

JOSÉ NUNO SACADURA
SÉRGIO PAULO CANDEIAS

Poupar, Investir e Gastar

**Multiplicar o futuro com
inteligência financeira**



EDIÇÕES SÍLABO

*À Becas pela sua presença, força e apoio incondicional
em tudo o que faço.*

*Aos meus Pais, por transmitirem com o exemplo
os valores que moldaram quem sou.*

José Nuno Sacadura

*À Cristina e às minhas filhas, Maria Inês e Maria
Constança, obrigado por iluminarem a minha vida
com amor, alegria e esperança. A vossa luz dá brilho
a cada dia do meu caminho.*

*Aos meus pais, que já não estão entre nós, agradeço os
alicerces de autoconfiança, ética de trabalho, honestidade
e gratidão que me transmitiram. Amo-vos e sinto a vossa
falta todos os dias.*

Sérgio Paulo Candeias

Poupar, Investir e Gastar

**Multiplicar o futuro com
inteligência financeira**

José Nuno Sacadura
Sérgio Paulo Candeias

EDIÇÕES SÍLABO

É expressamente proibido reproduzir, no todo ou em parte, sob qualquer forma ou meio gráfico, eletrónico ou mecânico, inclusive fotocópia, este livro. As transgressões serão passíveis das penalizações previstas na legislação em vigor. Não participe ou encoraje a pirataria eletrónica de materiais protegidos. O seu apoio aos direitos dos autores será apreciado.

Visite a Silabo na rede
www.silabo.pt

FICHA TÉCNICA:

Título: Poupar, Investir e Gastar – Multiplicar o futuro com inteligência financeira

Autores: José Nuno Sacadura, Sérgio Paulo Candeias

© Edições Silabo, Lda.

Capa: Pedro Mota

1.^a Edição – Lisboa, setembro de 2025.

Impressão e acabamentos: ARTIPOL – Artes Tipográficas, Lda.

Depósito Legal: 551224/25

ISBN: 978-989-561-438-7



EDIÇÕES SÍLABO, Lda.

Publicamos conhecimento

Editor: Manuel Robalo

R. Cidade de Manchester, 2

1170-100 Lisboa

Tel.: 218130345

e-mail: silabo@silabo.pt

www.silabo.pt

Índice

| | |
|-------------------------------------|----|
| Prefácio | 13 |
| Nota dos autores à 1ª edição | 15 |

Capítulo 1

Introdução

| | |
|--|----|
| 1.1. Decisões financeiras e económicas – um processo dinâmico e contínuo | 19 |
| 1.2. Importância do planeamento financeiro | 21 |
| 1.3. Fatores que influenciam o pensamento financeiro | 22 |
| 1.3.1. Estrutura familiar | 22 |
| 1.3.2. Saúde | 23 |
| 1.3.3. Carreira profissional | 24 |
| 1.3.4. Idade | 25 |
| 1.3.4.1. Juventude e início de carreira (18-30 anos) | 26 |
| 1.3.4.2. Estabilidade profissional e formação de família (30-50 anos) | 26 |
| 1.3.4.3. Maturidade e consolidação financeira (50-65 anos) | 27 |
| 1.3.4.4. Reforma e gestão do património (65+ anos) | 27 |

