



5 AÇÕES PARA QUITAR SUAS DÍVIDAS E SAIR DO VERMELHO

Contratar empréstimos e financiamentos é, muitas vezes, a única alternativa de que o consumidor dispõe para continuar pagando suas contas ou despesas não previstas no orçamento. Essa contratação geralmente impõe juros altos e se o consumidor não honrar o contrato pontualmente poderá ficar endividado e complicar ainda mais sua situação.

Considerando essa realidade, a Fundação Procon-SP resolveu indicar algumas ações práticas para orientar aqueles que buscam uma solução para o seu endividamento.



ORGANIZE-SE

O primeiro passo para quem está endividado é visualizar a extensão do problema. Para tanto, liste detalhadamente:

- ✓ Todas as dívidas (para quem você deve, quanto deve e a quanto tempo);
- ✓ Seus rendimentos (salário, recebimentos extras, colaboração de familiares, aplicações etc.);
- ✓ Suas despesas mensais fixas e variáveis.

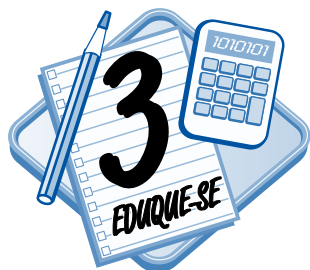
Posteriormente visualize onde é possível cortar gastos.



CONTROLE-SE

Depois de verificar as despesas, pense em alternativas para diminuí-las, mesmo que a princípio pareçam radicais, tais como:

- ✂ Cortar supérfluos, dando prioridade ao que é essencial, a fim de adequar seu padrão de vida aos seus rendimentos;
- ✂ Planejar sempre suas compras, não comprando por impulso e gastando de acordo com o que foi planejado;
- ✂ Pesquisar preços e formas de pagamento antes de comprar qualquer produto. Se a compra for financiada, compare o Custo Efetivo Total (CET) das diversas instituições financeiras, que é uma taxa percentual anual que expressa a soma de todos os custos envolvidos na operação (taxa de juros, tarifas, tributos, seguros e demais despesas);
- ✂ Não usar o valor do limite do cheque especial como complemento do salário;
- ✂ Procurar atividades de lazer gratuitas, como passeios a parques públicos, exposições etc.;
- ✂ Evitar sair às compras com cartão de crédito ou talão de cheques. Comprar com dinheiro nos dá a noção mais imediata de quanto estamos gastando.



EDUQUE-SE

- ✎ Elabore um plano para controlar todas as despesas. Se for o caso, envolva toda a família;
- ✎ Acompanhe com frequência seu saldo bancário e despesas pagas no cartão de crédito;
- ✎ Procure sempre uma oportunidade de economizar, mesmo em hábitos cotidianos, tais como utilização de energia elétrica, telefone, água, entre outros.



AJUSTE-SE

- ✎ Após o ajuste nas despesas, calcule quanto realmente pode disponibilizar para quitar suas dívidas;
 - ✎ Tente negociá-las diretamente com os credores ou por meio de instituições que promovem reuniões de conciliação e solução de conflitos;
 - ✎ Se tiver algum dinheiro aplicado, avalie a possibilidade de utilizá-lo para fazer uma proposta de quitação total ou parcial das dívidas;
- ✎ Caso não tenha recursos para saldar as dívidas, considere a possibilidade de contratar um empréstimo com juros menores, como é o caso do empréstimo consignado (descontado na folha) ou, ainda, a portabilidade de crédito. Nesse caso, fique bem atento a todos os valores, principalmente dos juros, taxas e demais encargos, e faça uma avaliação cuidadosa.



REGULARIZE-SE

Ao firmar um acordo de renegociação ou obter a quitação de uma dívida, mantenha tudo bem documentado. O credor deverá providenciar a regularização da situação perante os cadastros de inadimplentes. FIQUE ATENTO!

