, na maior parte dos casos, não vem do tamanho do problema — vem da falta de clareza sobre ele. Um problema definido, com número e nome, já é meio caminho andado pra virar solução.

O que fazer com contas esquecidas

É comum aparecer, nesse mapeamento, uma conta aberta em algum banco que a pessoa nem lembrava mais que tinha — às vezes com um saldo residual, às vezes só parada. Não precisa fechar nada agora: o objetivo desta etapa é só listar, não decidir. A decisão de manter ou encerrar vem depois, com calma.

⚠ **ERRO COMUM**

Contar só a conta "principal" e deixar de fora carteiras digitais, contas de investimento paralelas ou aquela poupança antiga esquecida num banco que você nem usa mais. O mapa só funciona se for completo.

PARTE 02

Patrimônio líquido: a foto real da sua vida financeira

Patrimônio líquido é a métrica mais honesta que existe em finanças pessoais: tudo que você tem, menos tudo que você deve.

O que conta como ativo

Saldo em conta corrente e poupança, investimentos de qualquer tipo, valor de mercado de um imóvel ou veículo quitado (ou a parte já quitada de um financiado). Qualquer coisa que, se precisasse, você conseguiria converter em dinheiro.

O que conta como dívida

Fatura de cartão, parcelamentos em aberto, empréstimos, financiamentos, o saldo devedor de qualquer coisa que você ainda vai pagar. Inclusive aquele "parcelei em 3x sem juros" que parece inofensivo — ele entra na conta.

Com que frequência recalcular

Uma vez por mês é o ideal — nem tão espaçado a ponto de perder o timing de corrigir uma tendência ruim, nem tão frequente a ponto de virar obsessão com um número que naturalmente varia de semana pra semana.

O que importa não é o valor absoluto de um mês isolado, é a **tendência** ao longo de 3, 6, 12 meses. Patrimônio líquido subindo consistentemente é sinal de que o sistema está funcionando, mesmo que um mês específico tenha ficado estável ou levemente pra baixo.

NA PRÁTICA

Ana tem R$ 8.000 na conta, R$ 15.000 investidos e um carro avaliado em R$ 30.000 — total de ativos: R$ 53.000.

Ela deve R$ 4.500 no financiamento do carro e tem R$ 1.200 em aberto no cartão — total de dívidas: R$ 5.700.

Patrimônio líquido de Ana: R$ 53.000 − R$ 5.700 = **R$ 47.300**.

⚠ ERRO COMUM

Incluir bens de uso pessoal no cálculo pelo valor de compra, não pelo valor de revenda real. Aquele notebook de R$ 6.000 comprado há 2 anos vale muito menos hoje — superestimar ativos infla um número que depois não se sustenta na prática.

Não importa quanto você ganha por mês — importa se esse número cresce, mês após mês. É o único indicador financeiro que realmente resume tudo o mais.

PARTE 02 · ATIVIDADE

Mapa das suas contas

Este é o primeiro exercício prático do guia — e um dos mais reveladores. Reserve uns minutos e não pule nenhuma conta, nem as pequenas.

Liste todas as suas contas — corrente, poupança, carteira digital, investimentos:

CONTA / INSTITUIÇÃO	TIPO	SALDO ATUAL

PARTE 02 · ATIVIDADE

Calcule seu patrimônio líquido

Use o total de ativos que você mapeou na página anterior, some os investimentos, e subtraia tudo que você deve hoje (cartão, empréstimos, financiamentos).

Preencha com atenção — este número vai ser seu ponto de comparação daqui a alguns meses:

Total em ativos (contas + investimentos + bens)

Total em dívidas (cartão, empréstimos, financiamentos)

Seu patrimônio líquido hoje (ativos − dívidas)



03

Pra onde o dinheiro vai

A pergunta que mais escuto: 'onde foi parar meu salário?'
Vamos responder de vez.

PARTE 03

O vazamento invisível

Raramente é um gasto grande que quebra o orçamento de alguém. É a soma de vários gastos pequenos, feitos sem pensar, que nunca aparecem no radar.

O efeito do gasto pequeno

Um delivery aqui, uma assinatura ali, um aplicativo de transporte que "era só dessa vez". Isoladamente, nenhum desses gastos parece grave — é só R$ 30, R$ 50, R$ 80. Somados ao longo de um mês inteiro, formam exatamente o buraco que ninguém consegue explicar quando olha o extrato.

