

» LETÍCIA MOUHAMAD
» MANUELA SÁ*

Para muitos, o fim de ano vem acompanhado da sensação de fechamento de ciclos, conclusões e esperança. As dívidas, porém, não entram nessa lista nem acabam em 31 de dezembro. Ao contrário, além de normalmente aumentarem, devido às festividades, juntam-se às despesas de janeiro os reajustes de serviços, o pagamento de impostos, a renovação de matrículas e a compra de materiais escolares. Por isso, segundo especialistas, este período pede um cuidado maior na hora das compras.

Dados obtidos pelo **Correio** mostram que, no Distrito Federal, há cerca de 822 mil endividados. Em novembro, a quantidade de pessoas com dívidas na capital superou o montante registrado no mesmo período de 2024, passando de 68,9% para 76,7%, conforme a Pesquisa de Endividamento e Inadimplência do Consumidor (PEIC), feita pela Confederação Nacional do Comércio de Bens, Serviços e Turismo (CNC). Em relação aos inadimplentes — quem tem dívidas e não consegue pagar no prazo —, o número saltou de 32,8%, em novembro do ano passado, para 41,7% neste mês.

Para Daniel Sousa, 24 anos, organizar o pagamento das dívidas é um desafio. Um de seus arrependimentos financeiros é ter contratado o Crédito do Trabalhador (empréstimo consignado privado), que paga há três anos. O garçom paga, ainda, as prestações do carro que comprou e está no nome de um amigo. “Para o próximo ano, pretendo economizar o bastante para conseguir quitar o carro. Ficaria aliviado com essa despesa a menos”, desabafou.

A economista Mônica Beraldo ressalta que as compras por impulso no fim de ano são típicas dos endividados. “As pessoas acabam cedendo ao apelo dos familiares na hora de escolher presentes e optam por comidas mais caras para a ceia de Natal, por compreenderem que é um momento especial e de união, diferentemente do restante do ano”, explicou.

O aumento do endividamento pode ser justificado, segundo a economista, pela atualização nos salários de algumas carreiras no DF, como a dos servidores públicos da área administrativa, aumentando o poder de compra. Eloy Corazza, economista e conselheiro do Conselho Regional de Economia do DF (CRE/DF), aponta o aumento do preço dos produtos e das taxas de juros dos próprios financiamentos.

Nesse contexto, o exagero nos gastos, aliado à falta de planejamento, é a receita para o acúmulo de dívidas. “Por isso, anotar todas as despesas é fundamental para não perder o controle”, completou Mônica. Dados da PEIC evidenciam que a maioria dos que se consideram muito endividados ganham até 10 salários mínimos (23,3%). Em contrapartida, os que afirmaram não ter dívidas com cartões de créditos, empréstimos ou prestações ganham, predominantemente, mais de 10 salários mínimos.

Um dos maiores riscos para o endividamento crônico é a ilusão de que a prestação cabe no bolso, sem considerar os juros embutidos a longo prazo. Maressa Campos, especialista em investimentos, enfatiza que “o maior erro é olhar apenas o valor de parcela e ignorar o custo total da dívida, que pode aumentar significativamente”. Para evitar esse cenário em 2026, ela deixa um conselho prático: “Antecipar o planejamento para janeiro, listando as despesas do início do ano e definindo como elas serão pagas; planejar reduzir o uso de crédito vai trazer previsibilidade ao orçamento”.

A moradora de Samambaia Thaís Cavalcante, 36, tem dificuldades para equilibrar os gastos com o salário que recebe trabalhando nos serviços gerais de uma empresa privada. A situação, segundo ela, piorou após contratar um cheque especial. “Minha maior dificuldade é realmente a falta de dinheiro, sempre insuficiente para quitar todas as despesas”, relatou.

Vilão ou aliado?

