

DIAGNÓSTICO DA SAÚDE FINANCEIRA NA PROVÍNCIA DE CABINDA: UMA ANÁLISE COMPORTAMENTAL SOB A METODOLOGIA DSOP**FINANCIAL HEALTH DIAGNOSIS IN CABINDA PROVINCE: A BEHAVIORAL ANALYSIS UNDER THE DSOP METHODOLOGY****DIAGNÓSTICO DE LA SALUD FINANCIERA EN LA PROVINCIA DE CABINDA: UN ANÁLISIS COMPORTAMENTAL BAJO LA METODOLOGÍA DSOP**Francisco Ernesto Capita¹

e737313

<https://doi.org/10.47820/recima21.v7i3.7313>

PUBLICADO: 03/2026

RESUMO

O presente estudo apresenta um diagnóstico sobre a saúde financeira de trabalhadores e empresários da província de Cabinda, Angola, a partir de um diagnóstico fundamentado nos pressupostos teórico-metodológicos da Terapia Financeira e da Metodologia DSOP (Diagnosticar, Sonhar, Orçar e Poupar). O objetivo geral consistiu em analisar o nível de literacia e os padrões de comportamento financeiro da amostra. A metodologia adotada possui uma abordagem de cariz quantitativa e descritiva, em que se utilizou questionário estruturado como técnica de recolha de dados num total de 341 participantes. Os resultados revelam um cenário crítico; embora a maioria esmagadora possua rendimentos médios e altos, dos quais 56,9% apresentam resiliência financeira nula, não sobrevivendo por longos meses sem o rendimento; e 69,2% apresentam postura reativa e não proativa em relação aos imprevistos financeiros; (57,2% cortariam as despesas após o imprevisto), comprovando assim que a planificação não é um fator a se ter em conta fruto do comportamento intuitivo e emocional imediato de consumismo. Além disso, verificou-se que apenas 41,6% realizam o orçamento periódico, confirmando a negligência do pilar "diagnosticar". Conclui-se que a vulnerabilidade financeira na região advém da ausência de hábitos de planeamento, por esse motivo recomenda-se a implementação de programas de educação financeira comportamental para promover a sustentabilidade económica das famílias em Cabinda.

PALAVRAS-CHAVE: Saúde Financeira. Metodologia DSOP. Resiliência Financeira.**ABSTRACT**

This study presents a diagnosis of the financial health of workers and entrepreneurs in the Province of Cabinda, Angola, using Financial Therapy and the DSOP Methodology (Diagnose, Dream, Budget, and Save) as its theoretical and methodological framework. The general objective was to analyze the financial literacy profile and financial behavior of the sample. A quantitative and descriptive research approach was adopted, with data collected through a structured questionnaire administered to 341 participants. The results reveal a critical scenario: although the majority of participants report medium to high income levels, 56.9% demonstrate zero financial resilience, being unable to sustain themselves for even a few months without income. Moreover, 69.2% exhibit a reactive rather than proactive attitude toward unexpected financial events, with 57.2% indicating they would only cut expenses after such events occur. This finding confirms that financial planning is largely disregarded, driven by intuitive and emotionally driven consumer behavior. Additionally, only 41.6% of respondents reported engaging in periodic budgeting, confirming the neglect of the "Diagnose" pillar. The study concludes that financial vulnerability in the region stems

¹ Professor da Universidade 11 de Novembro, em Cabinda, Angola. Contabilista e membro da Ordem dos Contabilistas e Peritos Contabilistas de Angola (OCPA), Analista e Consultor financeiro.

from the absence of planning habits and recommends the implementation of behavioral financial education programs to promote the economic sustainability of families in Cabinda.

KEYWORDS: *Financial Health. DSOP Methodology. Financial Resilience.*

RESUMEN

El presente estudio presenta un diagnóstico sobre la salud financiera de los trabajadores y empresarios en la Provincia de Cabinda, Angola, utilizando como marco teórico-metodológico la Terapia Financiera y la Metodología DSOP (Diagnosticar, Soñar, Presupuestar y Ahorrar). El objetivo general consistió en analizar el perfil de alfabetización financiera y el comportamiento financiero de la muestra. La metodología adoptada tuvo un enfoque cuantitativo y descriptivo, con la recolección de datos mediante un cuestionario estructurado aplicado a 341 participantes. Los resultados revelaron un escenario crítico: aunque la mayoría de los participantes presenta ingresos medios y altos, el 56,9 % muestra una resiliencia financiera nula, siendo incapaz de sostenerse siquiera durante algunos meses sin ingresos. Asimismo, el 69,2 % adopta una postura reactiva y no proactiva frente a imprevistos financieros, y el 57,2 % afirma que solo reduciría gastos después de que ocurra el imprevisto, lo que demuestra que la planificación financiera no es considerada, predominando un comportamiento de consumo intuitivo y emocional. Además, se constató que solo el 41,6 % realiza un presupuesto periódico, confirmando la negligencia del pilar "Diagnosticar". El estudio concluye que la vulnerabilidad financiera en la región se debe a la ausencia de hábitos de planificación, y recomienda la implementación de programas de educación financiera comportamental para promover la sostenibilidad económica de las familias en Cabinda.