Isso acontece porque o cérebro avalia gastos pequenos de forma isolada, não acumulada. Ninguém pensa "isso vai virar R$ 600 até o fim do mês" na hora de pedir um delivery — pensa só no valor daquela compra específica.

Por que você não percebe

Cartão de crédito e Pix tornaram o ato de gastar praticamente indolor — não existe mais a sensação física de ver o dinheiro sair da carteira. Sem esse atrito, o cérebro simplesmente não registra a soma dos pequenos gastos até a fatura chegar fechada.

O teste que expõe o vazamento

Pegue a fatura do cartão dos últimos 30 dias e some só os lançamentos abaixo de R$ 50. Na maioria dos casos que já vi, esse número sozinho equivale a um dia inteiro de salário — ou mais — e a pessoa nunca tinha feito essa soma antes.

NA PRÁTICA

Um delivery de R$ 45 duas vezes por semana parece pequeno isoladamente. Multiplicado por 4 semanas: R$ 360 por mês, só nessa categoria — R$ 4.320 por ano.

> **Você não tem um problema de renda. Você tem um problema de visibilidade.**

PARTE 03

Categorizar é enxergar

Categorizar cada gasto é o que transforma a sensação vaga de "gastei muito" em um fato concreto: "gastei muito com X". Só depois desse segundo passo é que dá pra agir de verdade.

Categorias que abrem os olhos

Algumas divisões costumam surpreender quem nunca categorizou antes — porque juntam gastos que a cabeça trata como coisas diferentes, mas que na verdade competem pelo mesmo dinheiro.

Fixo x variável — a distinção que mais importa

Dentro de cada categoria, separe o que é fixo (mesmo valor todo mês, difícil de mudar rápido) do que é variável (muda de mês pra mês, com margem real de ajuste). Aluguel é fixo. Delivery é variável. Essa distinção define onde vale a pena focar energia quando o orçamento apertar — mexer no variável dá resultado rápido; mexer no fixo dá resultado duradouro.

Muita gente tenta cortar só no variável quando o problema real está no fixo — e vive frustrada, cortando cafezinho enquanto paga aluguel 30% acima do que a renda comporta.

⚠ **ERRO COMUM**

Criar categorias demais logo de início — 20 categorias diferentes é tão inútil quanto nenhuma, porque ninguém sustenta esse nível de detalhe por mais de duas semanas. Comece com 6 a 8 categorias amplas; refine depois, só onde fizer sentido real.

💡 Categorize primeiro, julgue depois. O objetivo dessa etapa é só **enxergar** — decidir o que cortar vem na Parte 04, com o orçamento.

— Alimentação (mercado x restaurante/delivery — são categorias bem diferentes e costumam estar desequilibradas)

— Assinaturas e serviços recorrentes (streaming, apps, academias — o gasto que ninguém lembra de somar)

— Transporte (combustível, aplicativos, transporte público — juntos, geralmente pesam mais do que parece)

— Lazer e compras não essenciais (o termômetro mais honesto de excesso, pra bem ou pra mal)

— Saúde e cuidado pessoal (frequentemente esquecida até a primeira emergência aparecer)

PARTE 03 · ATIVIDADE

Diário de 7 dias

Durante uma semana inteira, anote TODO gasto — sem exceção, por menor que seja. Café, Uber, qualquer Pix. O objetivo não é mudar nada ainda, só registrar com honestidade.

Comece hoje e continue por 7 dias seguidos:

DIA	O QUE FOI	CATEGORIA	VALOR

PARTE 03 · ATIVIDADE

Caça às assinaturas esquecidas

Assinaturas são o vazamento mais silencioso que existe — o valor sai todo mês sem nenhuma decisão nova ser tomada. Abra o extrato do cartão dos últimos 3 meses e confira.

Marque as que você reconhece — depois cancele o que não usa há 30 dias ou mais:

- [ ] Streaming de vídeo (mais de um serviço ativo ao mesmo tempo?)
- [ ] Streaming de música
- [ ] Aplicativos e assinaturas de celular (armazenamento, edição, produtividade)
- [ ] Academia ou serviços físicos que você não usa há 30+ dias
- [ ] Assinaturas anuais que renovam automaticamente sem aviso



04

O orçamento que funciona

Orçamento não é prisão. É a diferença entre decidir e reagir.

