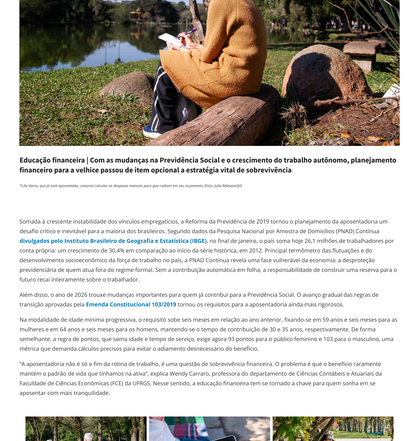
O desafio de financiar o próprio futuro: como planejar a aposentadoria?

Cristiane Mightanaro / 10 de setembro de 2020 / Reportagens



Educação financeira | Com as mudanças na Previdência Social e o crescimento do trabalho autônomo, planejamento financeiro para a velhice passou de item opcional a estratégia vital de sobrevivência

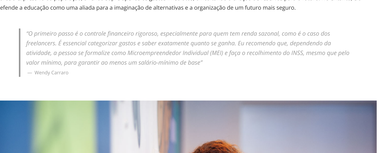
**Ula Vieira, que já está aposentada, costuma calcular as despesas mensais para que cobram em seu orçamento (Foto: Julia Rotevatt)(2)*

Somada à crescente instabilidade dos vínculos empregatícios, a Reforma da Previdência de 2019 tornou o planejamento da aposentadoria um desafio crítico e inevitável para a maioria dos brasileiros. Segundo dados da Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios (PNAD) Contínua **divulgados pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE),** no final de janeiro, o país somava hoje 26,1 milhões de trabalhadores por conta própria: um crescimento de 30,4% em comparação ao início da série histórica, em 2012. Principal termômetro das flutuações e do desenvolvimento socioeconômico da força de trabalho no país, a PNAD Contínua revela uma face vulnerável da economia: a desproteção previdenciária de quem atua fora do regime formal. Sem a contribuição automática em folha, a responsabilidade de construir uma reserva para o futuro recai inteiramente sobre o trabalhador.

Além disso, o ano de 2026 troune mudanças importantes para quem já contribui para a Previdência Social. O avanço gradual das regras de transição aprovadas pela **Emenda Constitucional 103/2019** tornou os requisitos para a aposentadoria ainda mais rigorosos.

Na modalidade de idade mínima progressiva, o requisito sobe seis meses em relação ao ano anterior, fixando-se em 59 anos e seis meses para as mulheres e em 64 anos e seis meses para os homens, mantendo-se o tempo de contribuição de 30 e 35 anos, respectivamente. De forma semelhante, a regra de pontos, que soma idade e tempo de serviço, exige agora 93 pontos para o público feminino e 103 para o masculino, uma métrica que demanda cálculos precisos para evitar o aalamento desnecessário do benefício.

"A aposentadoria não é só o fim da rotina de trabalho, é uma questão de sobrevivência financeira. O problema é que o benefício raramente mantém o padrão de vida que tinhamos na ativa", explica Wendy Carraro, professora do departamento de Ciências Contábeis e Atuariais da Faculdade de Ciências Econômicas (FCE) da UFRGS. Nesse sentido, a educação financeira tem se tornado a chave para quem sonha em se aposentar com mais tranquilidade.



Fotos: Julia Rotevatt(2)

Entendendo os regimes de previdência social

Um planejamento financeiro eficiente passa pela compreensão dos regimes em vigor no país. O sistema divide-se em três pilares de Previdência Social: o Regime Geral (RGPS), o Regime Próprio (RPPS) e a Previdência Complementar. Embora todos visem à proteção social, as regras e benefícios variam significativamente.

Gendo pelo Instituto Nacional do Seguro Social (INSS), o RGPS é o sistema previdenciário em que os trabalhadores contribuem com uma porcentagem do salário, que varia de 7,5% a 14%, a depender da faixa salarial. Os benefícios oferecidos incluem aposentadorias, pensões e auxílios, com destaque para a aposentadoria por tempo de contribuição e por invalidez.