PALABRAS CLAVE: *Salud Financiera. Metodología DSOP. Resiliencia Financiera.*

INTRODUÇÃO

O cenário económico contemporâneo impõe desafios crescentes à gestão das finanças pessoais, exigindo dos indivíduos não apenas competências matemáticas, mas, fundamentalmente, uma mudança de comportamento e mentalidade. Na província de Cabinda (Angola), esse desafio é agravado por especificidades locais, nomeadamente a estrutura de custos de bens e serviços e a dinâmica do mercado de trabalho regional. Nesse contexto, a saúde financeira deixa de ser uma questão de acumulação de riqueza para se tornar um pilar de estabilidade social e bem-estar psicológico.

A presente investigação surge da necessidade de diagnosticar a relação existente entre a massa trabalhadora de Cabinda com o dinheiro. Assim, pensa-se, algumas vezes, que o desequilíbrio financeiro não decorre da escassez de rendimentos, mas da ausência de uma metodologia de gestão eficaz do dinheiro disponível, tal como aponta Domingos (2013), "a educação financeira tradicional falha ao ignorar o aspeto emocional"; por isso, este estudo adota a Metodologia DSOP (Diagnosticar, Sonhar, Orçar e Poupar) como lente analítica para compreender se a população local possui as ferramentas necessárias para enfrentar imprevistos e realizar projetos de vida.

O cerne desta pesquisa reside na identificação do nível de resiliência e literacia financeira dos cidadãos, procurando saber se eles estão preparados para manter o seu padrão de vida

perante uma interrupção de rendimentos ou se existe uma cultura de planeamento a longo prazo e se o consumo imediato prevalece sobre a segurança da reforma. Através de um questionário estruturado, este diagnóstico visa mapear comportamentos que vão desde o simples registo de despesas à complexidade da realização de investimentos.

Do ponto de vista estrutural, o trabalho apresenta inicialmente um breve enquadramento metodológico aplicado na recolha e tratamento de dados na parte introdutória, seguida de bases teóricas das finanças comportamentais e da terapia financeira. Por fim, os resultados são discutidos à luz da pontuação de saúde financeira (perfis e comportamentos), bem como a relação com a estratégia do governo sobre a literacia financeira, oferecendo uma visão clara sobre as vulnerabilidades e potencialidades económicas da amostra estudada, culminando com as conclusões e recomendações para a melhoria da qualidade de vida financeira na região.

Situação problemática

A província de Cabinda ocupa uma posição de centralidade na economia de Angola, sendo que é considerada como um dos principais polos de geração de rendimento per capita devido à atividade extrativa e comercial. Portanto, a observação da realidade socioeconómica local revela um paradoxo estrutural em que o fluxo monetário não tem resultado numa acumulação patrimonial proporcional ou numa melhoria da resiliência económica individual. Portanto, o problema central reside na fragilidade de comportamento financeiro dos agentes económicos que se manifesta através de três dimensões críticas, nomeadamente, na resiliência financeira, no modelo de gestão financeira individual de natureza reativa e não estratégica.

Por fim, no hiato entre o acesso aos serviços bancários e a literacia financeira comportamental, uma desconexão entre inclusão financeira e saúde financeira. Diante do exposto, a pergunta de partida que norteia o propósito do presente estudo é: Qual é o estado da saúde financeira dos trabalhadores na província de Cabinda e de que forma os seus hábitos determinam a sua resiliência perante crises ou imprevistos?

Construção de Hipóteses

As hipóteses tentam prever os resultados que os seus dados vão mostrar. Deste modo, propusemos as seguintes:

H1: O nível de rendimento não garante saúde financeira (Comportamento vs Rendimento);

H2: A ausência de reserva de emergência está ligada ao uso excessivo de crédito (Resiliência);

H3: O nível de escolaridade/cargo não assegura literacia financeira prática (Consumismo);

H4: A construção de futuro (sonhar) é desejo abstrato e sem planeamento financeiro.



Objetivos de Pesquisa

Face às especificidades da pesquisa, elaboramos os seguintes objetivos:

Geral

- (i) Analisar o perfil de saúde financeira e comportamental dos indivíduos na gestão de finanças na província de Cabinda.