PARTE 04

Por que orçamento tradicional falha

A maioria desiste de orçamento nas primeiras semanas. Não porque não teve força de vontade, mas porque o método escolhido tinha um defeito estrutural desde o início.

Rígido demais quebra, flexível demais não serve

Categorias em excesso, regras rígidas, zero espaço pro imprevisto — esse tipo de orçamento não sobrevive ao primeiro mês corrido. Por outro lado, um orçamento vago demais ("vou gastar menos") não dá nenhuma direção prática, então também não é seguido.

O ponto certo fica no meio: simples o suficiente pra você lembrar sem consultar planilha toda hora, e estruturado o suficiente pra guiar uma decisão de compra na hora H.

Orçamento é vivo, não uma sentença gravada em pedra

Um erro comum é tratar o orçamento como um contrato imutável e, ao primeiro mês em que ele "falha", abandonar tudo. Orçamento é uma hipótese de trabalho — você testa, mede o resultado real, ajusta os números pro mês seguinte. É um processo contínuo de aproximação, não uma prova que se passa ou reprova de primeira.

O papel do imprevisto

Todo orçamento realista precisa de uma margem pro que não estava previsto — um remédio, um presente de última hora, um conserto pequeno. Sem essa folga, qualquer imprevisto (e sempre tem um) já é motivo suficiente pra sensação de fracasso e abandono do método inteiro.

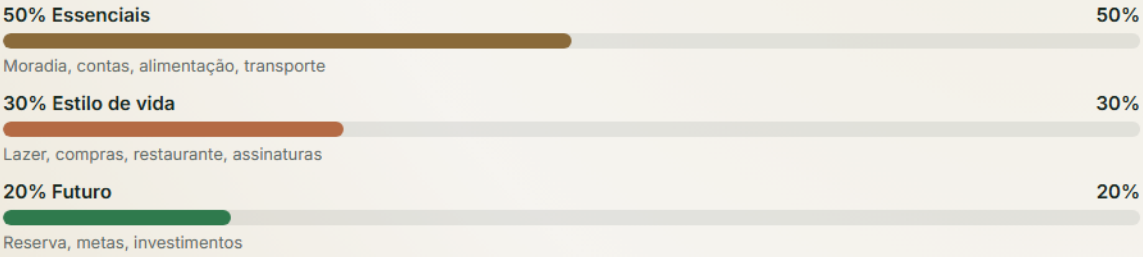
⚠ **ERRO COMUM**

Copiar o orçamento de outra pessoa, ou de um vídeo genérico da internet, sem ajustar pra sua realidade de cidade, aluguel e composição familiar. Orçamento que funciona é sempre o seu, calibrado com seus números reais — nunca um modelo pronto de terceiro.

PARTE 04

O método 50/30/20 (adaptado)

Uma divisão simples pra começar — depois você ajusta os percentuais pra sua realidade. A lógica por trás de cada faixa importa mais do que o número exato.



Ajustando pra renda variável

Autônomos e freelancers com renda que oscila mês a mês devem calcular os percentuais sobre uma **média dos últimos 6 meses**, não sobre o melhor mês recente. Planejar em cima do mês bom é o erro mais comum de quem vive de renda variável — e o que mais gera aperto quando o mês seguinte volta ao normal.

NA PRÁTICA

Quem ganha R$ 4.000 líquidos por mês, nessa divisão, teria: R$ 2.000 pra essenciais, R$ 1.200 pra estilo de vida, e R$ 800 pra reserva/metas/investimentos.

Se hoje os essenciais já consomem mais de R$ 2.000, isso não é motivo de culpa — é diagnóstico. Vale a pena revisar aluguel, plano de celular, seguro do carro antes de tentar cortar lazer até o osso.

⚠ ERRO COMUM

Tratar os 20% do "Futuro" como o que sobra depois de gastar tudo o mais, em vez de separar esse valor primeiro, no dia em que a renda entra. O que fica pro final quase sempre vira zero.

A divisão 50/30/20 é ponto de partida, não regra absoluta. Alguém pagando um financiamento pesado pode precisar de 60% em essenciais por um tempo — o importante é que a divisão seja consciente, e não fruto do acaso.