Capítulo 2

Conceitos de finanças pessoais

| | |
|---|----|
| 2.1. Ideias básicas | 31 |
| 2.1.1. Fontes de rendimento | 32 |
| 2.1.2. Fontes de despesa e défice orçamental | 35 |
| 2.1.3. Custo de oportunidade e custo a fundo perdido | 36 |
| 2.1.4. Valor temporal do dinheiro | 38 |
| 2.1.5. A importância da liquidez | 39 |
| 2.2. Planeamento financeiro | 41 |
| 2.2.1. O processo orçamental | 42 |
| 2.2.2. A regra orçamental 50/30/20 | 45 |
| 2.2.3. Um orçamento compreensível | 46 |
| 2.2.4. Orçamento operacional | 47 |
| 2.2.5. Fatores macroeconómicos que afetam o orçamento | 50 |
| 2.2.6. Orçamento de capital: despesas de capital e investimentos | 53 |
| 2.2.7. Orçamento de caixa | 56 |
| 2.2.8. Outros tipos de orçamento | 60 |
| 2.2.9. Desvios orçamentais: análise e soluções | 61 |
| 2.2.10. Orçamentos, mapas financeiros e decisões financeiras | 66 |
| 2.3. Impostos e benefícios fiscais | 69 |
| 2.3.1. Sistemas fiscais e sua evolução em Portugal | 69 |
| 2.3.2. Jurisdições fiscais e a complexidade da tributação em Portugal | 70 |
| 2.3.3. Sujeitos passivos para efeitos de imposto | 76 |
| 2.3.4. Declaração de rendimentos | 78 |
| 2.3.5. Deduções, isenções e créditos fiscais | 85 |
| 2.3.6. Pagamentos e reembolsos | 87 |
| 2.3.7. Contribuições sociais | 89 |
| 2.3.8. Reembolsos e pagamentos adicionais | 90 |
| 2.3.9. Prazo de entrega | 92 |
| 2.3.10. O dia seguinte à sua declaração fiscal | 93 |

| | |
|--|----|
| 2.3.11. Estratégias para declaração fiscal | 94 |
| 2.3.12. Estratégias fiscais e planeamento financeiro pessoal | 97 |

Capítulo 3

Gestão financeira pessoal

| | |
|--|-----|
| 3.1. Estratégias de financiamento | 101 |
| 3.2. O nosso dinheiro | 102 |
| 3.3. O dinheiro dos outros | 105 |
| 3.3.1. Crédito rotativo | 106 |
| 3.3.2. Cartões de crédito | 107 |
| 3.3.2.1. Como utilizar um cartão de crédito | 109 |
| 3.3.2.2. Escolher um cartão de crédito | 110 |
| 3.3.2.3. Tipos de cartão de crédito | 114 |
| 3.3.3. Crédito pessoal | 116 |
| 3.3.4. A dívida ou os empréstimos de longo prazo | 117 |
| 3.3.4.1. O custo da dívida | 118 |
| 3.3.4.2. Risco da taxa de juro | 120 |
| 3.3.4.3. Quando e como utilizar a dívida | 122 |

Capítulo 4

Consumo

| | |
|--|-----|
| 4.1. O consumidor inteligente | 125 |
| 4.1.1. Antes de comprar: identifique o produto | 128 |
| 4.1.2. Antes de comprar: identifique o mercado | 131 |
| 4.1.3. Antes de comprar: identifique o financiamento | 132 |
| 4.1.4. Durante a compra: a aquisição | 133 |
| 4.1.5. Depois da compra: a utilização | 135 |
| 4.2. Estratégias do consumidor | 135 |

| | |
|--|-----|
| 4.3. As grandes compras | 138 |
| 4.3.1. Investir na mobilidade – a compra do automóvel | 138 |
| 4.3.1.1. Identificar o produto | 139 |
| 4.3.1.2. Identificar o mercado | 143 |
| 4.3.1.3. Identificar o financiamento: empréstimos, ALD (aluguer de longa duração)/ <i>leasing</i> ou <i>renting</i> | 144 |
| 4.3.1.4. Compra e pós-compra | 147 |
| 4.3.2. O maior investimento das nossas vidas – compra de casa | 148 |
| 4.3.2.1. Arrendar uma casa | 149 |
| 4.3.2.2. Avaliação de atributos | 151 |
| 4.3.2.3. Avaliação da acessibilidade financeira | 153 |
| 4.3.2.4. Procura de uma casa | 155 |
| 4.3.2.5. Identificação do mercado | 157 |
| 4.3.2.6. Identificar o financiamento | 160 |
| 4.3.2.7. O processo de compra | 166 |
| 4.3.2.8. Etapas do processo de contratação de crédito habitação | 167 |
| 4.3.2.9. Despesas de capital | 174 |
| 4.3.2.10. Amortização antecipada | 175 |
| 4.3.2.11. Refinanciamento | 177 |
| 4.3.2.12. Incumprimento, execução hipotecária e fraude | 177 |

