



QUALIDADE DE VIDA E ENDIVIDAMENTO

QUALITY OF LIFE AND DEBT

Adriana Cristina Silva

Universidade do Estado de Minas Gerais, MG, Brasil
adrianacriss@gmail.com
<https://orcid.org/0000-0002-9463-9213>

Iracema Caproni de Souza

Universidade do Estado de Minas Gerais, MG, Brasil
iracema.caproni@uemg.br
<https://orcid.org/0000-0002-7395-5890>

Miriam Pinheiro Bueno

Universidade do Estado de Minas Gerais, MG, Brasil
miriam.bueno@uemg.br
<https://orcid.org/0000-0002-3961-7396>

Antônio Leonardo de Almeida

Universidade do Estado de Minas Gerais, MG, Brasil
leoalmeida.ala@gmail.com
<https://orcid.org/0000-0002-18359797>

Rodrigo Henrique Silva

Universidade do Estado de Minas Gerais, MG, Brasil
rh_silva1982@hotmail.com
<https://orcid.org/0000-0002-0003-2111>

Resumo

A população brasileira apresenta um crescimento significativo de endividamento de acordo com os índices de inadimplência da Confederação Nacional do Comércio de Bens, Serviços e Turismo – CNC (2019) o consumismo é o maior responsável pelo comprometimento da qualidade de vida das pessoas. Diante disso, o presente estudo tem como objetivo avaliar o impacto que o consumismo gera na qualidade de vida do cidadão brasileiro e demonstrar a importância do equilíbrio financeiro por meio da educação financeira e do planejamento, sugerindo propostas para controlar as dívidas. A partir dos conceitos de consumismo, endividamento, educação e

planejamento financeiros e a qualidade de vida através de pesquisa bibliográfica e exploratória de conteúdos que se encontram disponíveis na literatura, revistas específicas, congressos e *sites* que abordam a temática. Nesse cenário, notou-se que a Educação Financeira tem um papel primordial para que as pessoas consumistas e que se encontram endividadas, utilizem a estratégia do Planejamento Financeiro como um recurso para criar hábitos de controle sobre suas finanças a partir de instrumentos, tais como planilhas, *softwares* ou até mesmo anotações e forma de levar essas informações de controle de gastos pouco divulgado à população os quais deveriam estar ao alcance de qualquer pessoa para o bem estar social.

Palavras-chave: Bem-estar; Consumo; Dívidas.

Abstract

The most of Brazilian population has a significant increase in indebtedness according to default rates of the National Confederation of Trade in Goods, Services and Tourism - CNC (2019) consumerism is the main responsible for the compromise of people's quality of life. In light of this, the present study aims to assess the impact that consumerism generates on the quality of life of the Brazilian citizen and to demonstrate the importance of financial balance through financial education and planning, suggesting proposals to control debts. Based on the concepts of consumerism, indebtedness, financial education and planning and quality of life through bibliographic and exploratory research of contents that are available in the literature, specific magazines, congresses and websites that address the theme. In this scenario, it was noted that Financial Education has a primary role for consumerists and people in debt to use the Financial Planning strategy as a resource to create habits of control over their finances from instruments, such as spreadsheets. , software or even annotations and how to take this information about expenditure control little publicized to the population which should be available to anyone for the well being of society.

Keywords: Wellbeing; Consumption; Debts.

1. Introdução

Percebe-se que nos últimos tempos ocorreu um crescimento significativo de endividamento entre a população brasileira. Dados da Confederação Nacional do Comércio de Bens, Serviços e Turismo – CNC (2019) apontam que 774,4 mil famílias brasileiras não

conseguem pagar as dívidas no final do mês. Diante desse cenário, o endividamento pode interferir na qualidade de vida da pessoa.

O endividamento sempre foi uma questão delicada, quando se trata do consumo em excesso, uma vez que poucas pessoas têm noções de como planejar suas finanças; a maioria em função das dificuldades acaba endividando por não saber administrar suas finanças, com isso, acaba influenciando de forma positiva no endividamento pessoal.

Ao abordar a questão do endividamento pessoal, não buscou tecer uma crítica ao consumismo, mas evidenciar a relevância do planejamento financeiro diante dos elevados índices de inadimplência e endividamento de consumidores (AMORIM, 2016).

O índice apurado pela confederação Nacional do Comércio de Bens, Serviços e Turismo Divisão Econômica - CNC (2019) apontou que o índice de 60% do ano de 2018 teve um acréscimo no mesmo período no ano de 2019 para 65% do total de famílias brasileiras endividadas.

Esses dados nos leva a problemática do presente trabalho a qual consiste em responder a seguinte questão: qual o impacto causado pelo endividamento pessoal na qualidade de vida?

Portanto justifica-se a necessidade de entender o endividamento pessoal e os tramites para que o cidadão tenha qualidade de vida isento das dívidas. Logo este estudo servirá como orientação e informação a qualquer pessoa na área de consumo de bens e produtos, pois sabe-se que a qualidade de vida não depende da consumação destes em excesso, gerando um endividamento pessoal. Despertando a utilização de um consumo consciente e equilibrado o qual resulte numa qualidade de vida e situação financeira sólida.

Diante desse entrave, o presente trabalho tem como objetivo geral avaliar o impacto que o consumismo gera o endividamento e impacta sobre a qualidade de vida do cidadão brasileiro. Como objetivos específicos consistem em avaliar a propensão ao endividamento e a percepção da qualidade de vida no trabalho, demonstrar a importância do equilíbrio financeiro por meio da educação financeira e do planejamento e sugerir propostas a partir da análise da literatura abordada no intuito de melhoria do planejamento financeiro para uma melhor qualidade de vida.

Quanto à metodologia, esse trabalho caracteriza-se como pesquisa bibliográfica e exploratória, por buscar conteúdos que subsidiaram no entendimento e informações sobre o consumismo, o endividamento e a qualidade de vida da sociedade.

No intuito de compreender a sociedade de consumo e como se dá a sua propensão ao endividamento, ou seja, o quanto o indivíduo é favorável ou desfavorável em relação à dívida e o quanto isso afeta o bem-estar da população. O estudo divide-se em conhecer os temas de Consumismo e Endividamento, Educação, Planejamento Financeiro e Qualidade de Vida.

2. Referencial Teórico

2.1 Consumismo

Na sociedade contemporânea de consumo, nota-se que as pessoas estão sendo cada vez mais valorizadas pelo que têm ou possam chegar a possuir do que pelo carácter que possuem. Isso leva a população a um hábito comum, ou seja, os direciona ao consumismo. O consumismo é marcado desde o século XIX como objeto de análise científica como representação dos avanços de produção do sistema capitalista, que se intensificaram ao longo do século XX pelo mundo.

A sociedade consumista caracteriza-se, antes de tudo, pelo desejo socialmente expandido pela aquisição do supérfluo, do excedente, do luxo e se estrutura pela marca da insaciabilidade e insatisfação, onde uma necessidade gera quase automaticamente outra necessidade, num ciclo que não se esgota, numa sequência onde o final do ato consumista é o próprio desejo de consumo (RETONDAR, 2007).

Segundo Paixão (2012, p. 24-31) “na maioria das vezes, a principal dificuldade em conhecer o consumidor está no fato de que pessoas tomam decisões e compram sem saber o verdadeiro motivo de suas próprias escolhas”. Os desejos não são ruins. Eles dão prazer e determinam aquilo que as pessoas querem para o futuro. O desejo não pode ser movido pela emoção imposta por meio de propaganda ou de imposição social, como a necessidade de manter status e coisas do tipo (BCB, 2013).

De acordo com Tolotti (2007), atualmente é mais fácil o indivíduo contrair dívida do que deixar de adquirir algo desejado. Elenca que o endividamento pode ocorrer em dois aspectos: o racional e a interferência afetiva.

Do ponto de vista racional, objetivo ou concreto, a dificuldade está concentrada na falta de conhecimento financeiro, e conseqüentemente, na má gestão dos rendimentos. Quanto às interferências afetivas, o endividamento é um provável reflexo de insatisfações e sofrimentos, traduzidos pelo consumo desenfreado, ou seja, por incessantes atos de compra (TOLOTTI, 2007, p.33).