Específicos

- (i) Identificar o nível de literacia financeira prática, voltada na frequência de elaboração de orçamentos e na realização de investimentos;
- (ii) Avaliar a cultura de consumo e endividamento, distinguindo entre pagamentos à vista, compras parceladas e dívidas em atraso;
- (iii) Mensurar a resiliência financeira da amostra através da análise da reserva de emergência, poupança e planeamento.

Justificativa

A relevância deste estudo fundamenta-se na necessidade premente de compreender o comportamento financeiro dos cidadãos na província de Cabinda, que é um contexto geográfico e económico singular em Angola. Em virtude da sua condição de enclave e da estrutura de custos local, as famílias enfrentam desafios específicos na gestão do rendimento, uma vez que o elevado custo de vida compromete, frequentemente, a capacidade de formação de poupança e a segurança financeira futura.

Sob a ótica da Terapia Financeira, a ausência de um diagnóstico claro sobre a saúde económica individual não afeta apenas o saldo bancário, mas reflete diretamente na saúde mental, na produtividade laboral e na estabilidade das relações familiares.

Do ponto de vista social, a presente pesquisa justifica-se pela identificação dos principais "gargalos" financeiros enfrentados por funcionários públicos, privados e empreendedores da região. Os resultados permitem não apenas traçar um perfil fiel da literacia financeira em Cabinda, mas também servir de base para a criação de estratégias de intervenção tais como: programas de educação financeira e políticas de apoio ao consumo consciente. Academicamente, o estudo preenche uma lacuna de dados locais, oferecendo uma base científica para futuras investigações sobre o desenvolvimento económico regional e a resiliência das famílias angolanas perante crises financeiras. Em termos medicinais (saúde integral), esta pesquisa pode resultar a uma "medicina preventiva" financeira, servindo de base para programas de literacia financeira nas empresas ou instituições públicas da província, visto que finanças desequilibradas geram estresse e doenças. Por fim, num cenário de reformas económicas que o país atravessa, capacitar o cidadão para o investimento e para a reforma é uma questão de soberania individual (planeamento de futuro).

1. REFERENCIAL TEÓRICO

Para dar sustento teórico-científico à pesquisa, procedeu-se ao diálogo entre os conceitos universais estruturados por tópicos que serviram de base ao estudo empírico.

1.1. Literacia financeira e comportamento

A literacia financeira ultrapassa a mera capacidade de efetuar cálculos matemáticos ou compreender conceitos bancários.

A Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Económico (OCDE), em 2021, definiu a literacia financeira como um conjunto de consciência, conhecimento, habilidade e, sobretudo, comportamento, necessários para a tomada de decisões financeiras que promovam o bem-estar individual.

Autores como Lusardi e Mitchell (2014), referências mundiais nesta temática, enfatizam que a literacia financeira é um capital humano crítico na era moderna; a sua ausência correlaciona-se diretamente com o endividamento excessivo e a incapacidade de planeamento para a reforma, fenómenos observados em diversas economias em desenvolvimento.

A parte final do conceito acima corrobora com o que Domingos (2013) defende que “o endividamento e a falta de metas financeiras são sintomas de um analfabetismo funcional que impede o indivíduo de exercer plenamente a sua cidadania”.

Domingos (2013) acrescenta que “a educação financeira é o conjunto de orientações e esclarecimentos sobre as posturas e atitudes adequadas no planeamento e uso dos recursos financeiros pessoais”.

Percebe-se que falar de literacia financeira ou educação financeira não é apenas o conhecimento que se tem a respeito de produtos financeiros, mas uma combinação de conhecimentos, consciências, atitudes e comportamentos necessários para tomar decisões financeiras sólidas.

1.2. A Metodologia DSOP para a terapia financeira

O cerne deste estudo repousa sobre a metodologia para a Terapia Financeira proposta por Reinaldo Domingos na sua obra “*Terapia Financeira*” (2013), onde o autor rompe com a visão puramente matemática das finanças, defendendo que o problema financeiro é comportamental e requer uma “terapia” que remeta para a mudança de hábitos enraizados.

A Metodologia DSOP não é um sistema de contabilidade, mas sim uma filosofia de vida financeira baseada em mudanças comportamentais. Diante desta visão, percebe-se que o desequilíbrio das finanças pessoais reside num sintoma de hábitos disfuncionais. Assim, para tratar a causa, Domingos (2013) estruturou a Metodologia denominada DSOP por quatro pilares fundamentais:

**Diagnosticar** (a investigação das causas)

Para mudar o comportamento, é preciso primeiro conhecer as causas. O diagnóstico financeiro é a fotografia fiel da vida económica do indivíduo" (Domingos, 2013).

O primeiro pilar é a base de toda a transformação. Diagnosticar não é apenas anotar despesas, mas sim realizar uma "tomografia" da vida financeira para identificar hábitos inconscientes, pois, segundo Domingos (2013), o problema não é o quanto se ganha, mas como se gasta.