Já o RPPS é voltado aos trabalhadores estatutários (isto é, cujo vínculo de trabalho é regido por estatutos próprios) da União, estados e municípios. Os servidores contribuem com alíquotas que também podem diferir entre os entes federativos, sendo que, em muitos casos, estão entre 11% e 14%. Os benefícios incluem aposentadorias por idade e por tempo de contribuição, além de pensões. Cada ente federativo possui seu próprio sistema, com regras que podem variar.

Para quem busca superar o teto oficial, a Previdência Complementar oferece flexibilidade no valor dos investimentos e, em certos casos, a vantagem de aportes do empregador. Essa camada extra de proteção tem atraído um número crescente de brasileiros em busca de uma velhice mais confortável. No entanto, a adesão exige cautela: é fundamental avaliar fatores como taxas de administração e rentabilidade antes de escolher o plano ideal.

Simule sua aposentadoria

O simulador on-line do INSS ajuda a calcular quanto tempo falta para se aposentar, considerando todas as regras. O serviço é gratuito e não exige ida a uma agência. Para usar, basta acessar o **Meu INSS**, escolher a opção "simular aposentadoria" e conferir o resultado. A simulação é apenas uma referência e não garante o direito ao benefício.

Planejando o futuro

E para quem trabalha sem vínculo empregatício, é possível obter a tão sonhada aposentadoria? A professora Wendy Carraro afirma que sim. "Deve-se inverter a lógica comum: primeiro separa-se o valor do investimento e ajusta-se o padrão de vida com o que sobra", aconselha.

Especialista em educação financeira e coordenadora do Projeto de Extensão "Educação financeira para todos e para toda a vida", Wendy reconhece que o ato de poupar nem sempre se encaixa na rotina de quem trabalha por conta própria ou na informalidade. Isso porque, para uma parcela expressiva da população, a renda supre apenas os gastos imediatos, dificultando a criação de reservas para o futuro. No entanto, ela defende a educação como uma aliada para a imaginação de alternativas e a organização de um futuro mais seguro.

> *"O primeiro passo é o controle financeiro rigoroso, especialmente para quem tem renda sazonal, como é o caso dos freelancers. E essencial categorizar gastos e saber exatamente quanto se ganha. Eu recomendo que, dependendo da atividade, a pessoa se formalize como Microempreendedor Individual (MEI) e faça o recolhimento do INSS, mesmo que pelo valor mínimo, para garantir ao menos um salário-mínimo de base"*
> — Wendy Carraro



Para a coordenadora do Projeto de Extensão "Educação financeira para todos e para toda a vida", Wendy Carraro, uma das dificuldades em planejar aposentadorias seguras é que a renda cordiana costuma supir apenas os gastos imediatos (Foto: Flávio Dutra(2))

Wendy aponta que um equívoco comum é projetar uma redução de gastos na maturidade. "Na realidade, os custos de vida tendem a subir drasticamente devido às despesas com saúde, especialmente após os 59 anos, quando as mensalidades dos planos sofrem reajustes significativos", destaca.

Ela indica que o planejamento para a aposentadoria seja encarado como um ciclo de longo prazo no qual a antecipação é o fator determinante para a segurança financeira. A lógica de construção de reserva envolve aos 20 anos, fase de acumulação intensa, e deve manter o ritmo nas faixas dos 30 e 40 anos, quando as responsabilidades familiares se consolidam, permitindo que, aos 65 anos, a curva de investimentos decline para o usufruto do patrimônio.