Embora não se perceba, as finanças fazem parte do dia a dia, lida-se com temas como economia, dívidas e consumo de maneira prática. O cidadão pratica-se a finanças ao parcelar uma compra, usar o cartão de crédito ou o limite do cheque especial e até contrair um empréstimo bancário para pagar alguma conta em atraso. O endividamento pessoal não está diretamente ligado à renda do indivíduo, e sim à forma como ele administra as suas receitas e despesas (CERBASI, 2003).

Tolotti (2007) defende que aumentando do conhecimento na área financeira, a capacidade de crítica frente ao consumo interfere nas decisões e assim maiores serão as possibilidades de rompimento com a cultura do endividamento.

De acordo com Leite e Santos (2007), estamos inseridos em uma sociedade com orientação capitalista, em que os consumidores são expostos a uma infinidade de produtos e serviços. Logo, as empresas ofertam uma infinidade opções e bombardeiam a sociedade com campanhas de marketing, levando assim o consumidor a aquisições desenfreadas de bens consumindo além do necessário, situações esta conhecida como consumismo. A sociedade atual trata o consumo como sinônimo de prestígio, “status”, felicidade e bem-estar, fazendo com que as pessoas comprem cada vez mais, o que pode acarretar em doenças como: depressão, ansiedade, transtorno bipolar, dentre outras.

Marcht e Bronzatti (2016) entendem que a publicidade tem grande influência para induzir as pessoas a consumirem o desnecessário, até mesmo pela facilidade do crédito. Com isso, surge o superendividamento ocasionado por uma pessoa vulnerável em busca da aquisição de bens. Tolotti (2007) realça a necessidade de manter um distanciamento desses incentivos, logo os comerciais são representações e não tradutores de sonhos.

Essas motivações aliadas às facilidades de crédito levam ao consumo exagerado nos dias atuais ocasionando vários problemas as pessoas. Tais como contrair dívidas e por vezes tornarem-se inadimplentes, comprometendo grande parcela de sua renda. Os efeitos da inadimplência podem ser arrasadores tanto no âmbito macroeconômico, aumentando o risco de operações e produtos financeiros, quanto no âmbito micro, dos indivíduos podendo afetar suas relações sociais, seu estado psicológico e sua vida familiar (TRINDADE; RIGHI; VIEIRA, 2012).

Os termos endividamento e inadimplência ainda são vistos por muitos como sinônimos. Segundo Instituto Brasileiro de Defesa do Consumidor (IDEC), quando uma pessoa pega emprestado recursos financeiros para adquirir algum bem, ele está se endividando. Esse excesso de dívidas pode levar o consumidor à situação de inadimplência, que é quando não se consegue pagar um compromisso financeiro até a data de seu vencimento. Desse ponto de vista, a inadimplência resulta do aspecto do endividamento, por essa razão elas estão interligadas.

Esse panorama é observado na pesquisa realizada apelo Serviço de Proteção ao Crédito (SPC), ao constatar que dois em cada dez entrevistados fizeram compras nos últimos três meses, mesmo estando conscientes de que seria difícil ou não conseguiriam quitar a dívida (SPC, 2018).

De maneira geral, é notório que o consumismo está presente na sociedade, por englobar novo contexto tanto cultural como econômico; o que acaba influenciando no processo decisório de compra, e conseqüentemente a possibilidade de uma disposição consumista causar endividamento ao consumidor.

2.2 Endividamento

O consumo desenfreado pode levar ao endividamento. Assim fatores que facilitam o crédito como longos parcelamentos, o uso do cartão de crédito e o acesso à *internet*, que atualmente oferece uma variedade e disponibilidade de itens, podem acarretar endividamento. Considera-se a melhora da renda das famílias, bem como as baixas de inflação e juros baixos sendo um dos elementos responsáveis pelo endividamento, esses elementos contribuem para aumentar a confiança do consumidor (BCB, 2017).

As pessoas acreditam e reproduzem a ideia de que é insuportável ficar sem um objeto que as satisfaça, e creem ser mais fácil suportar o endividamento do que a falta de algo (TOLLOTTI, 2007).

Vieira, Kilimnik e Santos Neto (2016), afirmam que o endividamento pode ter relação com o consumo de bens e serviços, e pode tornar-se crônico a partir do momento que compromete a renda do devedor, atingindo o ponto de o indivíduo não conseguir mais fazer uso do seu próprio salário. O consumo propriamente dito não é incorreto. O problema é quando o endividamento compromete ou supera a renda do indivíduo, causado pelo elevado consumo de bens e serviços até desnecessários. Outra contribuição se estende as taxas de juros em patamares mais acessíveis o que acaba contribuindo a favor desse resultado (HANSON, 2019).

Pode-se apontar alguns fatores de um consumidor endividado: desemprego, compras para terceiros, dificuldade financeira pessoal, o que impossibilita o cumprimento de suas obrigações, comprometimento da renda com despesas supérfluas, falta de controle nos gastos, atraso de salário; doenças, redução da renda; má fé, entre outros fatores que agravam em época de crise econômica (FIORENTINI, 2004).

Atrasos de contas e alguns tipos e fontes de créditos assumidos, tais como cartão de crédito, cheque especial, crédito consignado, crediário, crédito imobiliário, hipotecas, crédito produtivo (investimentos e capital de giro), empréstimos com agiotas, parentes e amigos entre outros fatores geram uma situação de inadimplência podendo levar a pessoa a realizar mais financiamentos e mais empréstimos e chegar a suma situação de múltiplo endividamento (JACINTO JUNIOR; SILVA; MOREIRA, 2011).

Segundo Carvalho, Sousa e Fuentes (2017), o endividamento pode trazer consequências emocionais para o ser humano, uma vez que a pessoa endividada vive numa situação permanente de sufoco, rodeada por credores, acarretando diversos sintomas emocionais como: nervosismo, irritabilidade, impaciência, medo e apreensão (BRITO, 2007).

Ao passar por dificuldades financeiras, grande parte das pessoas rende-se à tensão e a ansiedade, desencadeando vários sintomas como o estresse emocional (SOUZA, 2017). Tais sintomas citados podem interferir na qualidade de vida das pessoas.

Nesse caso, o planejamento financeiro é essencial, sobretudo diante da do comprometimento da saúde da pessoa, por se tratar de uma lógica capitalista do consumismo desenfreado em detrimento ao hábito compulsivo (SILVA; PAIXÃO; MOTA, 2014).

Organizar as finanças tanto pessoal como da família passar a ser uma necessidade estratégica para o controle dos gastos, uma vez que o princípio de uma boa organização financeira está na vida dos indivíduos, logo, é significativo conhecer esses números de endividamento para sensibilização da sociedade e os pontos significativos.

Desta maneira, uma medida fundamental para reduzir o problema sobre endividamento seria a educação financeira, iniciar com investimentos nos filhos de forma racional e organizada, seguindo princípios que eles conheçam e entendam, estabelecendo regras de consumo, evitando gastos abusivos, e ensinando pelo exemplo. E ainda que se considerasse a importância de adotar como disciplina nas escolas brasileiras para o desenvolvimento das pessoas e do país.

2.3 Educação Financeira

A educação financeira além de contribuir para a formação do cidadão tem uma dimensão sócio-político-pedagógico, uma vez que possui o papel de conscientização aliado ao entendimento de administração, finanças e economia aliado a matemática financeira o que forma uma equação contributiva para o controle e planejamento das finanças pessoais (BORGES, 2013).

Neste contexto, Stehling e Araújo (2008) entendem que a educação financeira deve ser priorizada e iniciada o mais cedo possível para adquirir uma relação saudável com o dinheiro para conquistar a independência econômica e ter consciência de que lidar com o dinheiro é uma situação utilizada no dia-a-dia.

A educação financeira auxilia jovens e adultos a poder tomar decisões financeiras no futuro. Compreender de que forma os conceitos sobre educação financeira influenciam na tomada de decisão e na qualidade de vida.

No Brasil, a partir do Decreto n. 7.397, de 22 de dezembro de 2010, a educação financeira ganhou espaço na elaboração de ações públicas, que instituiu a Estratégia Nacional de Educação Financeira (ENEF), uma iniciativa com objetivo de promover a educação financeira e previdenciária, além de contribuir para o fortalecimento da cidadania, a eficiência e solidez do sistema financeiro nacional para as tomadas de decisões conscientes por parte dos consumidores. Ademais, a educação financeira é um dos temas sugeridos para compor a Base Nacional Comum Curricular (BNCC), um apontamento de caráter normativo com finalidade de definir o conjunto orgânico e progressivo de aprendizagens dos alunos que desenvolverão as modalidades da Educação Básica (BRASIL, 2018).