Capítulo 5

Seguros – Proteger o que temos

| | |
|---|-----|
| 5.1. Seguro da propriedade | 184 |
| 5.1.1. Seguro da habitação | 185 |
| 5.1.1.1. Cobertura do seguro habitação: o benefício | 188 |
| 5.1.1.2. Cobertura do seguro habitação: o custo | 188 |
| 5.1.2. Seguro automóvel | 189 |
| 5.1.2.1. Cobertura do seguro automóvel | 190 |
| 5.1.2.2. Custos do seguro automóvel | 192 |

| | |
|---|-----|
| 5.2. Seguro de saúde | 193 |
| 5.2.1. Cobertura de seguro de saúde | 194 |
| 5.2.2. Custos do seguro de saúde | 195 |
| 5.2.3. Seguro de saúde e cuidados de saúde | 196 |
| 5.2.4. Financiamento privado de cuidados de saúde | 196 |
| 5.2.5. Financiamento público de cuidados de saúde em Portugal | 197 |
| 5.3. Seguro de vida – Risco Vida | 199 |
| 5.4. Seguros de vida – Capitalização | 201 |

Capítulo 6

Poupança

| | |
|--|-----|
| 6.1. A importância da poupança | 208 |
| 6.2. Poupança em Portugal: uma preocupação | 210 |

Capítulo 7

Investimento

| | |
|--|-----|
| 7.1. Indicadores económicos | 217 |
| 7.2. Investimento de curto prazo – Regras para o fundo de emergência | 218 |
| 7.3. Investimento de longo prazo – Produtos financeiros | 220 |
| 7.3.1. Depósitos a prazo | 221 |
| 7.3.2. Certificados de aforro | 224 |
| 7.3.3. Certificados do Tesouro Poupança Valor (CTPV) | 228 |
| 7.3.4. Obrigações | 231 |
| 7.3.4.1. Obrigações do Tesouro de Rendimento Variável (OTRV) | 231 |
| 7.3.4.2. Obrigações do Tesouro (OT) | 235 |
| 7.3.4.3. Obrigações de empresas | 239 |

| | |
|--|-----|
| 7.3.4.4. Avaliar obrigações | 253 |
| 7.3.4.5. Estratégias de investimento para obrigações | 259 |
| 7.3.5. Ações | 262 |
| 7.3.5.1. Mercado primário e secundário | 265 |
| 7.3.5.2. Avaliação de ações | 268 |
| 7.3.5.3. Capitalização bolsista | 272 |
| 7.3.5.4. Ações de rendimento <i>vs.</i> ações de crescimento | 273 |
| 7.3.5.5. Medidas simples de valor | 275 |
| 7.3.5.6. Estratégias de investimento com ações | 283 |
| 7.3.6. Fundos de investimento | 288 |
| 7.3.6.1. Tipos de fundos de investimento | 289 |
| 7.3.6.2. Fundos de investimento – Características | 290 |
| 7.3.6.3. Risco | 293 |
| 7.3.6.4. Classificações de fundos de investimento | 293 |
| 7.4. Investimentos imobiliários | 296 |
| 7.5. Investimentos em <i>commodities</i> (matérias-primas) | 300 |
| 7.6. Colecionáveis e investimentos únicos | 303 |
| 7.7. Criptomoedas | 304 |
| 7.8. NFT (<i>Non-Fungible Token</i>) e NFD (<i>Non-Fungible Data</i>): uma nova fronteira de investimento digital | 307 |

Capítulo 8

Investir – Análise do comportamento do investidor e dos mercados financeiros

| | |
|---|-----|
| 8.1. Comportamento do investidor | 313 |
| 8.1.1. Enviesamentos cognitivos (<i>Bias</i>) | 314 |
| 8.1.2. Enquadramento | 315 |
| 8.1.3. Perfis de investidor | 316 |

| | |
|---|-----|
| 8.2. Comportamento do mercado | 318 |
| 8.2.1. Limites da arbitragem | 319 |
| 8.2.2. Causas da ineficiência do mercado | 320 |
| 8.2.3. Comportamento extremo do mercado | 322 |
| 8.3. Finanças comportamentais e estratégias de investimento | 329 |
| 8.3.1. <i>Market-timing</i> | 330 |
| 8.3.2. Análise técnica | 331 |
| 8.3.3. Fraude financeira | 332 |