PARTE 04 · ATIVIDADE

Monte seu orçamento

Com base na sua renda mensal líquida e na divisão 50/30/20 (ajustada pra sua realidade), distribua os valores pelas categorias principais.

Preencha o valor planejado pra cada categoria:

CATEGORIA	% PLANEJADO	VALOR (R$)

PARTE 04

Quando não fecha a conta

Se ao preencher o orçamento os essenciais já ultrapassam 50% da renda, isso não é fracasso pessoal — é diagnóstico real. Você agora sabe exatamente onde está o aperto, e só existem duas alavancas de verdade pra resolver isso.

Alavanca 1: reduzir um custo fixo

Renegociar aluguel, trocar de plano de celular, revisar seguro do carro, portar financiamento pra taxa menor. Custos fixos, uma vez reduzidos, geram economia todo mês sem exigir força de vontade repetida — é o tipo de corte que "trabalha sozinho" depois de feito.

Alavanca 2: aumentar a renda

Um freela, uma venda de algo parado em casa, uma negociação de salário. Raramente dá pra cortar o suficiente só em gastos pequenos quando o problema está estrutural — às vezes o caminho mais rápido é somar, não subtrair.

O que fazer enquanto a alavanca não sai do papel

Renegociar aluguel ou conseguir uma renda extra não acontece da noite pro dia. Enquanto isso, o orçamento pode operar num modo temporário de "contenção": essenciais protegidos ao máximo, estilo de vida reduzido ao mínimo funcional, e zero culpa nisso — é uma fase de transição, não o novo normal permanente.

⚠ ERRO COMUM

Corte de **gasto pequeno** (cafezinho, delivery) resolve desequilíbrio pequeno. Desequilíbrio grande — essenciais acima de 50% da renda — só se resolve com decisão grande: custo fixo ou renda. Tentar resolver problema grande com corte pequeno é a receita mais comum de frustração e desistência.



05

Sua rede de segurança

O imprevisto vai acontecer. A pergunta é se ele vira crise ou só um contratempo.

PARTE 05

Por que 3 a 6 meses

Reserva de emergência não é sobre pessimismo — é sobre ter opções quando a vida te surpreende: uma demissão, um problema de saúde, um conserto inesperado no carro ou em casa.

O que conta como emergência real

Emergência é o imprevisto que ameaça sua estabilidade básica — perda de renda, saúde, algo que, sem resolver, gera uma dívida cara. Uma promoção da loja não é emergência, por mais que a cabeça tente convencer do contrário na hora.

3 ou 6 meses — como decidir

Quem tem emprego CLT estável e um único provedor de renda na casa tende pro lado dos 6 meses — mais tempo de colchão até uma eventual recolocação. Quem é autônomo, tem renda variável ou já tem uma segunda fonte de renda na família pode mirar nos 3 meses com mais segurança.

A referência de 3 a 6 meses de custo de vida existe porque cobre, na média, o tempo de recolocação profissional sem que a pessoa precise recorrer a dívida cara — cartão rotativo, cheque especial — bem no pior momento possível.

Construindo aos poucos, sem travar tudo o mais

Não é preciso esperar a reserva ficar 100% pronta pra começar a investir em outras metas. Uma abordagem comum e eficaz: destinar 60-70% do aporte mensal disponível pra reserva até chegar no mínimo de 1 mês de custo de vida guardado — esse primeiro mês já absorve a maioria dos imprevistos pequenos — e só depois seguir construindo o restante em ritmo mais tranquilo, dividindo o aporte com outras prioridades.

⚠ **ERRO COMUM**

Esperar "sobrar" dinheiro no fim do mês pra guardar na reserva. Quase nunca sobra. Trate o aporte da reserva como uma conta fixa a pagar — pra você mesmo(a) — logo que a renda entra, não como resíduo do que não foi gasto.

> **Reserva de emergência é o que separa um imprevisto de uma crise.**

PARTE 05 · ATIVIDADE

Calcule o seu número

Multiplique seu custo de vida mensal — só o essencial, sem luxos — por 3 e por 6, pra ter a faixa da sua meta pessoal.

Preencha com calma, revisando o que você categorizou na Parte 03:

Custo de vida mensal essencial

Meta mínima de reserva (x3)

Meta confortável de reserva (x6)

Quanto você já tem guardado hoje

PARTE 05

Onde guardar a reserva

A reserva de emergência tem uma regra simples e inegociável: liquidez acima de rentabilidade. Você precisa conseguir sacar em minutos, sem perder dinheiro no processo, exatamente no momento em que menos planejou precisar.