Outra iniciativa nesse sentido foi o lançamento do Portal da Base Nacional Comum Curricular em 2015, no intuito de apresentar o andamento da BNCC, a reformulação do currículo de Educação Básica com resultado de ações para todos os estados (VIEIRA; MOREIRA JÚNIOR; POTRICH, 2019).

Para Tolotti (2007), a educação financeira é uma necessidade que não se trata apenas de formalidade teórica, e sim do modo como cada pessoa utiliza o próprio conhecimento financeiro, uma vez que várias delas nem sabem que possui um sistema que organiza suas finanças.

Campos (2013, p.13) define educação financeira “como uma prática social, de modo que possa estar enraizada em um espírito de crítica e em um projeto de possibilidades que proporcionem aos indivíduos-consumidores participarem, ativamente, no entendimento e na transformação dos contextos que estão inseridos”.

Ainda o Banco Central do Brasil adota a conceituação de educação financeira da Organização para Cooperação e Desenvolvimento Econômico (OCDE, 2005, p.2) como “o processo mediante o qual os indivíduos e as sociedades melhoram sua compreensão dos conceitos e produtos financeiros [...] é um processo que contribui de modo consistente, para a formação de indivíduos e sociedades responsáveis, comprometidos com o futuro”.

Diante de um cenário de endividamento, a educação financeira é composta de mecanismos que fazem parte do processo, onde consumidores aprimoram seu entendimento sobre conceitos e riscos financeiros, por meio de informações, aconselhamento e instrução desenvolvendo habilidades para tornarem conscientes a fazer escolhas e outras medidas para efetivar a melhoria de seu bem estar financeiro (OCDE, 2005).

As finanças estão presentes na vida das pessoas e o ato de educá-las em relação à sua vida financeira consiste em instruí-las, demonstrando, por exemplo, por meio de fatos do dia a

dia como a teoria pode ser aplicada na prática. O reconhecimento e a decisão caberão a cada indivíduo frente ao conhecimento adquirido e como aplicá-lo.

Dessa forma, a educação financeira, proporciona maior desenvolvimento do mercado financeiro e bem-estar financeiro, sendo um benefício pessoal, uma vez que as pessoas alfabetizadas financeiramente estão preparadas para valer das oportunidades que surgem no mercado, com isso, as pessoas são capazes de saber a hora de consumir ou poupar (SILVA, 2018).

Se aplicada em escolas e com prioridade nas instituições a educação financeira poderia cumprir o papel transformador no ser humano. E uma ferramenta eficaz forma hábitos dando suporte ao planejamento financeiro do indivíduo, se utilizada desperta a sensibilização e proporciona o melhor controle das finanças, por consequência equilíbrio nas decisões do dia a dia, além de propiciar aos endividados formas para sair do endividamento e uma melhor qualidade de vida.

2.4 Planejamento Financeiro

A sociedade consumista, por meio da mídia estimula as pessoas a um sentimento permanente de insaciabilidade (SECCHI; VIEIRA; RAMOS, 2017). Com o planejamento financeiro é possível definir metas, sonhos e o estilo de vida, as vantagens de se ter o mesmo são inúmeras, não apenas no fato de economizar, cortar gastos, poupar e acumular dinheiro, mas ter a possibilidade de um futuro melhor que proporcione a segurança material necessária para aproveitar os prazeres da vida e a promessa de equilíbrio financeiro no futuro (ACEPREV, 201).

Planejar-se financeiramente é realizar um diagnóstico pessoal de seus gastos mensais, detalhando a respeito do que foi realizado naquele período e até mesmo desenvolver a consciência de aprender onde se deve gastar adequadamente o dinheiro, para assim conseguir atingir os objetivos esperados. No planejamento financeiro, verifica-se uma possível visão estratégica para elaboração de objetivos e metas (SILVA, 2016).

No intuito de criar estratégia econômica, o planejamento financeiro surge para alcançar objetivos financeiros a curto, médio e longo prazo (GOMES, 2018). Corroborando Ribeiro (2014) diz que o planejamento financeiro se trata de um processo contínuo e permanente voltado para o futuro no intuito de selecionar alternativas e outras características como de técnicas de coordenação e interação, ou seja, é uma função administrativa que interage com os demais.

O conhecimento financeiro é fundamental para que os indivíduos entendam a importância de fazer um planejamento financeiro, admitindo de certa forma tomar decisões mais assertivas e obter melhor qualidade de vida (SILVA, 2018).

Ferreira (2006, p.16) conceitua que “[...] finanças pessoais são a arte do gerenciamento do dinheiro das pessoas [...] é o processo de planejar, organizar e controlar nosso dinheiro, tanto no curto, no médio como no longo prazo”.

Para que o planejamento ocorra é necessário fazer escolhas, isso implica desde as compras até a projeção de uma poupança; definir metas e aspirações que alude o que o indivíduo quer para o futuro e como quer viver; estabelecer objetivos para alcançar metas e elencar prioridades-um dos pontos mais importantes para o planejamento financeiro (SPC BRASIL, 2016).

No entendimento de Gomes (2018) todo e qualquer indivíduo pode beneficiar do planejamento financeiro, seja os que possuem padrões comportamentais sobre as compras ou os que estão em débitos constantes.

De acordo com Silva *et al.* (2014), a elaboração de um planejamento financeiro é fundamental para a gestão dos recursos pessoais. Um dos fatores que pode contribuir nesse controle financeiro é listar as despesas, identificando o que pode ou não ser eliminado, as despesas que ocorrem em determinados períodos é margem para imprevistos, esse planejamento pode ser por meio de planilhas eletrônicas, caderno, folha de papel, ou *softwares* específicos (EVANGELISTA *et al.*, 2012).

Nesse caso são utilizadas algumas ferramentas que auxiliam o cenário financeiro da família, a exemplo das planilhas de *softwares* (atualmente possui uma variedade de versões na *internet*) ou, mesmo um caderno.

Segundo Krüger (2014) para que o planejamento financeiro tenha sucesso é necessário criar o hábito de anotar os gastos, os ganhos atuais e futuros. Com esse hábito, o indivíduo passa a ter controle do que está sendo gasto a cada mês. O autor adverte ainda que as pequenas despesas fazem toda a diferença. Pois, se não há o controle, o dinheiro deixa de ser investido de forma correta e passa a ser gasto com supérfluos.

Conforme Leal e Nascimento (2008 *apud* BORGES, 2013) o planejamento financeiro pauta-se em três pontos: entender como aproveitar as oportunidades de investimento; buscar identificar o grau de endividamento e determinar a parcela dos lucros aferidos.

Mendes (2015, p.16), recomenda que “é necessário que as pessoas avaliem suas necessidades e desejos e entendam como os efeitos de suas escolhas podem afetar a qualidade de vida no presente e no futuro”.

Mediante o contexto, é possível entender que um planejamento financeiro eficaz, consegue priorizar os gastos e habituar-se do que realmente é necessário ou não, tornando possível o controle dos gastos e das finanças levando o indivíduo a uma qualidade de vida.

2.5 Qualidade de vida

A percepção da qualidade de vida - QV tem despertado grande interesse no campo das ciências por diversos pesquisadores. Itens relacionados a tarefas diárias, falta de dinheiro, endividamento são vistos como uma ameaça e podem acarretar sérios problemas a saúde humana. Perdas causadas pela inadimplência vão além do campo da economia, a pessoa quando se encontra em uma situação de inadimplência fica vulnerável a situações de desequilíbrios psicológicos, entre outros impactos negativos (LEITE; MARONI NETO, 2018).

A qualidade de vida está relacionada a diversas condições, situações, ações, bens e modo de vida das pessoas. Para uma pessoa ter qualidade de vida, é necessário compreender seu cotidiano e o meio o qual está inserida. Um elemento fundamental ligado a qualidade de vida é a situação financeira da pessoa. Estudos apontam que três em cada dez pessoas sentem-se mais felizes quando possuem suas finanças controladas (PICCINI, PINZETTA, 2014).