Capítulo 9

Vamos investir...

| | |
|---|-----|
| 9.1. Informação financeira | 337 |
| 9.1.1. Fontes de informação e indicadores económicos a considerar | 337 |
| 9.1.2. Informação de mercado | 340 |
| 9.1.3. Avaliação das fontes de informação | 343 |
| 9.1.4. Credibilidade de fontes de informação <i>online</i> | 345 |
| 9.2. Negociação | 346 |
| 9.2.1. Corretores, <i>brokers</i> e <i>dealers</i> | 346 |
| 9.2.2. Taxas/comissões | 347 |
| 9.2.3. Contas de corretagem | 348 |
| 9.2.4. Ordens de corretagem | 349 |
| 9.3. Ética e regulamentação | 350 |
| 9.3.1. Ética profissional | 351 |
| 9.3.2. Proteção ao investidor | 353 |
| 9.3.3. Regulamentação em Portugal | 354 |
| 9.3.4. Escolha do intermediário financeiro | 355 |
| 9.4. Dez ideias finais a reter sobre investimento | 357 |
| 9.4.1. Não investir tem um preço | 357 |
| 9.4.2. Efeito de capitalização de juros | 358 |

| | |
|--|-----|
| 9.4.3. <i>Trading</i> não é investimento | 358 |
| 9.4.4. <i>Crashes</i> bolsistas são boas oportunidades de investimento | 359 |
| 9.4.5. Investimento em ações no longo prazo | 360 |
| 9.4.6. Diversificação | 362 |
| 9.4.7. Custos e comissões no longo prazo | 362 |
| 9.4.8. Limites de perda | 363 |
| 9.4.9. Investir apenas no que se compreende | 364 |
| 9.4.10. Investir com plano, não com emoções | 364 |

Prefácio

Vivemos num mundo cada vez mais complexo, acelerado e exigente, onde muitos de nós enfrentam permanentes desafios para acompanhar todos estes desenvolvimentos, conduzindo frequentemente para uma autoexclusão ou dificuldades acrescidas para lidar com a enorme quantidade de informação.

Como se já não bastassem os avassaladores avanços e transformações tecnológicas, somos hoje obrigados a acompanhar as oportunidades e riscos do mundo financeiro, condicionados por diversas regras e leis. Quase sem nos darmos conta ou pouco conscientes, o mundo do consumo e estímulos que nos rodeia, criaram desafios a todos nós, desde a simples gestão das finanças familiares do dia a dia, até as decisões de longo prazo mais complexas como a poupança para a reforma, os seguros ou o crédito à habitação, entre outros.

Neste contexto de superinformação, a literacia financeira assume cada vez mais um lugar de grande importância, devendo ser mais valorizada pelas escolas ou pelos media. E todos nós também temos de procurar mais conhecimento e clarificação.

Felizmente, esta consciência e preocupação é crescente, e vão surgindo auxiliares e material didático de grande utilidade, mas na sua maioria com uma linguagem pouco acessível ou de abordagem limitada. Além disso, não tem existido de forma consistente a promoção devida ao longo do ciclo de aprendizagem dos nossos jovens e da população em geral.

Não devemos esperar que as instituições financeiras, supervisores ou as academias façam o seu trabalho sozinhos. Os interessados têm a obrigação de também se auto instruírem por forma a melhor captarem as mensagens e alertas que estas entidades têm vindo a introduzir na defesa e no interesse de todos.

Fazia falta ter uma obra abrangente, objetiva, de linguagem muito acessível, que possa ser utilizada como um apoio constante, sem necessidade de uma leitura integral nem sequencial. E acima de tudo: não tem «lições de moral». Este ponto é muito importante pois centra-se em esclarecer e explicar, sem enviesamentos de correntes de pensamento ou «magos da finança».

Por tudo isto entendo que este compêndio, bastante completo e rigoroso, mas ao mesmo tempo muito acessível e de fácil compreensão, deve fazer parte da lista das nossas prioridades em termos de autoinstrução.