O diagnóstico consiste numa análise aprofundada e honesta da situação financeira atual. Diferentemente de um simples registo de despesas, o diagnóstico visa identificar para onde o dinheiro está a ser canalizado e quais são os "ralos financeiros" que impedem o acúmulo de riqueza. Ele é nada mais do que identificar para onde vai cada cêntimo; daí que é necessário indagar sobre orçamento e despesas pessoais.

Conforme defende o mentor da metodologia, *"só se transforma aquilo que se conhece"*. Este diagnóstico permite identificar os gastos invisíveis ou incontroláveis.

Recomenda-se o registo minucioso de cada cêntimo gasto durante 30 dias caso se tenha renda fixa ou 90 dias, em casos de rendimentos variáveis. O foco não está nos grandes gastos, mas nos chamados "pequenos ralos", ou seja, gastos diários supostamente irrelevantes que, somados, impedem a alcançar metas ambiciosas. Portanto, o objetivo é combater o viés de negação. Ao ver os números reais, o indivíduo é forçado a sair da inércia e reconhecer a sua verdadeira situação patrimonial.

Sonhar (o combustível da poupança)

No âmbito da metodologia DSOP, o dinheiro é apenas um meio para realizar sonhos e o sonho é o motor motivacional da metodologia. Sonhar é dar um propósito ao dinheiro.

Domingos (2013) argumenta que poupar sem um propósito é um esforço insustentável. É necessário definir claramente o propósito para que o cérebro humano examine e distinga o essencial do acessório e tenha noção do que é prioridade.

Ao definir sonhos de curto, médio e longo prazo, o indivíduo confere um sentido emocional à sua disciplina financeira, tal como defende Domingos (2013), sendo que os sonhos devem ser divididos em três horizontes: curto prazo, até 1 ano (ex.: uma viagem, um curso), médio prazo, de 1 a 10 anos (ex.: uma casa, carro) e longo prazo, acima de 10 anos (ex.: independência financeira, reforma). O que significa que cada sonho deve ter nome, valor e prazo, pois que se não for mensurável, é apenas um desejo abstrato e muito dificilmente é alcançável.

Percebe-se que a visão da metodologia apresentada pelo autor citado, ao focar num sonho, o indivíduo desenvolve resistência para dizer "não" a compras impulsivas no presente, sendo também uma forma de gratidão ao futuro.

Orçar (a inversão da prioridade)

Este é o pilar mais disruptivo da metodologia, pois inverte a lógica tradicional onde o orçamento é focado em pagar contas e ver o que sobra. Enquanto isso há uma pergunta que não pode calar. Será que sobra mesmo?

Entretanto, o método convencional ensinado em economia sugere poupar o que resta após as despesas, ou seja, $\text{Rendimentos} - \text{Consumo (gastos)} = \text{Poupança}$. Ainda nesta perspectiva, Domingos propõe uma lógica inversa: $\text{Rendimentos} - \text{Sonhos} = \text{Despesas}$. Desta forma, o indivíduo prioriza os seus objetivos de vida antes de comprometer o rendimento com o consumo, ou seja, ajusta as despesas ao que resta, o que contraria a visão tradicional onde os sonhos são ajustados em função do que sobra, o que dificilmente vai ocorrer, visto que a nossa mentalidade é tendencialmente consumista permitindo que os desejos de consumo sejam superiores ao rendimento.

O processo consiste em que, assim o rendimento é creditado na conta, o montante destinado aos sonhos é retirado imediatamente. O indivíduo deve então adequar o seu padrão de vida ao montante restante. Desta forma, o indivíduo atua com um mecanismo de compromisso o que torna a construção do futuro uma obrigação prioritária.

Orçar é, por sua vez, priorizar os sonhos antes das despesas. O foco é perceber as atitudes de compra e investimento. Tal ideologia já tinha sido defendida por Domingos (2014), ao referir que o consumidor consciente pesquisa, planeja e compra à vista, evitando que os juros corroam o seu poder de compra futura.

Poupar (a proteção do futuro)

Poupar na Metodologia DSOP não significa apenas guardar dinheiro, mas sim proteger o valor conquistado e garantir que ele trabalhe a favor do indivíduo, ou seja, tem também que ver com a retenção do rendimento para a independência.

Ao reter recursos de forma estratégica para garantir a realização dos sonhos, o indivíduo vai conquistando a independência financeira, criando uma barreira de proteção contra imprevistos.

Todavia, é importante perceber:

- Reserva de segurança vs. Investimento: poupar serve tanto para garantir a realização dos sonhos quanto para criar a “reserva estratégica” (segurança);
- Comportamento: poupar exige o combate ao desperdício e a prática do consumo consciente. Trata-se de reter o recurso para que ele se multiplique.
- Independência Financeira: os ganhos gerados pelos seus ativos possam cobrir o seu custo de vida, eliminando a dependência do salário.