De acordo com Krüger (2014) a educação financeira se configura em um suporte para auxiliar as famílias que almejam melhor qualidade de vida conseguida a partir do planejamento financeiro por meio de hábitos que o indivíduo crie e se discipline a praticar.

Fleck (2008) reuniu ideias de vários teóricos e sintetizou os modelos de qualidade de vida em dois grandes grupos: modelo de satisfação e modelo funcionalista. O modelo de satisfação é muito subjetivo e relaciona a qualidade de vida - QV aos vários âmbitos da vida do indivíduo, que ele julga importante; enquanto que o funcionalista possui direta relação com o desempenho do seu papel social, nos aspectos em que será avaliado, tais como, a saúde, o trabalho, entre outros.

Segundo Adriano *et al.* (2000) a qualidade de vida de uma população depende de suas condições de existência, do seu acesso a certos bens e serviços econômicos e sociais: fonte de renda, educação básica, alimentação adequada, acesso a bons serviços de saúde, saneamento básico, habitação, transporte de boa qualidade etc. Ainda ressalta que varia de acordo com a cultura da região.

Entretanto, mesmo nos tempos atuais, após tantas discussões dedicadas a temática, nem sempre as definições existentes sobre esta questão foram claras e precisas. O conceito de qualidade de vida passou a ser associado mais ao bem-estar devido ao uso de bens, do que ao consumo em si próprio. Criou-se uma sociedade com hábito em consumo supérfluo, sem

atribuir o devido valor aos princípios básicos como a educação, uma população regida pela lei do salve-se quem puder (BUARQUE, 1993).

França (2002) define qualidade de vida como a percepção do indivíduo sobre sua posição na vida, no contexto da cultura e do sistema de valores nos quais ele vive e em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações. Várias pessoas acham que possuir determinado bem, chega a ser mais importante do que realmente possuí-lo. Nesse cenário, certamente o *status* não vai satisfazer suas necessidades, ou seja, o padrão de vida que elas pretendem mostrar não vai caber no bolso e isso eleva a um grupo de pessoas insatisfeitas.

Prado (2013) esclarece que educar para o dinheiro não é condenar o consumo, mas doutrinar para a poupança. É estimular a organização pessoal para que desejos de consumo não extrapolem limites. É exercitar a disciplina para ter qualidade de consumo por toda a vida, não apenas como recompensa de sacrifícios presentes.

Em uma sociedade atual, ter qualidade de vida envolve sem dúvida, a boa gestão financeira, o que preocupa a todos pelo fato de muitas pessoas viverem sem o devido controle econômico e não terem um planejamento pessoal. Sem dúvida, existe possibilidade para que esse cenário se transforme em um panorama favorável, o que envolve planejamento e educação financeira. A falta de controle e planejamento financeiro leva as pessoas a manifestarem sinais e sintomas somáticos e afetam não somente a qualidade de vida, mas também a própria saúde.

De acordo com Mendes (2015), a maioria dos brasileiros só se dá conta do prejuízo quando o nível de endividamento saiu do controle, quer dizer, quando chegam ao extremo. Nessa situação, é necessário: adquirir novos hábitos, planejar o orçamento financeiro, e definir metas e prazos para alcançá-los para que os indivíduos obtenham bons resultados e certamente uma melhor qualidade de vida.

Validando Luquet e Assef (2007, *apud* MENDES, 2015, p. 19) afirmam que “o remédio [...] não é aumentar a receita, mas essencialmente gerir melhor o que se tem”.

Nesses aspectos, o importante é planejar e controlar as finanças pessoais para que o cidadão possa ter uma qualidade de vida mais saudável e ações públicas mais efetivas contribuam para a consciência financeira dos indivíduos.

3. Metodologia

A revisão bibliográfica para este permite o aprofundamento do assunto a partir de uma análise crítica, meticulosa e ampla das publicações correntes sobre a área do conhecimento. A pesquisa bibliográfica procura explicar e discutir um tema com base em referências teóricas

publicadas em livros, revistas, periódicos e outros. Busca também, conhecer e analisar conteúdos científicos sobre determinado tema (MARTINS, 2001).

Podemos somar a este acervo as consultas a bases de dados, periódicos e artigos indexados com o objetivo de enriquecer a pesquisa. Este tipo de pesquisa tem como finalidade colocar o pesquisador em contato direto com tudo o que foi escrito, dito ou filmado sobre determinado assunto (MARCONI e LAKATOS, 2007).

Logo a metodologia adotada nesse trabalho caracteriza-se como pesquisa bibliográfica e exploratória, por buscar conteúdos que subsidiaram no entendimento e informações sobre o consumismo, o endividamento e a qualidade de vida da sociedade. Reforçando Fonseca (2002) afirma que a pesquisa bibliográfica é aquela realizada a partir do levantamento de referências teóricas já publicadas por meios de livros, artigos científicos e páginas de *web sites*. Já a pesquisa exploratória é aquela que envolve o levantamento bibliográfico, entrevista e outras práticas relacionadas ao tema pesquisado, além de proporcionar maior familiaridade com o problema (GERHARDT; SILVEIRA, 2009).

Como ferramenta, utilizou-se o banco de dados do Google Acadêmico, SciELO, livros, revistas específicas, repositórios, entre outros. A busca por conteúdos ocorreu a partir das palavras chaves (atualidade, consumismo, endividamento), tendo como método de inclusão os que apresentassem veracidade, temas relacionados à temática, que abordassem o planejamento e a educação financeira, o consumismo, o endividamento e a qualidade de vida. Foram excluídos os conteúdos que não eram da língua portuguesa e os que apresentavam datas antigas.

Desta forma segundo os autores acima, a pesquisa bibliográfica não é apenas uma mera repetição do que já foi dito ou escrito sobre determinado assunto, mas sim, proporciona o exame de um tema sob novo enfoque ou abordagem, chegando a conclusões diferenciadas.

Portanto, como descrito no referencial teórico o qual demonstrou compreender a sociedade de consumo e como se dá a sua propensão ao endividamento, ou seja, o quanto o indivíduo é favorável ou desfavorável em relação à dívida e o quanto isso afeta o bem-estar da população, a partir dos temas Consumismo e Endividamento, Educação e Planejamento Financeiro e o reflexo da Qualidade de Vida.

4. Análise e discussão dos resultados

O endividamento pode ser compreendido como um processo complexo. Inúmeros e diferentes fatores contribuem para sua origem e acompanham seu desenvolvimento. Quanto antes houver a consciência acerca desses fatores, mais fácil ocorrerá o desenvolvimento de medidas preventivas e saneadoras com foco na qualidade de vida.

O índice de endividamento “é uma métrica usada para quantificar a parte do seu orçamento pessoal que está comprometida por dívidas”. Usando o índice de endividamento, o indivíduo pode ter uma visão ampla de como suas pendências financeiras vem comprometendo seu orçamento mensal (AGUIARI, 2019, online).

Navarro (2017) considera que o índice de endividamento é um indicador de saúde financeira que mede o quanto uma pessoa física tem em dívida. Para calcular esse índice, recomenda dividir o total das dívidas mensais pela receita líquida do mesmo período. O resultado multiplicado por 100 indicará a porcentagem das dívidas em relação à remuneração que a pessoa ganha, ou seja, índice de endividamento pessoal = Dívidas mensais (passivo) / Receita mensal (ativo) x 100.

Segundo Aguiari (2019), no campo das dívidas pessoais, devem ser somados todos os tipos de compromissos financeiros do mês, e toma como exemplo a dívida do cartão de crédito, empréstimo, financiamento, aluguel, impostos, contas e outros custos previstos. Já no campo das receitas deve ser tomado qualquer recebimento fixo, pensão, benefícios extras e outras formas de recebimento. O autor adverte para os seguintes resultados (Tabela 1):

Tabela 1 - Índice de endividamento pessoal

Índice %	Resultado
30	É uma dívida administrável, mas é muito importante não deixar esse valor crescer e quitar as dívidas.
30 a 35	Primeiro passo para quem tem esse nível de endividamento é levar as dívidas para um patamar administrável.
35 a 40	Essa situação já é de alto risco. Se, neste momento, não houver uma ação reducional da dívida, a pessoa correrá grandes riscos de inadimplência.
Acima de 40	Esse nível é mais que alarmante. Com quase metade da sua renda destinada a dívidas, é praticamente impossível quitar as obrigações financeiras.