Mesmo para um profissional é um importante auxiliar. Quantas vezes ouvimos: «como o senhor sabe...» ou «no caso do “expressão em inglês”...». Se perguntarmos o que quer realmente dizer, ou o que significa, na esmagadora maioria das vezes não sabe ou pior, diz que é outra coisa. Esta ferramenta contribui de forma muito relevante para a transparência, credibilidade e profissionalismo dos vários intervenientes.

Também o José Nuno Sacadura e o Sérgio Candeias são parte da explicação do grande interesse desta obra. Como em tudo, quando se coloca empenho e dedicação em algo que acredita muito e que pode ter impacto nos outros, produzimos um resultado, não só bastante útil, mas também acima das expectativas.

E foi exatamente o que passou com os nossos autores. Um lisboeta e um alentejano, ambos, com mais de 25 anos de experiência profissional, trabalhando desde o início na mesma instituição financeira, que juntaram a paixão pelo mundo da banca e das finanças, à mesa de um bom almoço, para se lançarem nesta aventura.

É por tudo isto que proponho vivamente, a todos, sem exceção, que mantenham sempre «à mão» este importante esclarecedor e conselheiro, que nos ajudará a todos a garantir um futuro mais bem programado, e também mais esclarecido. Desfrutem!

João Pedro Oliveira e Costa

Presidente Executivo (CEO) do Banco BPI

Nota dos autores à 1.ª edição

Imagine ter o poder de mudar o seu futuro financeiro – de tomar decisões com confiança, de aproveitar oportunidades em vez de temê-las, de transformar o dinheiro num aliado e não num obstáculo. É precisamente esse o objetivo da educação financeira: dar-lhe as ferramentas para viver com mais segurança, liberdade e equilíbrio.

De acordo com o Referencial de Educação Financeira da Direção-Geral da Educação, a educação financeira é «um processo pelo qual os consumidores melhoram a sua compreensão dos produtos e conceitos financeiros, desenvolvem competências e confiança para estarem mais atentos aos riscos e oportunidades, tomarem decisões informadas, saberem onde procurar ajuda e adotarem comportamentos que melhorem o seu bem-estar financeiro.»

No entanto, Portugal continua a ficar para trás. No inquérito de 2023 da Comissão Europeia, o nosso país surgiu como o segundo com piores níveis de literacia financeira da União Europeia. A OCDE reforça essa conclusão: estamos abaixo da média no que toca ao conhecimento financeiro dos cidadãos.

É um problema sério – e silencioso. A falta de literacia financeira afeta o dia a dia de milhões de pessoas, limitando escolhas, criando instabilidade e agravando desigualdades. Apesar disso, pouco tem sido feito para mudar esta realidade. As escolas ensinam fórmulas, mas raramente ensinam a gerir um orçamento, a poupar com propósito ou a evitar o sobre-endividamento. Falta a prática. Falta a vida real.

Reconhecendo esta urgência, o Conselho Europeu aprovou em 2024 um conjunto de medidas para promover a literacia financeira em todos os Estados-Membros. O objetivo é claro: cidadãos informados tomam melhores decisões, investem com mais consciência e ajudam a construir uma economia mais estável e inclusiva. Não é apenas uma questão individual – é um bem comum.

Este livro nasceu precisamente dessa convicção: a de que todos devemos ter acesso ao conhecimento necessário para gerir o nosso dinheiro com inteligência e autonomia. Não se trata apenas de aprender a poupar ou investir – trata-se de mudar a forma como pensamos sobre dinheiro.

Vamos falar de temas essenciais: impostos, seguros, bancos, reforma, consumo, planeamento e risco. E mais do que isso, vamos falar de atitudes, de hábitos e de estratégias para o dia a dia. Porque educação financeira não é só teoria – é prática, é escolha, é liberdade.

Ao longo deste percurso, partilhamos o que aprendemos em anos de estudo, ensino e experiência profissional na área financeira, com a esperança de que este livro seja um guia útil, claro e transformador.