Considerando os quatro pilares anunciados, é possível desenhar o perfil financeiro dos indivíduos. A metodologia DSOP (Diagnosticar, Sonhar, Orçar e Poupar), criada por Domingos

(2013), costuma focar em quatro grandes grupos da sua literatura básica em testes de perfil e em materiais mais aprofundados baseados na pontuação e no comportamento em relação ao dinheiro.

O quadro a seguir elucida os perfis financeiros:

Quadro 1. Perfis financeiros

Perfis DSOP	Relação com o Ganho	Foco Principal	Sentimento
Superendividado (Crítico) Pontuação: 0-15	Gasta muito mais do que ganha. As dívidas acumuladas geram juros que consomem boa parte da renda, impedindo qualquer planejamento.	Sobrevivência/Dívidas	Angústia, estresse e a sensação de que não há saída
Endividado (Desequilibrado) Pontuação: 20-60	Gasta mais do que ganha, mas ainda mantém alguma funcionalidade, embora precária. Não possui reserva alguma e qualquer imprevisto (como um carro quebrado) o joga diretamente para o perfil de superendividado.	Vive no limite. Paga as contas com atraso ou recorre a parcelamentos (Consumo imediato)	Sobrecarga. A pessoa trabalha apenas para pagar boletos e sente que o dinheiro nunca é suficiente para o que ela realmente deseja.
Equilibrado (Zero a Zero) Pontuação: 65-90	O perfil mais comum no Brasil. Gasta o que ganha. Não sobra nada para investir. O futuro é negligenciado em favor do presente.	Paga todas as contas em dia e não tem dívidas atrasadas, o que gera uma falsa sensação de segurança (Manter o padrão atual)	Estagnação. A pessoa sente que "está tudo bem", mas percebe que seus grandes sonhos nunca saem do papel porque ela nunca tem o capital necessário.
Investidor (Sustentável) Pontuação: 95 em diante	Gasta menos do que ganha. É o perfil ideal da metodologia DSOP, focado na Independência Financeira. Possui reservas financeiras e faz o dinheiro trabalhar para ele por meio de investimentos adequados a cada objetivo.	Primeiro ele separa o valor para os seus sonhos (curto, médio e longo prazo) e vive com o que sobra. Ele domina a fórmula: <i>Renda - Sonhos = Gastos</i> .	Liberdade e propósito. O dinheiro não é um fim, mas um meio para realizar sonhos e garantir um futuro digno.

Fonte: adaptação de Domingos (2013).

1.3. Finanças comportamentais e a independência financeira

Para compreender por que razão indivíduos com rendimentos elevados enfrentam dificuldades de poupança, recorre-se às teorias de Finanças Comportamentais.

Kahneman (2011), Prémio Nobel da Economia, no livro *"Rápido e Devagar"*, explica que o cérebro humano opera através de dois sistemas: o sistema 1 (rápido, intuitivo e emocional) e o sistema 2 (lento, analítico e lógico). No contexto financeiro, o primeiro sistema é frequentemente dominado por uma tendência cognitiva de valorizar excessivamente a gratificação imediata em detrimento de benefícios futuros.

Mais tarde, Thaler (Prémio Nobel, 2017) introduz o conceito de *Nudge* (empurrão) e explica a "contabilidade mental", que explica que as pessoas tratam o dinheiro de forma subjetiva ou diferente dependendo da sua origem, sendo que muitas vezes os indivíduos gastam rendimentos extras de forma mais impulsiva e rápida do que o salário base.

Estes desvios cognitivos justificam a necessidade de uma educação financeira que não seja apenas informativa, mas transformadora de hábitos.

A distinção entre ativos e passivos é explorada por Kiyosaki (1997), em seu livro *"Pai Rico, Pai Pobre"*, que define a "Corrida dos Ratos" como o ciclo em que o indivíduo trabalha arduamente para pagar despesas que crescem na mesma proporção que os seus rendimentos. Logo, quem depende apenas do salário tende a estar na "Corrida dos Ratos".

Para o mesmo autor, a verdadeira riqueza não se mede pelo valor do salário, mas sim pelo tempo que se consegue sobreviver sem ele. É aqui onde deparamo-nos com o conceito de resiliência financeira.

Kiyosaki (1997), acrescenta que "a independência financeira não é sobre quanto você ganha, mas sobre quanto tempo você sobrevive sem rendimentos".

1.4. Literacia financeira no contexto angolano

Em economias expostas a variações cambiais e inflação, a habilidade de gerir recursos e diversificar fontes de rendimento torna-se uma competência de sobrevivência e cidadania, permitindo que as famílias naveguem em períodos de crise com maior segurança.