Fonte: Adaptado de Aguiari (2019)

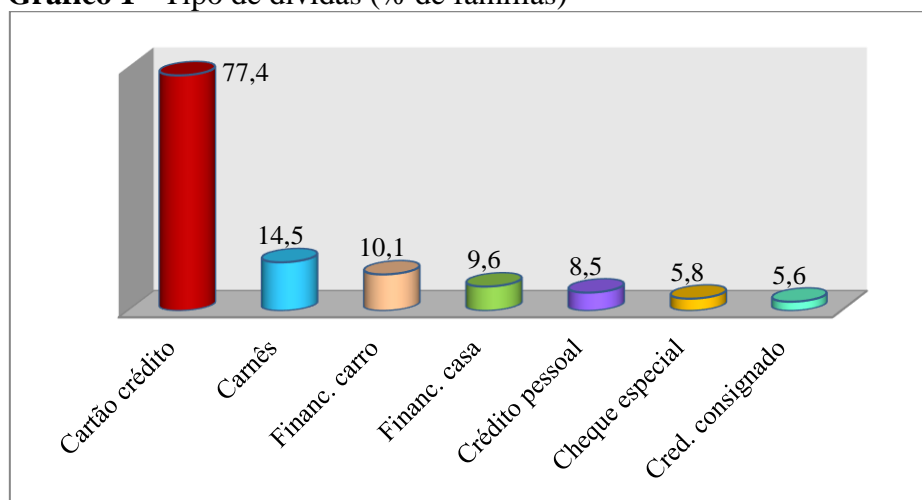
Observa-se que são dívidas até certo ponto controláveis, no entanto, o indivíduo precisa estar alerta, pois quando o mesmo atinge um índice acima de 40% já perdeu o controle de suas finanças e presumivelmente entrará num efeito bola de neve. Independentemente do nível de endividamento, o recomendado é priorizar a quitação das dívidas. Para uma pessoa que tem sua renda comprometida por dívidas, fica quase impossível honrar os compromissos financeiros. O efeito “bola de neve” pode transformar a situação em um verdadeiro caos, portanto, se livrar das dívidas, requer reduzir as dívidas de imediato, caso contrário corre-se o risco de tornar uma pessoa inadimplente (NAVARRO, 2017).

Reafirmando as informações apresentadas no quadro de Aguiari (2019), o autor Maroni Neto (2011), afirma que o endividamento pode ser bom ou ruim. O bom é composto por financiamentos de bens e serviços reais para atendimento de necessidades como: casa própria, eletrodomésticos, cursos profissionalizantes, etc., ou seja, a vida útil do bem deve ser superior ao prazo da dívida e o endividamento deve comprometer no máximo 30% da renda líquida e com pagamentos realizados em dia. Entretanto, dívidas com produtos já consumidos, endividamentos realizados a fim de pagar outras dívidas ou para adquirir produtos com pouca ou sem utilidade, podem ser classificados como endividamento ruim.

De acordo com Gomes (2018, p.15) “o controle é um ponto de equilíbrio desenvolvido como meio de avaliar a eficácia e a eficiência dos resultados obtidos, o mesmo pode indicar necessidade de correções ou revisões”.

De acordo com a Confederação Nacional do Comércio de Bens, Serviços e Turismo - CNC (2018), cada indivíduo tem suas razões para justificar o endividamento, as principais delas encontram-se apresentadas no Gráfico 1, a saber:

Gráfico 1 - Tipo de dívidas (% de famílias)



Fonte: CNC 2018 *apud* Faermann (2019)

De acordo com os dados apresentados, na primeira faixa o cartão de crédito representa 77,4% dos endividados registrados, na segunda faixa, o carnê representa uma fatia de 14,5%, na sequência, o financiamento de carro aparece com 10,1% dos endividados, o financiamento de casa representa 9,6%, seguido pelo crédito pessoal com 8,5%, cheque especial 5,8% e o crédito consignado 5,6%.

De acordo com Moraes e Hatano (2019, p.2) o cartão de crédito “tem a possibilidade de facilitar um gasto, quando a pessoa não dispõe de recursos para que o pagamento seja realizado

à vista, sem que o usuário possa planejar a relação do gasto e de sua renda, muitas vezes, ainda não realizada, apenas projetada”.

Corroborando, Oliveira, Ikeda e Santos (2004) dizem que a facilidade de crédito tem gerado mudanças no comportamento do consumidor ao longo dos anos. O cenário não foi diferente no início do ano de 2019.

Dados da CNC de 2019 apontam que em fevereiro deste mesmo ano, o índice de inadimplência chegou a 19,8%, esse percentual mostra que 774,4 mil famílias não conseguem pagar as dívidas no final do vencimento. Já o índice de endividamento nesse mesmo período chegou a 53,3% o que corresponde a 2,1 milhões de famílias. Esse índice nos dias de hoje atingiu 65% (CNC, 2019).

Com esses dados, conclui-se que o endividamento está crescendo à nível mais alto que a inadimplência, ou seja, existe maior busca de crédito para quitar dívidas e aumentar o consumo, devido a fatores externos do cenário econômico e da desburocratização do empréstimo (GARCIA, 2019).

A Pesquisa de Endividamento e Inadimplência do Consumidor (PEIC) aponta que o percentual de famílias brasileiras com algum tipo de dívida subiu de 59,8% em dezembro de 2018 para 60,1% em janeiro de 2019 (AMORIM, 2019).

O perfil dos consumidores inadimplentes está relacionado com o apresentado: de cada dez consumidores inadimplentes, quatro são do sexo masculino (42,2%) e seis são do sexo feminino (57,8%). A média de idade dessas pessoas é de 36 anos, sendo que 28,9% possuem entre 25 e 34 anos e 23,8% estão na faixa etária de 35 a 44 anos. Seis em cada dez inadimplentes possuem o segundo grau completo ou incompleto (59,4%). Mais de quatro em cada dez inadimplentes estão localizados na região Sudeste (46,0%), seguido pelas regiões Nordeste (24,1%), Centro-Oeste (12,3%), Norte (9,0%) e Sul (8,5%). Considerando as dificuldades para quitar os compromissos que estão em atraso, 36% dos inadimplentes justificam a renda insuficiente enquanto que 27% deles apontam o desemprego (SPC, 2018).

Nesse caso, o endividamento ou superendividamento pode ser atribuído ao desemprego, a má gestão do orçamento e a dificuldade de elaborar um planejamento de longo prazo (HEBERLE *et al.*, 2018).

Em suma, pode-se dizer que o índice de endividamento da população brasileira comprova a carência de domínio e aplicabilidade destes conceitos. Fundamentalmente gerada pela desinformação financeira que influi no crescimento econômico e social coletivo destaca o quanto é importante esse tipo de educação financeira a sociedade.

À luz desta concepção, reafirmando os endividados podem se tornar inadimplentes; endividados trabalham para quitar suas dívidas por terem pouca ou nenhuma habilidade de lidar com o dinheiro, por não se preocuparem em fazer um planejamento financeiro ou por motivos implícitos em razões sociais ou psicológicas.

Portanto desenvolver uma educação financeira é um processo moroso que contempla três bases formativas: conhecimento financeiro, disciplina e conscientização, alicerces que norteiam nosso cotidiano e influenciam todo o ciclo da vida. Essa educação possibilita fazer com que as pessoas reflitam, critiquem e escolha a melhor opção, seja no consumo, no investimento ou em uma situação de endividamento.

Pode-se observar que endividamento não é algo superficial, tendo em vista que muitas pessoas convivem diariamente com o peso de ter dívidas. É algo que vai além do querer. Quando o devedor se acha impossibilitado de cumprir com suas obrigações financeiras, denomina-se essa situação de sobre endividamento, também chamado de falência ou insolvência, que consiste nos casos que o devedor está impossibilitado, de forma duradoura ou estrutural, de pagar uma ou mais dívidas (MARQUES; FRADE, 2003).

Esse estudo abriu oportunidades para que o cidadão se conscientize dos fatores que levam ao endividamento, oportunizou elencar que a aquisição de bens ou materiais de forma compulsiva e desnecessária define a pessoa como consumista, um dos grandes vilões para o descontrole financeiro.