As três opções seguras

CDB com liquidez diária, de um banco confiável e com garantia do FGC — o mais comum e prático. **Tesouro Selic**, título público com liquidez diária e risco praticamente nulo. **Fundos DI** com taxa de administração baixa (abaixo de 0,5% ao ano) — atenção especial à taxa, porque fundo caro come o rendimento inteiro.

O que checar antes de escolher

Confirme sempre três coisas antes de aplicar: se o produto tem **liquidez diária de verdade** (não "em até 30 dias"), se está coberto pelo FGC até o limite de R$ 250 mil por CPF/instituição, e qual é a taxa de administração no caso de fundos. Esses três pontos filtram praticamente qualquer opção ruim disfarçada de boa oferta.

⚠ **ERRO COMUM**

Deixar a reserva parada na poupança — o rendimento é historicamente abaixo da inflação, o que significa perder poder de compra guardando dinheiro. E nunca, em hipótese nenhuma, colocar reserva de emergência em **renda variável** — ações, fundos imobiliários, criptomoeda. Reserva não é investimento, é seguro.



06

Saindo das dívidas

Dívida não é caráter, é matemática. E toda matemática tem solução.

PARTE 06

Bola de neve vs Avalanche

Duas estratégias consolidadas pra pagar dívidas múltiplas — a escolha certa é a que combina com seu perfil psicológico, não necessariamente a mais eficiente na teoria.

Bola de neve

Paga primeiro a menor dívida, independente dos juros. Ganha motivação rápida ao quitar a primeira — o efeito psicológico de "riscar da lista" mantém o compromisso vivo.

Avalanche

Paga primeiro a de maior juro, independente do valor. Economiza mais dinheiro no total — é a escolha matematicamente ótima, mas exige mais paciência até ver o primeiro resultado.

Qual escolher

Se você já tentou pagar dívidas antes e desistiu no meio do caminho, a bola de neve tende a funcionar melhor — a vitória rápida sustenta o comportamento. Se você é disciplinado(a) e o que te motiva é ver o resultado financeiro final, a avalanche economiza mais no bolso.

O mínimo em todas, o extra numa só

Independente do método escolhido, a regra de ouro é a mesma: pague sempre pelo menos o mínimo de TODAS as dívidas — nunca deixe uma parcela em aberto pra focar noutra, isso gera multa e juros que anulam qualquer estratégia. Todo valor extra disponível vai inteiro pra dívida escolhida como prioridade, até quitar, e só então migra pra próxima da fila.

NA PRÁTICA

Três dívidas: cartão de R$ 800 a 12% ao mês, empréstimo de R$ 3.000 a 4% ao mês, financiamento de R$ 12.000 a 1,5% ao mês.

Na bola de neve: ataca o cartão primeiro (menor valor). Na avalanche: ataca o cartão primeiro também — nesse caso os métodos coincidem, porque a menor dívida também tem o maior juro.

⚠ ERRO COMUM

Abrir uma dívida nova pra "organizar" as outras sem fazer as contas até o fim — o famoso empréstimo pra quitar cartão. Às vezes funciona, mas só se a taxa nova for comprovadamente menor que a média ponderada das dívidas atuais. Sem essa conta, é só trocar uma dívida cara por outra igual ou pior.

PARTE 06 · ATIVIDADE

Liste suas dívidas

Anote todas as dívidas em aberto. Depois de preencher, ordene mentalmente da maior pra menor taxa de juros — isso já te diz se bola de neve e avalanche apontam pra mesma dívida ou não.

Inclua cartão, empréstimos, financiamentos e parcelamentos:

DÍVIDA	VALOR TOTAL	JUROS (%)	PARCELA

PARTE 06

Renegociar sem vergonha

Bancos e credores preferem receber uma parte do que não receber nada — isso te dá mais poder de negociação do que a maioria das pessoas imagina.

O script pra ligar

Ligue direto pra central de negociação (não pro atendimento comum), explique a situação com transparência, e pergunte especificamente por condições à vista ou por antecipação de parcelas com desconto. A pergunta certa muda tudo: em vez de "posso pagar menos?", pergunte "qual desconto vocês oferecem pra quitação à vista?".

