

Antes de traçar metas, é preciso olhar para o espelho financeiro

Dicas e orientações para você cuidar melhor da sua saúde financeira.



POR FERNANDA BRUM, CFP® E DENISE ESTRELLA, CFP®

Começar um novo ano traz a sensação de que tudo pode ser reorganizado. Porém, antes de estabelecer metas, é fundamental olhar para o “**espelho financeiro**”, ele é um retrato honesto de onde você está hoje. Sem essa visão, qualquer objetivo se torna genérico, distante e difícil de sustentar ao longo dos meses.

Esse espelho não julga. Ele apenas revela. Revela escolhas que funcionaram, aquelas que trouxeram desconforto e os pontos que precisam de atenção. Para muitos associados, especialmente quem vive a transição para a aposentadoria ou enfrenta sobrecarga financeira, esse passo inicial é também emocional: envolve reconhecer medos, inseguranças e padrões que se repetem. E isso é natural.

O primeiro movimento é simples: **entender quanto custa a sua vida atual.** Olhar para seu orçamento, identificar despesas fixas e variáveis e perceber quais gastos passaram despercebidos durante o ano. Só essa etapa já traz mais clareza e reduz a sensação de descontrole, tão comum em momentos de incerteza.

Em seguida, **observe o que deu certo em 2025.** Pequenos avanços — como pagar contas em dia, reduzir uma dívida ou criar um hábito de registro — merecem ser reconhecidos. Eles mostram que você tem repertório para avançar mais.

Depois, **identifique o que precisa mudar.** Não como cobrança, mas como decisão consciente. Talvez seja construir uma reserva, reorganizar dívidas ou simplificar escolhas mensais. Cada passo deve fazer sentido para sua história, seus valores e suas prioridades.

Traçar metas só faz sentido quando nasce desse diagnóstico. É ele que dá direção e evita a frustração de objetivos que não se conectam com sua realidade.

O espelho financeiro não aponta erros. Ele ilumina caminhos. E, ao enxergar o seu, você começa 2026 com mais segurança, mais presença e mais autonomia para cuidar do que realmente importa: sua tranquilidade financeira.