Nesse sentido, os objetivos apresentados no estudo que consistiam em avaliar o impacto que o endividamento tem sobre a qualidade de vida do cidadão brasileiro e demonstrar a importância do equilíbrio financeiro por meio da educação financeira e do planejamento financeiro, foram atingidos ao elucidar que planejar as receitas e as despesas é de fundamental importância no controle dos gastos mensais, para que o cidadão possa obter melhor qualidade de vida diante dos impactos que o endividamento causa.

Nesse cenário, a educação financeira vai de encontro para auxiliar no planejamento dos gastos, principalmente para as famílias que não têm nenhum controle sobre suas finanças como forma de criar hábitos que despertem a adoção de uma poupança para que no futuro possa viabilizar melhor qualidade de vida.

Salientando que existem formas das mais simples a *softwares* sofisticados, que uma das maneiras mais simples para que tenha equilíbrio financeiro é planejar e controlar as finanças devendo anotar em uma planilha, caderno, agenda e/ou aplicativo os gastos mensais, com isso, a pessoa pode também controlar seu orçamento, comparar os gastos com outros meses, priorizar o necessário para reduzir gastos e criar propósitos futuros.

Diante do cenário apresentado, ratifica-se que o consumismo se relaciona diretamente com o endividamento, podendo o primeiro ser causa ou ajudar a agravar o segundo. Cabe aos consumidores conhecer e perceber as estratégias que o mercado usa para assim não ser influenciados por elas. O consumo consciente é o caminho para que o endividamento não chegue a ser um problema. Ademais, consideramos que o objetivo proposto para este trabalho foi alcançado, ao apresentar os apontamentos dos autores Carvalho, Sousa e Fuentes (2017), Brito (2007), Vieira; Moreira Júnior; Potrich, 2019 e Souza (2017) sobre a vulnerabilidade do indivíduo inadimplente em suas relações sociais, profissionais e familiares, ou seja, tais sintomas citados interferir na qualidade de vida. E ao se adotar práticas que levem o indivíduo a compreensão dos conceitos financeiros aplicados no dia a dia a partir da educação e planejamento financeiro em seu cotidiano.

5. Conclusões

A questão da qualidade de vida está relacionada a toda camada da população, independente do segmento, ou seja, empresários, servidores, funcionários da iniciativa privada e aposentados, de acordo com os resultados encontrados no estudo descritos na revisão teórica, o consumo sem consciência leva a um endividamento o qual por falta de educação e planejamentos financeiros interferem na qualidade de vida dos indivíduos.

Nesse sentido, o acesso a informações para controle de gastos é pouco divulgado à população. A educação e o planejamento financeiros que deveriam estar ao alcance de qualquer pessoa não estão e percebe-se que bem poucos têm esse conhecimento.

Paralelamente, o governo, também, poderá incentivar a implementação da educação financeira dentro das escolas para ensinar as crianças o uso consciente do crédito, e as vantagens e desvantagens do endividamento.

Na busca do equilíbrio financeiro Ferreira (2006) sugere não tomar empréstimos bancários; não pagar uma dívida assumindo outro compromisso financeiro; evitar despesas desnecessárias e contraídas por impulso; não efetuar compras na modalidade de cartão de crédito e buscar amortizar a fatura integral; não usar ou evitar ao máximo o uso do cheque especial. O essencial é criar formas de capacidade de pagamento.

Outras sugestões para evitar o desequilíbrio financeiro (diariamente, mensalmente e anual) são recomendadas por Santos (2014) sendo diariamente: reunir e anotar todos os comprovantes de gastos e efetuar o somatório e o controle dos desembolsos; mensalmente: verificar se os gastos e rendimentos enquadraram-se nos valores previstos e anualmente: elaborar o orçamento para o próximo ano, incluindo as despesas e rendas fixas que irão ocorrer.

Observou-se que o planejamento é uma estratégia que pode ser realizada a curto, médio e longo prazo, dependendo dos imprevistos que podem ocorrer na vida diária de cada cidadão nesse ambiente mutável que se vive.

Em resposta à pergunta que norteou o presente estudo sobre qual o impacto causado pelo endividamento pessoal na qualidade de vida? Pode-se dizer que são vários os impactos sobre a qualidade de vida da pessoa endividada a exemplo do excesso de dívidas que acaba levando o consumidor à situação de inadimplência, podendo tornar crônico a partir do momento que compromete toda a renda do devedor, ao ponto de não conseguir fazer uso do seu próprio salário. Além de que a pessoa endividada vive numa situação permanente de sufoco, rodeada por credores, acarretando diversos sintomas emocionais como nervosismo, irritabilidade, impaciência, medo, apreensão e estresse emocional. Portanto, são impactos que podem interferir na qualidade de vida das pessoas, uma vez que pesquisas realizadas pela PEIC apontam que 60,1% das famílias brasileiras possuem algum tipo de dívida, logo a proposta é que as despesas nunca ultrapassem as receitas (AMORIM, 2019).

Para trabalhos futuros, sugere-se que seja realizada uma entrevista com a população de modo geral do município (amostragem) para conhecer os dados do meio que vivemos e apurar a situação do índice de endividamento e a relação dessa amostragem com a qualidade de vida a qual está inserida. Afinal o assunto é complexo e relevante não só para o meio acadêmico como para a sociedade em geral.

Referências

ACEPREV - Acesa Previdência Privada (2019). **Como fazer um bom planejamento financeiro pessoal?** Disponível em:

<http://www.aceprev.com.br/index.asp?m=1&g=8&s=86&id=1002>. Acesso em: 4 out. 2019.

ADRIANO, J.R.; WERNECK, G. A. F.; SANTOS, M. A.; SOUZA, R. C. (2000). **A construção de cidades saudáveis: uma estratégia viável para a melhoria da qualidade de vida?** Revista Ciência e Saúde Coletiva, v.5, n.1, pp. 53-62. Rio de Janeiro-RJ.

AGUIARI, E. (2019). **Qual é o seu índice de endividamento pessoal?** Poder para vencer. Online. Disponível em: <http://opoderparavencer.com.br/qual-e-o-seu-indice-de-endividamento-pessoal/>. Acesso em: 28 ago. 2019.

AMORIM, D. F. B. (2016). **A importância da educação e do planejamento financeiro.** Online. Disponível em:

<http://www.administradores.com.br/artigos/economia-e-financas/a-importancia-da-educacao-e-doplanejamento-financeiro/98077>. Acesso em: 28 jun. 2019.

AMORIM, D. (2019). **Brasileiros começam o ano mais endividados e inadimplentes que dezembro de 2018**. Estadão SP. Economia & Negócios. Online. Disponível em: <https://economia.estadao.com.br/noticias/geral,brasileiros-comecam-o-ano-mais-endividados-e-inadimplentes-que-em-dezembro-de-2018,70002708543>. Acesso em 28 ago. 2019.

BACEN/ BCB - Banco Central do Brasil (2017). **Educação Financeira**. On line. Brasília-DF. Disponível em: <https://www.bcb.gov.br/acessoinformacao/legado?url=https:%2F%2Fwww.bcb.gov.br%2Fpre%2Fbcuniversidade%2FintroducaoPEF.asp>. Acesso em: 30 set. 2019.

_____ (2013). **Caderno de Educação Financeira: Gestão de Finanças Pessoais**. Online. Brasília-DF. Disponível em: https://www.bcb.gov.br/pre/pef/port/caderno_cidadania_financeira.pdf. Acesso em: 27 jul. 2018.

BORGES, P. R. S. (2013). **A influência da educação financeira pessoal nas decisões econômicas dos indivíduos**. In. VIII EPCT Encontro de Produção Científica Tecnológica. Universidade Estadual do Paraná. pp.1-15. Campo Mourão-PR. Disponível em: http://www.fecilcam.br/nupem/anais_viii_epct/PDF/TRABALHOS-COMPLETO/Anais-CSA/ECONOMICAS/04-Pborgestrabalhocompleto.pdf. Acesso em: 28 set.2018

BRASIL. Ministério da Educação (2018). **Base Nacional Comum Curricular: Educação é a base**. Brasília: Ministério da Educação. Disponível em: <http://basenacionalcomum.mec.gov.br/abase/>. Acesso em: 20 ago. 2019.