Cuidado com o parcelamento infinito

Renegociar não é sinônimo de esticar a dívida por mais 24 meses só pra caber no bolso — isso costuma sair mais caro no total, mesmo com parcela menor. Sempre compare o valor total pago no fim, não só a parcela mensal.

Quando procurar ajuda formal

Se as dívidas ultrapassam sua capacidade de negociação individual, existem programas oficiais de renegociação (como mutirões de instituições financeiras, frequentemente divulgados no fim e início de ano) e órgãos como o Procon, que podem mediar quando a negociação direta não avança. Buscar isso não é fracasso — é usar a ferramenta certa pro tamanho certo do problema.

A pior negociação é a que nunca aconteceu porque teve vergonha de ligar. Ninguém do outro lado da linha está julgando — pra eles, é só mais uma ligação de rotina.



07

Metas & Sonhos

O diferencial da PRUMO: dinheiro só faz sentido quando serve a alguma coisa maior.

PARTE 07

Sonho sem prazo é só desejo

"Quero viajar" é um desejo — vago, sem compromisso, fácil de adiar indefinidamente. "Quero viajar pro Chile em dezembro de 2026, com R$ 10.000" é uma meta — específica, mensurável, com data.

Da vontade ao número

A diferença entre os dois é que a meta pode ser dividida em passos concretos — e um passo mensal de valor definido é infinitamente mais fácil de cumprir do que um sonho vago que nunca sai do lugar. O cérebro lida bem com metas pequenas e recorrentes; lida mal com objetivos gigantes e indefinidos.

Quando o número não cabe no orçamento

Se o aporte mensal calculado não cabe no que sobra depois do essencial, existem só duas saídas honestas: esticar o prazo (menos aporte por mês, mesmo sonho) ou reduzir o valor alvo do sonho (mesmo prazo, versão mais enxuta dele). O que não funciona é manter os dois fixos e torcer pra o dinheiro aparecer sozinho.

NA PRÁTICA

Sonho: "Viagem para o Chile", R$ 10.000, prazo de 16 meses.

Cálculo: R$ 10.000 ÷ 16 meses = **R$ 625 por mês**.

R$ 625/mês parece muito mais possível do que "preciso arranjar R$ 10.000" — e é exatamente a mesma coisa, só que dividida em passos que cabem numa rotina real.

⚠ ERRO COMUM

Definir 5 ou 6 metas ao mesmo tempo, todas competindo pelo mesmo orçamento apertado. O aporte de cada uma fica pequeno demais pra fazer diferença, e nenhuma sai do papel de verdade. Comece com no máximo 2 ou 3 metas ativas — as outras entram na fila depois.

> **Você não precisa de mais disciplina. Precisa de um número e um prazo.**

PARTE 07 · ATIVIDADE

Seus 3 sonhos

Liste 3 sonhos reais — não o que "deveria" querer segundo os outros, o que você de fato quer pra sua vida. Depois calcule o aporte mensal necessário pra cada um (valor ÷ prazo em meses).

Preencha com sinceridade:

SONHO	VALOR ALVO	PRAZO	APORTE MENSAL

PARTE 07

Comemore o processo, não só o resultado

Esperar só até bater 100% da meta pra comemorar é uma receita quase garantida pra desistir no meio do caminho — o cérebro humano não sustenta motivação por meses seguidos sem nenhum reforço positivo.

Os marcos parciais importam

Celebre os 25%, os 50%, os 75% de cada meta — cada marco é prova concreta de que o sistema está funcionando, mesmo que o sonho final ainda não tenha chegado. Isso não é frescura, é gestão de motivação de longo prazo.

O erro do tudo-ou-nada

Um mês em que você guardou menos do que planejou não é fracasso — é dado. Ajusta o próximo mês, sem parar de vez o hábito inteiro por causa de um deslize. O pensamento "já que não consegui o mês todo, desisto" é o que mais destrói metas de longo prazo.

Como registrar o marco sem exagero

Não precisa ser uma festa — pode ser algo simples e proporcional: anotar a data em que bateu 50%, se permitir um gasto pequeno e planejado, ou só compartilhar o avanço com alguém que te apoia. O ponto não é o tamanho da celebração, é criar um registro mental de progresso real.