Cheques sem fundo

Se a dívida envolver a emissão de cheque sem fundo:

- Procure o credor, efetue o pagamento e solicite a devolução do cheque. Caso o cheque tenha sido extraviado, solicite ao credor a emissão de uma carta de anuência (declaração de que o débito está quitado);
- Caso não localize o credor, peça ao seu banco uma cópia do cheque em que conste o número da instituição financeira, da agência e da conta dele. Com isso, dirija-se até o banco informado para obter o nome completo e endereço residencial/comercial do titular da conta (esse repasse de informação somente ocorrerá com a devida autorização);
- Apresente o cheque ou a carta de anuência (com firma reconhecida e uma Certidão Negativa de Protestos) ao seu banco, que deve providenciar a retirada de seu nome do cadastro de emitentes de cheque sem fundos (CCF).



Lembre-se que para o cancelamento de protesto e exclusão do nome no cadastro de emitentes de cheque sem fundos (CCF) há cobrança de tarifas.

Título Protestado

Se houver título protestado em cartório:

- Dirija-se ao cartório que registrou o protesto e solicite uma certidão para saber quem protestou o título;
- Pague a dívida ao credor;
- Solicite uma declaração que comprove a quitação e que autorize o cancelamento do protesto, vá ao cartório e providencie o cancelamento.

SCPC/SERASA

- Você tem o direito de ser informado previamente, por escrito, sobre a inscrição de seu nome em cadastro de inadimplentes;
- No Estado de São Paulo, antes da inscrição no cadastro, você terá um prazo mínimo de 20 (vinte) dias para quitação do débito ou para apresentação do comprovante de que a dívida já foi paga;
- Para pagar ou negociar a dívida, procure a instituição credora (administradora do cartão de crédito, loja, bancos, financeiras etc.);

- Após a quitação da dívida ou pagamento da primeira parcela do acordo, o credor deverá providenciar a exclusão do seu nome do cadastro de inadimplentes;
- Se você quiser verificar se seu nome está inscrito no cadastro de inadimplentes, poderá comparecer ao SPCP/SERASA, com carteira de identidade e CPF, ou acessar as informações por meio eletrônico. O serviço não poderá ser cobrado;
- Se você encontrar inexatidão ou irregularidade nos seus dados e cadastros, poderá exigir sua imediata correção, que deverá ser concretizada em até 5 dias úteis.

ENDEREÇOS ÚTEIS



– R. Boa Vista, 62 – São Paulo/SP



– Rua Antonio Carlos, 434 - Cerqueira Cesar – São Paulo /SP –
www.serasaconsumidor.com.br

SCPT – Serviço Central de Protesto de Títulos – R. XV de Novembro, 175
São Paulo/SP – www.protesto.com.br

Banco Central do Brasil – www.bcb.gov.br – Perfil Cidadão

Núcleo de Tratamento de Superendividamento – Procon – Rua Barra Funda, 1032 –
Barra Funda – telefone: (11) 3824-7069 – e-mail: triagempas@procon.sp.gov.br

Cejusc – Centro Judiciário de Solução de Conflitos e Cidadania – Rua Barra Funda,
930 – 2º andar – Barra Funda

Fundação de Proteção e Defesa do Consumidor — Procon-SP

Endereços e canais de atendimento



ligue 151 (capital) — ligação tarifada — de 2ª a 6ª, das 8h às 17h
para orientações e consulta ao cadastro de reclamações fundamentadas



por carta
caixa postal 152 - cep 01031-970



atendimento pessoal — de 2ª a 6ª, das 7h às 19h — sábados, das 7h às 13h
Itaquera Santo Amaro Sé
Av. do Contorno, 60 Rua Amador Bueno, 229, 2º andar Praça do Carmo s/nº
Metró Itaquera Mais Shopping Metrô Sé



outros municípios
consulte a prefeitura de sua cidade ou o site do Procon-SP



núcleos regionais — fiscalização, cursos, pesquisas, palestras e suporte aos Procons municipais

Bauru — Campinas — Presidente Prudente — Ribeirão Preto — Santos — São José do
Rio Preto — São José dos Campos — Sorocaba



ouvidoria 0800 377 6266 — críticas, elogios e sugestões ao Procon-SP
Rua Barra Funda, 930 — Barra Funda — 01152 000 — São Paulo — SP
www.ouvidoria.sp.gov.br



site
www.procon.sp.gov.br



facebook
proconsp



instagram
@proconsp



twitter
@proconspoficial



YouTube
TV Procon-SP



blog
educaproconsp.blogspot.com.br



aplicativo
disponível para android e iOS