BRITO, M. J. (2007). **Livre-se das Dívidas: aprenda como negociar pagar e evitar**. São Paulo: Departamento Editorial DPL. p.141.

BUARQUE, C. (1993). **Qualidade de vida: a modernização da utopia**. Lua Nova [online]: Revista de cultura de política, n. 31. pp.157-166. Disponível em: <https://books.google.com.br>. Acesso em: 4 out. 2019.

CAMPOS, A. B. (2013). **Investigando como a educação financeira crítica pode contribuir para tomada de decisões de consumo de jovens-indivíduos- consumidores (JIC'S)**. 177f. Dissertação (Mestrado) em Educação Matemática da Universidade Federal de Juiz de Fora, Juiz de Fora, MG.

CARVALHO, H. A.; SOUSA, F. G. P.; FUENTES, V. L. P. (2017). Representação Social do Endividamento Individual. **Revista Pensamento Contemporâneo em Administração**, v. 11, n. 1, pp. 100-115, Niterói-RJ. Disponível em: <http://periodicos.uff.br/pca/article/download/11293/pdf>. Acesso em: 30 set. 2019.

CERBASI, G. (2003). **Dinheiro: os segredos de quem têm**. São Paulo. Editora Gente. p.189.

EVANGELISTA, A. A.; *et al.* (2012). Pfpf: Planejamento Financeiro para Pessoa Física. **SEGeT- Simpósio de Excelência em Gestão e Tecnologia. Gestão, inovação e tecnologia para a sustentabilidade**. pp.1-12. Rio de Janeiro. Disponível em: <https://www.aedb.br/seget/arquivos/artigos12/12716112.pdf>. Acesso em: 28 jun. 2019.

FAERMANN, P. (2019). **Mais da metade das famílias brasileiras começam 2019 endividadas.** *Jornal GGN*. Online. Disponível em: <https://jornalggn.com.br/noticia/mais-da-metade-das-familias-brasileiras-comecam-2019-endividadas/>. Acesso em: 5 out. 2019.

FERREIRA, R. (2006). **Como Planejar, Organizar e Controlar seu Dinheiro.** São Paulo: Thomson. IOB. p.160.

FIORENTINI, S. R. B. (2004). Ed. **Inadimplência: Como evitar e resolver.** SEBRAE/ Saiba Mais. pp. 1-10. Disponível em: file:///C:/Users/Usu%C3%A1rio/Desktop/Inadimplencia_Como_Evitar_Resolver.pdf. Acesso em: 21 out. 2019.

FLECK, M. P. A. (2008). Problemas conceituais em qualidade de vida. In: FLECK, M. P. A. et al. **A avaliação de qualidade de vida: guia para profissionais da saúde.** Porto Alegre: Artmed, 2008. Cap1. pp. 19-28. Disponível em: https://www.larpsi.com.br/media/mconnect_uploadfiles/c/a/cap_xd.pdf. Acesso em: 04 out. 2019.

FONSECA, J.J. S. (2002). **Metodologia da pesquisa científica.** Fortaleza: UEC. Apostila. Disponível em: <http://www.ia.ufrj.br/ppgea/conteudo/conteudo-2012-1/ISF/Sandra/apostilaMetodologia.pdf>. Acesso em: 04 out.2019.

FRANÇA, A. C. L. (1996). **Indicadores empresariais de qualidade de vida nas organizações: esforço empresarial e satisfação dos empregados no ambiente de manufaturas com certificação ISO 9000,** 335 f. Tese de doutorado em Administração da Faculdade de Economia Administração e Contabilidade. São Paulo-SP:FEA/USP.

GARCIA, G. F. (2019). **O brasileiro anda nada bem: Um Panorama do endividamento em 2019.** *CONSIGNET*. Online. Disponível em: <https://www.consignet.com.br/panorama-do-endividamento-em-2019>. Acesso em: 01 out. 2019.

GERHARDT, T. E.; SILVEIRA, D. T. (2009). **Métodos de pesquisa: Planejamento e Gestão para o Desenvolvimento Rural.** SEAD/UFRGS. Editora da UFRGS. Porto Alegre-RS: pp.120.

GOMES, K. L. (2018). **Planejamento financeiro: levantamento de ferramentas para administradores atuantes em assessoria pessoal financeira.** 57f. Monografia do curso de Administração da Faculdade de Educação e Meio Ambiente.

HANSON, M. (2019). **Brasileiros começam 2019 mais endividados e inadimplentes, diz CNC.** *Revista Exame. Economia.* Online. Disponível em: <https://exame.abril.com.br/economia/brasileiros-comecam-2019-mais-endividados-e-inadimplentes-diz-cnc/>. Acesso em: 4 out. 2019.

HEBERLE, J.; et al. (2018). **Planejamento financeiro pessoal dos alunos de uma instituição de ensino superior do Amazonas.** *Revista CONBRAD.* v. 3, n. 2, pp. 22-40. Disponível em: <https://www.aedb.br/seget/arquivos/artigos12/12716112.pdf>. Acesso em: 28 jun. 2019.

JACINTO JUNIOR, L.; SILVA, S. S.; MOREIRA, T. V. (2011). **Os efeitos do empréstimo consignado para o servidor público municipal de Maringá**. Faculdade Cidade Verde (FCV). Maringá-PR. pp.1-19. Disponível em: Disponível em: <http://fcv.edu.br/admin/assets/repositorio_arquivo/37153cc089a7c8c40763_39aeb74dbd48.pdf>. Acesso em: 18 set. 2019.

KRÜGER, F. (2014). **Avaliação da educação financeira no orçamento familiar**, 100 f. Trabalho de Conclusão de Curso Tecnólogo em Processos Gerenciais da Faculdade de Tecnologia Pedro Rogério Garcia (FATTEP). Concordia-SC. Disponível em: <http://www.educacaofinanceira.com.br/tcc/fernandakruger.pdf>. Acesso em: 01 out. 2019.

LEITE, A.; MARONI NETO, R. (2018). **O impacto do endividamento na qualidade de vida profissional. Um estudo exploratório com servidores da prefeitura municipal de Caraguatatuba-SP**. Anais Congresso Internacional de Administração. pp.1-13. Disponível em: https://admpg.com.br/2019/anais/2018/arquivos/06012018_100636_5b114d107491c.pdf. Acesso em: 01 out 2019.

LEITE, A.P. R.; SANTOS, T. C. (2007). **Consumo consciente e as empresas: uma análise na visão dos consumidores Natalenses**. UFRN. pp. 1-15. Disponível em: https://www.aedb.br/seget/arquivos/artigos07/1169_Artigo%20consumo%20consciente%20SEGET%202007.pdf. Acesso em: 01 out 2019.

MARCONI, M.A.; LAKATOS, E.M. **Técnicas de pesquisa: planejamento e execução de pesquisas, amostragens e técnicas de pesquisas, elaboração, análise e interpretação de dados**. 6ª edição, São Paulo-SP: Atlas, 2007. p.328.

MARONI NETO, R. (2011). **Manual de Gestão de Finanças Pessoais**. São Paulo-SP: Iglu, 2011. p.132

MARCHANT, L. M. BRONZATTI, B. F. (2016). **O perfil do superendividado: o consumismo como expoente do crédito negativo**. In. XXIV Seminário de Iniciação Científica. Salão do conhecimento. UNIJUI. Online. Disponível em: <https://emporiododireito.com.br/leitura/o-perfil-do-superendividado-o-consumismo-como-expoente-do-credito-negativo-por-laura-mallmann-march-e-bruna-fernanda-bronzatti>. Acesso em: 01 out. 2019.

MARQUES, M. L. M.; FRADE, C. (2003). **Regular o sobre endividamento** (Relatório de Pesquisa). Coimbra, Portugal. Centro de Estudos Sociais. Faculdade de Economia, Universidade de Coimbra. Disponível em: <<http://www.dgpj.mj.pt/sections/informacao-e-eventos/anexos/sections/informacao-eeventos/anexos/prof-doutora-Maria/downloadFile/file/MMLM.pdf?nocache=1210675423.37>>. Acesso em: 05 jun. 2019.