No contexto angolano, e particularmente na província de Cabinda, a literacia financeira deixou de ser uma competência desejável para se tornar um imperativo estratégico de Estado, pois é um instrumento de resiliência económica.

Segundo o Conselho Nacional de Estabilidade Financeira (CNEF), a estabilidade do sistema financeiro nacional depende diretamente da resiliência das famílias. Quando o cidadão comum possui competências para gerir o seu rendimento, o risco sistémico de incumprimento bancário diminui, fortalecendo a economia real.

O Banco Nacional de Angola (BNA), como regulador e principal impulsionador da Estratégia Nacional de Literacia Financeira (ENLF), define que a educação financeira é o alicerce para a Inclusão Financeira, salientando mesmo que "não basta bancarizar a população (abrir contas); mas é necessário garantir que o uso dos produtos financeiros seja consciente e produtivo.

Para o BNA, um cidadão literado é um cidadão menos vulnerável a esquemas fraudulentos e mais apto a utilizar o sistema para a acumulação de ativos, rompendo o ciclo de pobreza.

A Inclusão Social através das finanças baseia-se na democratização do conhecimento. Conforme as diretrizes do CNEF, a ENLF atua em três frentes principais para promover a justiça social, nomeadamente, a proteção/capacitação do consumidor, o fomento ao empreendedorismo, a segurança e ao planeamento.

No contexto desta investigação, percebe-se que enquanto a Metodologia DSOP oferece uma ferramenta individual de transformação (o micro), a Estratégia Nacional de Literacia Financeira do BNA oferece o suporte institucional (o macro). Porém, ambas convergem para o mesmo objetivo voltado para redução da vulnerabilidade económica do cidadão angolano.



2. MÉTODOS

Quanto à natureza e à abordagem metodológica, trata-se de uma pesquisa de cariz quantitativa e descritiva. Relativamente aos procedimentos de recolha e análise de dados, fez-se recurso ao questionário estruturado (*Google Forms*) composto por 19 perguntas (fechadas e de múltipla escolha, utilizando a lógica de Escalas de Atitude). Tais perguntas foram desenhadas para medir três dimensões da saúde financeira, a saber: dimensão operacional (orçamento e registo de gastos), dimensão comportamental (pesquisa de preços e controlo de prestações) e, por último, dimensão estratégica (investimentos, sonhos e reforma); cujos dados foram recolhidos entre abril e novembro de 2025.

O tratamento de dados foi feito com mensuração e objetividade, tendo os dados processados por Excel/ *Google Sheets* e aplicando a Tabulação para a organização dos dados em tabelas e gráficos para facilitar a visualização de padrões. Utilizou-se também a Estatística Descritiva para descrever e resumir os dados através de frequências e desvio padrão; a Estatística Inferencial para testar as hipóteses e correlações a fim de entender a relação entre variáveis.

Em termos de delimitação, o estudo circunscreve-se geograficamente à província de Cabinda, Angola, com foco na Educação Financeira Comportamental, utilizando especificamente a Metodologia DSOP (Diagnosticar, Sonhar, Orçar e Poupar) sob o ponto de vista da gestão financeira individual e a resiliência financeira.

No que tange à população e amostra, o estudo direciona-se a cidadãos economicamente ativos (trabalhadores e empreendedores) com acesso a canais digitais de comunicação. Utilizou-se uma amostragem por conveniência, de natureza não probabilística, através de partilha digital. A escolha deste método justifica-se pela acessibilidade aos inquiridos na província de Cabinda e pela viabilidade operacional na recolha de dados. A dimensão da amostra ($n=341$) confere uma base sólida para a identificação de padrões de comportamento e tendências sobre a saúde financeira local.

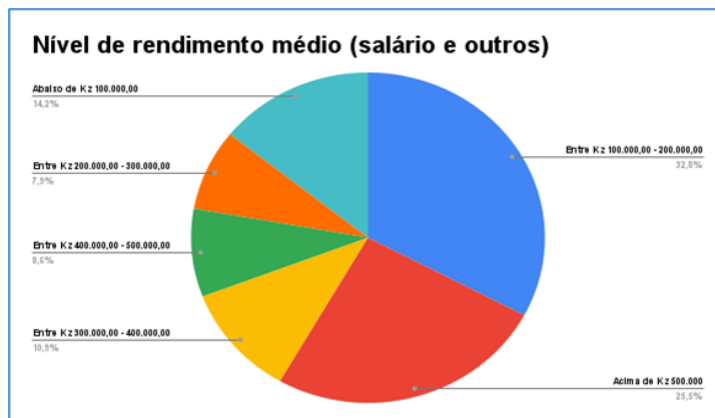
Para o presente estudo, consideraram-se as seguintes variáveis: (i) sociodemográficos (idade, rendimento e ocupação), (ii) comportamentais (hábitos de poupança, pesquisa de preços e uso de crédito) e (iii) cognitivas (conhecimento sobre investimentos e reforma).