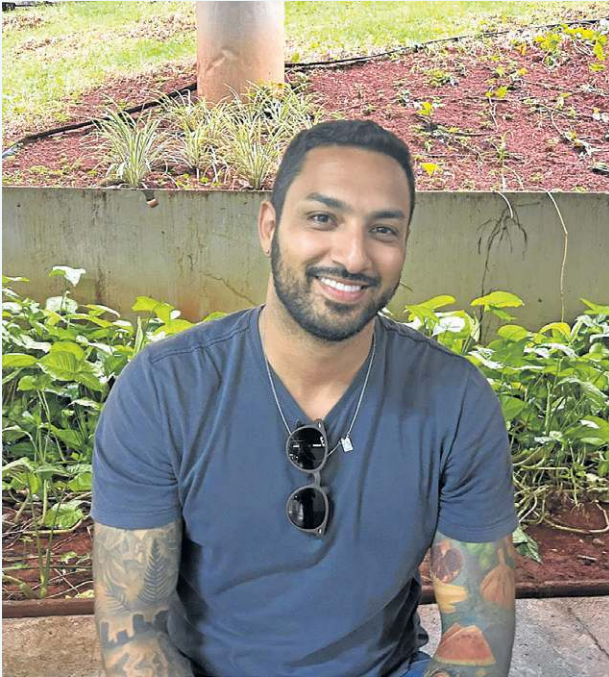
Segundo a pesquisa da CNC, 80,1% das dívidas dos brasileiros, em novembro, eram com o cartão de crédito, seguidas de crédito pessoal, financiamento de carro e financiamento de casa. Nesse contexto, o comportamento do consumidor é o fator determinante para definir se o cartão de crédito será uma ferramenta útil ou uma fonte de problemas.

Segundo Maressa Campos, a falta de controle sobre as próprias emoções leva a erros, como considerar o limite como renda extra ou focar apenas no valor da parcela. “O cartão de crédito é vilão para aqueles que ainda não desenvolveram

CONSUMO

Em novembro, o número de endividados no DF superou o do mesmo período de 2024. Especialistas alertam para os riscos das compras por impulso neste fim de ano e ensinam como se planejar financeiramente

Ano novo, velhas dívidas



“O mais complicado é ter consciência e controlar tudo o que gasta e tudo o que ganha”, ensina João Paulo Penha



“Minha maior dificuldade é a falta de dinheiro, sempre insuficiente para quitar as despesas”, diz Thaís Cavalcante



“Para sair do endividamento, zerei todos os cartões. Só uso o débito ou o PIX”, assinala Neureny Rodrigues



“Para o próximo ano, pretendo economizar o bastante para conseguir quitar o carro”, planeja Daniel Sousa

Números

NÍVEL DE ENDIVIDAMENTO EM NOVEMBRO/2025

76,7% dos brasileiros estavam endividados

Grau de endividamento

Muito endividados:	18,7%
Mais ou menos endividados:	28,7%
Pouco endividados:	29,3%
Por faixa de renda	

Até 10 salários mínimos:

endividados:	82,1%
muito endividados:	23,3%

Mais de 10 salários mínimos

Endividados:	64,9%
Muito endividados:	8,8%

EVOLUÇÃO DO ENDIVIDAMENTO

Nov/2024:	68,9%
Nov/2025:	76,7%

Em números absolutos

Nov/2024:	731.067 famílias
Nov/2025:	822.008 famílias

INADIMPLÊNCIA

Evolução	
Nov/2024:	39,8%
Nov/2025:	41,7%

Fonte: Pesquisa de endividamento e inadimplência do consumidor (PEIC)/Confederação Nacional do Comércio de Bens, Serviços e Turismo (CNC)

Cinco dicas para não cair no aperto

- **Adapte a regra 50-30-20:** ajuste os percentuais à sua realidade, priorizando cobrir o essencial e guardando qualquer quantia possível para quitar pendências.
- **Use rendas extras estrategicamente:** priorize o 13º salário para eliminar dívidas com juros altos antes de gastar

com compras de Natal ou despesas de início de ano.

- **Não trate o cartão como renda extra:** evite compras por impulso e só parcele se tiver o recurso garantido ou investido para quitar a fatura sem pagar juros.
- **Analise o custo total da dívida:** não

olhe apenas se a parcela cabe no bolso; verifique os juros totais para evitar pagar muito mais do que o valor original.

- **Anteipe gastos previsíveis:** programe-se antes para contas como IPVA e IPTU, evitando recorrer a empréstimos ou ao rotativo logo no início do ano.

Editor: José Carlos Vieira (Cidades)
josecarlos.df@dabr.com.br
Tels. : 3214-1119/3214-1113
Atendimento ao leitor: 3342-1000
cidades.df@dabr.com.br

inteligência emocional para lidar com o dinheiro. Fazer uma compra por impulso, sem planejamento e sem considerar outros gastos já previstos, pode acabar virando a famosa “bola de neve”, alertou.