Foi escrito para si, e é, acima de tudo, um convite. Um convite para conhecer melhor o dinheiro e, com isso, conhecer-se melhor a si próprio. Um convite para fazer escolhas com mais consciência. Um convite para – Poupar, Investir e Gastar com Inteligência Financeira Multiplicando o seu Futuro.

Capítulo 1

Introdução



Edições Sanebo
Almedina
2025-07-24

1.1. Decisões financeiras e económicas – um processo dinâmico e contínuo

Pedro e Rita estão a um semestre de concluir os seus cursos superiores. Pedro, que está a terminar a licenciatura em Engenharia de Redes no Instituto Superior Técnico, planeia inscrever-se, no próximo ano, num programa de certificação da Cisco na área de Cibersegurança, cujo custo é de 5 mil euros. Esta certificação poderá aumentar significativamente as suas oportunidades de obter um emprego bem remunerado.

Por outro lado, Rita está a concluir o curso de Enfermagem e pretende trabalhar num hospital privado em Lisboa, uma vez que estas instituições oferecem melhores salários que os hospitais públicos e têm programas de estágio para finalistas. Tanto Pedro como Rita precisarão de estagiar antes de conseguirem os empregos que ambicionam. Até ao momento, os custos das suas formações têm sido suportados pelos pais.

Rita planeia iniciar o estágio de imediato, optando por concluir a componente letiva do curso em regime pós-laboral. O estágio remunerado permitir-lhe-á começar a poupar para o mestrado em Saúde Infantil e Pediatria, que pretende frequentar dentro de dois anos e que terá um custo de 4 mil euros. Atualmente, Rita partilha casa com uma colega, que é irmã de Pedro, e foi através dela que se conheceram.

Pedro deseja alcançar estabilidade profissional para poder pedir Rita em casamento e construir uma família. Recentemente, recebeu uma herança de 5 mil euros, deixada por um tio que faleceu prematuramente durante a pandemia de COVID-19. Além disso, realiza ocasionalmente trabalhos em *part-time*, tendo obtido cerca de 2 mil euros no último ano, valor que o ajudou nas suas despesas. Pedro é uma pessoa responsável e quer retribuir o apoio recebido da família, além de estar motivado para apoiar a sua companheira.

Rita possui 3 mil euros aplicados em certificados de aforro, uma poupança iniciada pelos pais na sua infância. Adicionalmente, tem 400 euros resultantes da venda de roupas e outros artigos no OLX.

Em termos de transportes, ambos têm perspetivas diferentes. Pedro decidiu investir as suas poupanças na compra de um carro, pois considera-o essencial para a sua mobilidade e independência. Rita acredita que, dada a sua futura profissão, é mais prático continuar a utilizar os transportes públicos. Ambos possuem cartões de crédito, mas são cuidadosos na sua utiliza-

ção, pagando sempre 100% do valor em dívida no final do mês, para usufruírem dos benefícios sem incorrerem em custos adicionais.

Após a conclusão dos estudos, Rita e Pedro precisarão de encontrar uma casa para morar. Surgirá, então, o dilema entre comprar ou alugar. Além disso, deverão decidir se casam já no próximo ano, ou, se aguardam por um momento mais oportuno.

Rita prefere adiar o casamento e focar-se na sua estabilidade profissional e na acumulação de poupanças, com o objetivo de comprar casa antes de constituir família. Espera encontrar um emprego que lhe permita fazer horas extra para aumentar as suas reservas financeiras. Pedro, por outro lado, tem como grande objetivo reformar-se o mais cedo possível, embora ainda não tenha um plano concreto para alcançar essa meta. No futuro, gostaria de fundar a sua própria empresa de Cibersegurança e atuar como consultor. Em termos de perspetivas salariais, o salário inicial de Rita será de 25 mil euros anuais, antes de impostos, enquanto Pedro deverá começar com 20 mil euros anuais. Ambos têm potencial para duplicar os seus rendimentos nos próximos cinco anos, mas estão preocupados com o atual abrandamento económico, caracterizado por taxas de juro e inflação superiores à média dos últimos anos.