Depois desta incursão teórica e metodológica, segue-se a apresentação e análise dos resultados da pesquisa.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

3.1. Perfil da amostra

A amostra é composta por uma classe trabalhadora ativa, predominantemente funcionários do Sector Privado (65,5%), e Público (34,5%), com forte presença de cargos de chefia (38,7%), cuja faixa etária maioritária situa-se entre 30 e 39 anos de idade e rendimentos predominantemente acima de 300.000,00Kz, o que sugere uma amostra com poder de compra aceitável para o contexto local.



3.2. Diagnóstico dos perfis financeiros em Cabinda

Ao aplicar as definições da Metodologia DSOP aos dados estatísticos da província de Cabinda, a análise revela uma realidade preocupante: a grande maioria da amostra encontra-se numa zona de risco financeiro, oscilando entre o equilíbrio precário e o endividamento, conforme a seguinte distribuição:

Tabela 1. Análise dos perfis financeiros

Perfil	Amostra	Situação / Causa	Estado de Saúde Financeira
Super-endividado	14%	Seu rendimento "não é suficiente e precisam de pedir ajuda ou empréstimos. Comportamento: ausência de reserva de emergência e o custo de vida elevado da província empurram estes indivíduos para um ciclo de angústia	Crítico (Emergência)
Endividado	28%	Com rendimentos (muitos acima dos 200.000, 00 Kz a 400.000,00 Kz), possuem dívidas que comprometem o seu padrão de vida. Comportamento: uso de parcelamentos é a norma. Estes sentem a sobrecarga de trabalhar apenas para "pagar o passado", estando na situação de "Corrida dos Ratos" conforme denomina Kiyosaki. Qualquer atraso salarial transforma-os instantaneamente em superendividados.	Instável (Sobrecarga)
Equilibrado	45%	É o grupo predominante em Cabinda. Corresponde aos que não sobreviveriam mais do que alguns meses sem o salário (42,8%) e aos que não sobra dinheiro (59,5%). Comportamento: vivem o que chamamos de "estagnação de luxo". Muitos ocupam Cargos de Direção ou Chefia, mas a sua saúde financeira é uma ilusão. Pagam as contas, mas não constroem património. A ausência do pilar Sonhar faz com que o dinheiro seja totalmente destinado ao consumo, gerando a falsa sensação de "estar bem" quando, na verdade, estão financeiramente imóveis e facilmente podem ir para o perfil de Endividado .	Vulnerável (Estagnação)
Investidor	13%	Tendem a praticar a fórmula Rendimento - Sonhos = Gastos e investem de forma regular e estratégica. Comportamento: Demonstram liberdade e propósito. Possuem resiliência para manter o padrão de vida por mais de um ano (alguns por mais de 5 anos). Em Cabinda, este perfil geralmente possui fontes de rendimento diversificadas ou uma reserva financeira privada sólida, permitindo-lhes focar no longo prazo.	Saudável (Liberdade)

Fonte: pesquisa de campo 2025.



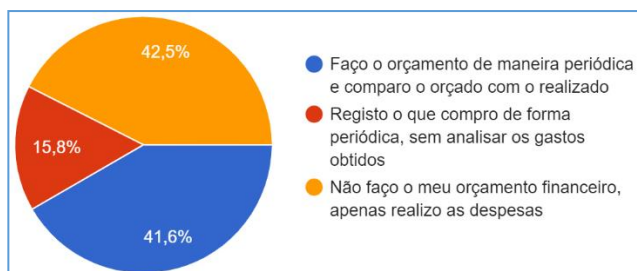
A análise revela que 87% da amostra (soma dos três primeiros perfis) vive num nível de insegurança financeira, o que revela vulnerabilidade caso se confirme a perda de emprego. Os dados revelam o “conforto” no perfil Equilibrado (dominância e alarmante) é a maior barreira à independência financeira em Cabinda. Sem a consciência, a maioria continuará a viver no limite das suas capacidades, independentemente dos aumentos de rendimentos que venham a receber (paradoxo do rendimento), o que prova que o problema não é o valor do ganho, mas sim a falta do Pilar Diagnosticar, conforme se pode ver o ponto a seguir.

3.3. Diagnóstico do Comportamento

Em consonância com Domingos (2013), os dados desta pesquisa mostram que os resultados da análise feita à população de Cabinda apresentam um comportamento abaixo da expectativa em relação aos quatro pilares da metodologia DSOP, conforme passamos a destacar.