Apesar dos riscos envolvendo os juros do rotativo (taxas altíssimas cobradas no cartão de crédito quando o valor total da fatura não é pago), a especialista em investimentos destacou que é possível transformar o método de pagamento em um aliado estratégico. A chave está em aproveitar os benefícios sem incorrer em custos adicionais. “Se utilizado de forma inteligente, parcelar uma compra sem pagar juros, deixando o valor investido e rentabilizando, é uma maneira de usar o cartão de crédito a seu favor”, explicou Maressa, lembrando das vantagens acumuladas, como pontos e milhas aéreas.

A chefe de cozinha e moradora da Cidade Ocidental Neureny Rodrigues Barbosa, 42, disse que sofreu com o endividamento neste ano, mas conseguiu se reorganizar. “Quando se tem muitos cartões de crédito, a tendência é só gastar. Para sair do endividamento, eu zerei todos os cartões. Para tudo que preciso comprar, utilizo o débito ou o PIX”, comentou. Além dos próprios gastos, Neureny revelou ter usado o cartão de crédito para pagar despesas de amigas, por medo de negar, complicando ainda mais a situação. “Hoje, só compro se eu tiver dinheiro na hora”, garantiu.

O “santo” 13º

Com a chegada do 13º, a recomendação das especialistas é resistir ao impulso do consumo imediato e focar nas obrigações que se acumulam em janeiro. Despesas como matrícula escolar, Imposto sobre a Propriedade de Veículos Automotores (IPVA) e Imposto sobre a Propriedade Predial e Territorial Urbana (IPTU) são previsíveis e devem ter prioridade sobre as compras de Natal. “O 13º deve ser usado de forma estratégica, primeiro para reduzir dívidas que possuem juros altos e para cobrir as despesas previsíveis do início do ano”, afirmou Maressa Campos.

“O 13º pode servir para negociar aquela dívida com juros muito altos ou até quitá-la, por meio da amortização”, recomendou o economista Eloy Corazza. Amortização é o processo de redução gradual de uma dívida (como financiamentos e empréstimos), ou do custo de um ativo ao longo do tempo, mediante pagamentos periódicos que abatem o valor principal. “Poucas pessoas são informadas sobre essa possibilidade que, muitas vezes, pode tirar uma despesa enorme das costas”, acrescentou Corazza.

Para o presidente do Sistema Fecomércio-DF, José Aparecido Freire, a prioridade das famílias com o salário extra deve ser reorganizar o orçamento, renegociar dívidas e reduzir compromissos de maior custo. “Sempre destaco a importância da educação financeira, do controle rigoroso das despesas e do cuidado com as promessas de dinheiro fácil, como apostas e bets, por exemplo. Essas dicas são importantes para que os consumidores possam sair da inadimplência e retomar o acesso saudável ao crédito”, enfatizou.

Entre os endividados que responderam à pesquisa da CNC, apenas 17,3% afirmaram acreditar que terão totais condições de pagar as dívidas atrasadas; 18,3% afirmaram que não conseguirão quitar as despesas. E, para a maioria (40% dos participantes da PEIC), o tempo de comprometimento com as dívidas pode passar de um ano.

O morador de Taguatinga João Paulo Penha, 36, também se endividou devido ao uso desmedido do cartão de crédito. Como passou um período desempregado, teve dificuldades para pagar suas despesas, inclusive, as contas de água e de luz. Hoje, bem financeiramente, trabalha como servidor público e ensina que o caminho para sair do sufoco é ter equilíbrio financeiro. “Sair do endividamento não é a parte mais difícil. O mais complicado é ter consciência e colocar no lápis tudo o que gasta e tudo o que ganha”, ressaltou.

Para organizar o orçamento, muitos especialistas citam a regra “50-30-20” — dividir a renda em 50% para gastos essenciais, 30% para despesas pessoais e 20% para dívidas ou reserva —, mas sua aplicação exige cautela no cenário nacional. Segundo Maressa, o modelo serve como um norte, e não uma imposição. “Funciona como referência, mas não como uma regra fixa no Brasil, onde o custo do básico costuma ser maior. O ideal é adaptar percentuais, mantendo a lógica de priorizar o que é essencial e reservar, ainda que pouco, para se organizar financeiramente”, detalhou.

***Estagiária sob a supervisão de Eduardo Pinho**