⚠ **ERRO COMUM**

Só olhar pra meta no dia em que ela deveria estar pronta. Sem checkpoints no meio do caminho, qualquer atraso parece um fracasso total em vez do que geralmente é: um ajuste pequeno de prazo ou de aporte mensal.



08

As rotinas que sustentam tudo

Nenhuma dessas partes funciona sem virar rotina. É a última peça do quebra-cabeça.

PARTE 08

Diária, semanal, mensal

Três rotinas simples sustentam tudo que você aprendeu até aqui — nenhuma leva mais que alguns minutos, e juntas formam o sistema completo de manutenção da vida financeira organizada.

Diária (2 minutos)

Registrar cada gasto na hora que acontece, ainda no calor do momento. Esse é o hábito que sustenta a visibilidade da Parte 03 — sem registro no momento, a memória falha e o vazamento invisível volta a existir.

Semanal (10 minutos)

Revisar as categorias que mais pesaram na semana e ajustar o que for preciso antes que vire um padrão difícil de reverter até o fim do mês. É a chance de corrigir de rota cedo, com pouco custo.

Mensal (20 minutos)

Fechar o mês, comparar o realizado com o orçamento planejado na Parte 04, revisar o progresso das metas da Parte 07 e recalcular o patrimônio líquido da Parte 02. É o momento de visão de conjunto — o "balanço" de tudo que este guia ensinou.

⚠ **ERRO COMUM**

Tentar fazer só a rotina mensal e pular a diária e a semanal. Sem o registro diário, o fechamento mensal vira um exercício de adivinhação — e é justamente a falta da rotina pequena e frequente que faz a grande (o fechamento) perder a precisão.

💡 A PRUMO foi criada exatamente pra cronometrar essas três rotinas por você — contas, transações e metas sempre atualizados, sem esforço manual extra.

PARTE 08 · ATIVIDADE

Seu compromisso de 30 dias

Este é o último exercício do guia. Não é sobre perfeição — é sobre compromisso real com pelo menos os primeiros 30 dias, tempo suficiente pra um hábito começar a grudar.

Marque cada compromisso que você está disposto(a) a assumir a partir de hoje:

- [ ] Vou registrar todo gasto, todos os dias, por 30 dias seguidos.
- [ ] Vou revisar meu orçamento uma vez por semana, sem falta.
- [ ] Vou definir pelo menos uma meta com valor e prazo definidos.
- [ ] Vou calcular o número da minha reserva de emergência esta semana.
- [ ] Vou repetir este guia daqui a 90 dias pra medir minha evolução.

RESUMO

As 8 partes, num relance

- Sua relação com o dinheiro
- Organize o que você já tem
- Pra onde o dinheiro vai
- O orçamento que funciona
- Sua rede de segurança
- Saindo das dívidas
- Metas & Sonhos
- As rotinas que sustentam tudo

Tudo isso, dentro de um único app.

A PRUMO é a plataforma que organiza cada parte deste guia por você — contas, transações, orçamento, metas e análises, sempre atualizados, no seu celular.

- ✓ Contas, cartão e transações num só lugar
- ✓ Metas & Sonhos com passo a passo até lá
- ✓ Análises completas de pra onde seu dinheiro vai

Comece agora, sem precisar falar comigo antes.

Assine direto pelo link da bio (@com.prumo) ou em comprumo.com.br
— o acesso é liberado na hora, sem burocracia.

DÚVIDAS? MEU WHATSAPP ESTÁ SEMPRE ABERTO.

Sobre o Rafael

Rafael Lima é consultor financeiro e fundador da PRUMO. Atende pessoas físicas que querem sair do piloto automático financeiro e ter clareza de verdade sobre o próprio dinheiro — sem jargão técnico, sem julgamento, sem fórmula pronta que ignora a vida real de cada cliente.

A filosofia por trás da PRUMO

Gestão financeira pessoal não é sobre restrição — é sobre direção. A crença central é simples: qualquer pessoa, com o sistema certo, consegue organizar a própria vida financeira, independente da renda que ganha hoje.

Foi essa mesma crença que deu nome à empresa: prumo é o instrumento que os construtores usam pra achar a linha reta, o ponto de equilíbrio. A vida financeira de alguém merece a mesma precisão.

@LLIMA.RAFAEL · @COM.PRUMO



PRUMO

Uma vida com direção.

COMPRUMO.COM.BR · @COM.PRUMO