MARQUES, Wagner Luiz (2013). **Ciências empresariais: o caminho para vencer**. 2 ed. Disponível em: <https://books.google.com.br/>. Acesso em: 4 out. 2019. p.338.

MARTINS, G.A. & PINTO, R.L. **Manual para elaboração de trabalhos acadêmicos**. São Paulo-SP: Atlas, 2001. p.92.

MENDES, J. S. (2015). **Educação financeira para uma melhor qualidade de vida**, 39f. Trabalho de conclusão do curso de Pós-Graduação em Matemática Financeira aos Negócios da Universidade do Sul de Santa Catarina.

MORAES, G. A.; HATANO, N. C. L. (2019). **Endividamento das famílias brasileiras**. *Revista de Gestão e Estratégia-RGE*. v.1, n. 1. Faculdade de Tecnologia de Assis- FATEC. pp.1-9. Assis-SP. Disponível em: <http://www.fatecassis.edu.br/wp-content/uploads/2019/05/ENDIVIDAMENTO-DAS-FAM%C3%8DLIAS-BRASILEIRAS.pdf>. Acesso em: 28 set. 2019.

NAVARRO, C. (2017). **Qual o seu Índice de Endividamento Pessoal? Educação Financeira**. Dinheirama. Online. Disponível em: <https://dinheirama.com/qual-o-seu-indice-de-endividamento-pessoal/>. Acesso em: 28 set. 2019.

OCDE.-Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Econômico (2005). **Recomendação sobre os princípios e as boas práticas de educação e conscientização financeira**. pp.1-8. Disponível em: [https://www.oecd.org/daf/fin/financial-education/\[PT\]%20Recomenda%C3%A7%C3%A3o%20Princ%C3%ADpios%20de%20Educa%C3%A7%C3%A3o%20Financeira%202005%20.pdf](https://www.oecd.org/daf/fin/financial-education/[PT]%20Recomenda%C3%A7%C3%A3o%20Princ%C3%ADpios%20de%20Educa%C3%A7%C3%A3o%20Financeira%202005%20.pdf). Acesso em: 28 set. 2019.

OLIVEIRA, T. M. V.; IKEDA, Ana Akemi.; SANTOS, R. C. (2004). **Compra compulsiva e a influência do cartão de crédito**. *Revista de Administração de Empresas*. v. 44, n. 3. pp.89-99. São Paulo-SP.

PAIXÃO, M. V. (2012). **A influência do consumidor nas decisões de marketing**. [livro eletrônico, @MB; PDF]. Ibipex - Série Marketing Ponto a Ponto. pp.24-31. Curitiba -PR. Disponível em: <https://anyflip.com/cmyx/aksz/basic>. Acesso em 04 out. 2019.

PICCINI, R. A. B.; PINZETTA, G. (2014). **Planejamento financeiro pessoal e familiar**. *Unoesc & Ciência – ACSA*. v. 5, n. 1, pp. 95-102. Joaçaba-SC. Disponível em: https://portalperiodicos.unoesc.edu.br/acsa/article/download/4555/pdf_23/. Acesso em: 20 set. 2019.

PRADO, R. S. (2013). **Educação Financeira no ensino fundamental I**.49f. Monografia (Licenciatura em Pedagogia). Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Faculdade de Formação de Professores. Rio de Janeiro-RJ. Disponível em: <http://www.ffp.uerj.br/arquivos/dedu/monografias/rsp.pdf>. Acesso em: 4 out. 2019.

RETONDAR, A. M. (2007). **Sociedade de consumo, modernidade e globalização**. Annablume. Universidade Federal de Campina Grande-EDUFGG Campina Grande-PB. p.120.

RIBEIRO, J.F. B. M. (2014). **Os benefícios do planejamento das finanças pessoais na qualidade de vida do indivíduo**. 22 f. Programa de pós-graduação em Administração Curso de Finanças da Escola de Administração UFRGS. Porto Alegre-RS.

SANTOS, J. O. (2014). **Finanças pessoais para todas as idades: um guia prático**. São Paulo: Atlas. p.296.

SECCHI, K.; VIEIRA, F. F.; RAMOS, L. B. (2017). **O consumismo e a mídia: uma perspectiva psicológica**. *Revista do Departamento de Ciências Humanas da Universidade de Santa Cruz do Sul. Revista Barbarói*. Santa Cruz do Sul-RS. n.49. pp. 301-324. Disponível em: <https://online.unisc.br/seer/index.php/barbaroi/article/download/4029/6916>. Acesso em: 04 out. 2019.

SILVA, A. J.; PAIXÃO, R. B.; MOTA, F. L. (2014). **Planejamento Financeiro Pessoal. Uma Abordagem sobre as contribuições da Administração Financeira na Gestão dos Recursos Pessoais.** In. XXI Congresso Brasileiro de Custos – Natal, RN. V1. 17 a 19 de novembro de 2014. Disponível em: <https://anaiscbc.emnuvens.com.br/anais/article/view/3644/3645> . Acesso em:04 out.2019.

SILVA, C. L. (2018). **Educação financeira e o comportamento do consumidor um estudo com jovens de Ituiutaba/MG.** 28f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Administração) – Universidade Federal de Uberlândia. Ituiutaba-MG. Disponível em: <https://repositorio.ufu.br/bitstream/123456789/23578/3/EducacaoFinanceiraComportamento.pdf>. Acesso em: 30 set. 2019.

SILVA, M. (2016). **Gestão das finanças pessoais: uma análise sobre a percepção dos discentes do curso de administração da UEPB campus I em Campina Grande – PB.** Disponível em: <http://dspace.bc.uepb.edu.br/jspui/handle/123456789/1293>. Acesso em: 04 out. 2019. p. 31.

SOUZA, F. T. G. (2017), **Os efeitos do estresse financeiro no ambiente de trabalho brasileiro.** 2017, 55 f. Dissertação (Mestrado) em Economia e finanças da Fundação Getúlio Vargas. São Paulo-SP. Disponível em: <https://bibliotecadigital.fgv.br/dspace/handle/10438/18466>. Acesso em: 04 out. 2019.

SOUZA, F. T. G.; EID JÚNIOR, W.; ROCHMAN, R. R. (2017). **Os Efeitos do Estresse Financeiro no Ambiente de Trabalho Brasileiro.** 1. ed. Quartier Latin do Brasil. São Paulo-SP. p.71

SPC - Serviço de Proteção ao Crédito BRASIL (2016). **Impacto na crise econômica na gestão das finanças pessoais do brasileiro.** Disponível em: https://www.spcbrasil.org.br/uploads/st_imprensa/analise_educacao_financeira_impacto_da_crise.pdf. Acesso em: 22 jun. 2019.

_____ (2018). **Inadimplentes brasileiros: perfil e comportamento frente às dívidas.** Disponível em: https://www.spcbrasil.org.br/wpimpressa/wp-content/uploads/2018/08/analise_perfil_inadimplente_2018.pdf. Acesso em: 4 out. 2019.

STEHLING, P.; ARAÚJO, M. (2008). **Alfabetização Financeira: Quanto mais cedo as crianças aprendem a lidar com dinheiro, mais cedo terão independência econômica.** Revista da Escola Adventista. pp.1-5. São Paulo-SP.

TOLOTTI, M. (2007). **As armadilhas do consumo: acabe com o endividamento.** Rio de Janeiro: Elsevier, 4ª. Reimp. p.120

TRINDADE, L. L.; RIGHI, M. B.; VIEIRA, K. M. (2012). **De onde vem o endividamento feminino? Construção e validação de um modelo PLS-PM.** READ - Revista Eletrônica de Administração. v. 73, n. 3. pp.718-746. Porto Alegre-RS.

VIEIRA K. M.; MOREIRA JUNIOR, F. J. POTRICH, A.C. G. (2019). **Indicador de educação financeira: proposição de um instrumento a partir da teoria da resposta ao item:**

Alfabetização Financeira: integrando conhecimento, atitude e comportamento financeiros. Revista Educação & Sociedade. v.40. pp.1-33. Campinas-SP.

VIEIRA, E. G. F.; KILIMNIK, Z. M.; SANTOS NETO, S. P. (2019). **Qualidade de Vida e Endividamento: estilos de vida associados ao descontrole financeiro e consequências na vida pessoal e profissional.** Revista REUNA. v. 21, n. 2. pp.23-62. Belo Horizonte-MG.