Em períodos de abrandamento económico e crescimento da inflação, os jovens em início de carreira são particularmente afetados. O acesso ao crédito torna-se mais difícil, a competição no mercado de trabalho aumenta e o custo de vida encarece. Como refere o Prémio Nobel da Economia, Milton Friedman, «a inflação é um imposto escondido», que reduz o poder de compra ao longo do tempo. Dado que não é possível prever a duração dos ciclos económicos, é essencial manter-se atento e procurar estratégias eficazes para lidar com a incerteza.

Rita e Pedro terão de tomar várias decisões com impacto direto no seu futuro financeiro. Algumas das questões fundamentais a que precisarão de responder incluem:

- Quais os fatores que influenciam a forma como cada um toma decisões financeiras?
- Qual a melhor opção para a especialização pós-licenciatura?
- Como financiar a formação profissional adicional?
- Quais os objetivos de curto e longo prazo e como ajustá-los caso decidam casar?
- Como planear a constituição de uma família e a chegada de filhos?



José Nuno Sacadura é subdiretor do Departamento de Mercados Financeiros do Banco BPI, onde lidera a equipa de Valorização. Com uma carreira superior a 25 anos nos setores da Banca e da Gestão de Ativos, tem-se distinguido pelo seu contributo técnico e académico no domínio dos mercados financeiros. Doutor em Gestão, com especialização em Métodos Quantitativos, pelo ISCTE – Instituto Universitário de Lisboa, grau que concluiu em 2024 com louvor e distinção. Possui ainda um mestrado em Finanças (*Magna Cum Laude*, 2008) e um *Master in Finance* (2007), ambos pela Universidade Católica Portuguesa, uma pós-graduação em Mercados e Ativos Financeiros (CEMAF-ISCTE, 2002) e uma licenciatura em Gestão Financeira (IESF, 1998). Atualmente, é professor adjunto convidado do ISCAL – Instituto Superior de Contabilidade e Administração de Lisboa, onde exerce funções de regente em várias unidades curriculares nas áreas de derivados e mercados financeiros, e onde assume também o cargo de subdiretor do mestrado em Análise Financeira. Leciona, há mais de 15 anos, em instituições de ensino superior em Portugal e Cabo Verde, com foco na área das Finanças. Membro da SEDES – Associação para o Desenvolvimento Económico e Social, integra o Conselho de Especialidade de Análise Financeira da Ordem dos Economistas como vogal, tendo sido distinguido como Economista Conselheiro em 2023. É coautor do livro *Derivados e Outros Instrumentos Financeiros* e desenvolve investigação nas áreas dos mercados e instituições financeiras.



Sérgio Paulo Candeias é subdiretor na Direção Financeira do Banco BPI, com responsabilidades de Trader Senior na Equipa de Mercado Cambial. Desenvolve uma carreira profissional há mais de 25 anos, na Banca e Gestão de Ativos, com experiência reconhecida na área de Gestão de Carteiras de Investimentos de Clientes Institucionais, Fundos de Investimento Mobiliários e *Private Banking*. Licenciado em Gestão Financeira, com especialidade em Banca e Seguros, em 1998, pelo IESF, Instituto de Estudos Superiores Financeiros e Fiscais, com pós-graduação em Mercados e Ativos Financeiros em 2002, pelo CEMAF-ISCTE. Empreendedor e autodidata.

A sua vida financeira começa agora. E pode ser extraordinária.

Este livro é mais do que um guia de finanças pessoais – é um plano para transformar a sua relação com o dinheiro e construir um futuro sólido, livre e com propósito.

Com uma linguagem acessível, exemplos práticos e rigor técnico, vai encontrar aqui muito mais do que conselhos. Poderá:

- ✓ Aprender a gastar com consciência, poupar com estratégia e investir com confiança – mesmo sem experiência prévia;
- ✓ Descobrir como alinhar as suas decisões financeiras com os valores e as fases da vida da sua família;
- ✓ Aprender a gerir orçamentos, impostos, seguros e créditos com segurança;
- ✓ Reforçar hábitos inteligentes de consumo, poupança e multiplicação do seu património.

ISBN 978-989-561-438-7



9 789895 614387