> *"Recomendo estudar investimentos para entender o seu perfil. O* ***Tesouro Direto*** *é uma excelente porta de entrada, pois permite investir valores baixos, como R$ 30, e oferece segurança por ser garantido pelo governo. Entender a taxa Selic é fundamental, pois ela influencia o retorno desses investimentos. A diversificação também é importante: uma parte em previdência, outra em Tesouro e, se possível, até em imóveis, embora estes tenham baixa liquidez"*
> — Wendy Carraro

A especialista também alerta que, para servidores públicos e trabalhadores do setor privado com salários acima do teto da Previdência Social, hoje fixado em torno de R$ 8.400, o benefício final raramente se equipara ao último salário da ativa. Assim, o investimento em previdência complementar torna-se indispensável. A lacuna entre a remuneração real e o teto do INSS exige que o profissional busque fundos de previdência ou investimentos externos para manter seu padrão de vida. Em muitos casos, como ocorre em grandes instituições e no serviço público, o uso de fundos de pensão é profissionalizado por contrapartidas patronais, onde a empresa duplica a contribuição do funcionário, acelerando a formação da reserva necessária para o futuro.

Dicas de organização financeira

Para profissionais na informalidade ou autônomos:

- Formalização: considere criar um MEI ou contribuir como autônomo para o INSS para garantir o benefício básico e cobertura previdenciária.
- Controle de sazonalidade: use planilhas ou aplicativos para gerir a renda oscilante e garantir que nos meses bons você guarde para os meses fracos.
- Prioridade no "eu do futuro": trate o investimento como uma despesa obrigatória. Reserve o dinheiro assim que receber, antes de comprar a gastar com o cotidiano.
- Educação financeira: para aprender a organizar o orçamento, busque cursos como o oferecido gratuitamente na **plataforma Lúmina** da UFRGS.

Previdência complementar para servidores e empregados CLT:

- Simulação de perdas: faça o cálculo de quanto será o seu salário na ativa versus a média das suas contribuições. Identifique o "buraco" financeiro que precisará ser preenchido.
- Aproveite benefícios patronais: se a sua empresa ou órgão oferece contrapartida, adira ao plano, pois a rentabilidade é garantida.

Quando buscar assessoria?

Para planejar o futuro há, ainda, a opção de se buscar uma assessoria qualificada. A consultoria previdenciária consiste em uma análise completa da vida contributiva do segurado junto ao INSS. São avaliados vínculos de trabalho, contribuições, períodos especiais, tempo rural, possibilidades de revisão e regras de transição. A partir disso, é elaborado um planejamento previdenciário estratégico, indicando quando se aposentar, qual regra é mais vantajosa e quanto o segurado pode receber.

O advogado previdenciário Ubiratán Dias destaca como vantagens do serviço a identificação da melhor regra de aposentadoria para cada caso, a possibilidade de aumentar o valor do benefício e a correção de falhas no extrato de contribuição do INSS (CNIS) e vínculos. Além disso, contar com ajuda profissional também pode oferecer mais segurança na tomada de decisão, a evitação de prejuízos futuros e uma organização mais eficiente da vida contributiva.

> *"É importante entender que o planejamento previdenciário é fundamental para evitar prejuízos financeiros e decisões precipitadas. A aposentadoria é um dos momentos mais importantes da vida financeira, e um erro pode significar perdas permanentes no valor do benefício"*
> — Ubiratán Dias

O valor do serviço pode variar conforme a complexidade do caso, mas a média de mercado gira em torno de 2 mil reais. A duração pode variar conforme a complexidade analisada e a obtenção de documentos necessários. "Em média, o planejamento é concluído em até dois meses", explica Dias.

Educação financeira: onde buscar?

A professora Wendy Carraro mantém o perfil **@edufinanceirafrgs** no Instagram e é autora do guia **Preparação para Aposentadoria**, disponível gratuitamente. Além disso, oferta para a comunidade em geral um curso sobre o tema na **plataforma Lúmina**.

Já o programa "Educação Financeira em Sintonia", da Rádio da Universidade UFRGS, oferece dicas de finanças pessoais e economia, indo ao ar às segundas e quartas-feiras às 11h, com episódios disponíveis também no **Spotify**.



Veja mais conteúdos da editoria Reportagem

Social Share Buttons and Icons powered by Ultimatelysocial