Pilar Diagnosticar

A falta de monitorização é a raiz do desequilíbrio, visto que, por um lado, apenas 15,8% dos inquiridos registam o que compram sem, no entanto, exercerem o dever de analisar os dados;

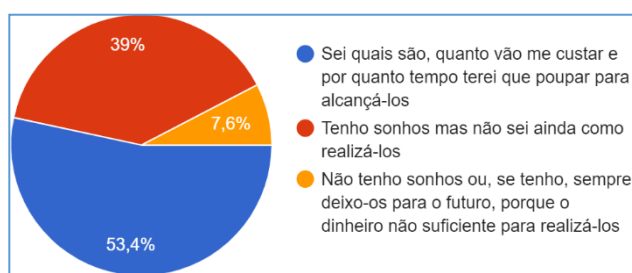


e, por outro, 42,5% não programam qualquer orçamento, e por esse motivo apenas realizam despesas (perfil reativo). Conforme defende Domingos, o diagnóstico é o primeiro passo da terapia financeira.

O estudo revela que 58,3% não o fazem, estando numa situação de “cegueira” financeira. A amostra confirma ainda que, sem o pilar do Diagnóstico, o aumento do rendimento é acompanhado pelo aumento proporcional do consumo, mantendo o indivíduo num ciclo de sobrevivência mensal, ou seja, numa corrida de ratos, tal como denomina Kiyosaki em *"Pai Rico, Pai Pobre"*.

Pilar Sonhar

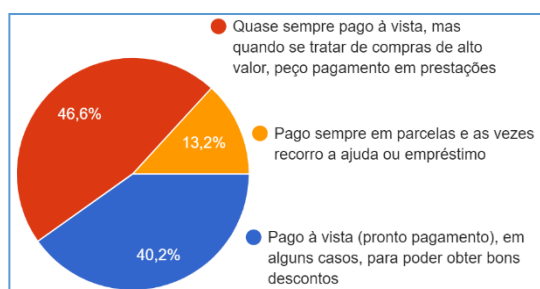
O estudo releva que 46,6% dos inquiridos têm sonhos abstratos, dos quais 39% não sabem quanto custam e 7,6% não poupam para eles mesmos, deixo-os para o futuro porque o dinheiro não chega. A Metodologia DSOP enfatiza que o sonho é o combustível da poupança. Na amostra, nota-se pouca conexão o que nos possibilitou



compreender que as pessoas entendem Independência Financeira como "conforto familiar" correspondendo a (69,5%), mas quase metade não quantifica os seus objetivos.

Na verdade, quem não sabe quanto custa o seu sonho, acaba por desperdiçar o dinheiro no sonho dos outros e sem planeamento. Sem o "combustível" do sonho, o dinheiro é gasto no dia-a-dia, impedindo a transição para o perfil Investidor (barreira do Sonho), o que não é salutar para a massa trabalhadora de Cabinda que, mais uma vez, confirma o foco no consumo ao invés da poupança e o preparo do futuro. No tocante a DSOP, observa-se que o pilar 'Sonhar' é afetado pela falta de Diagnóstico, combinado com a não quantificação dos seus objetivos de vida, o que perspectiva baixa cultura de poupança e, conseqüentemente, o nível de obtenção de reserva estratégica para acudir situações futuras.

Pilar Orçar

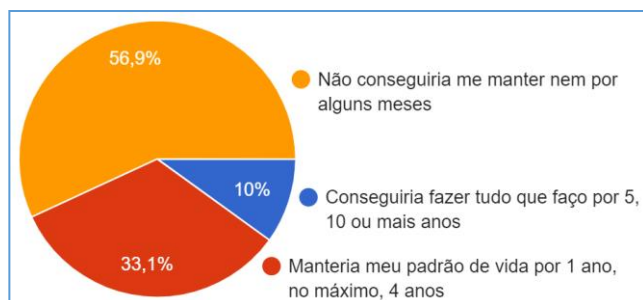


Quanto a gestão orçamental, tal como revelado no pilar diagnóstico, apenas 41,6% fazem o orçamento periódico e comparam com o realizado. Desta forma, a análise da amostra revela que o orçamento não é uma prática comum ou prioritária entre os quadros qualificados em Cabinda, validando a tese de Domingos de que a literacia

financeira é uma competência comportamental e não académica. Isto explica o recurso constante ao crédito (59,8%) no momento de realizar as despesas e 62,2% destes indivíduos possui dívidas, uma vez que as despesas não são planificadas.

Pilar Poupar (Resiliência Financeira)

Este é um dado impactante deste estudo, no sentido de que prova a vulnerabilidade em Cabinda, por esse motivo, 56,9% dos inquiridos não conseguiram manter-se nem por alguns meses

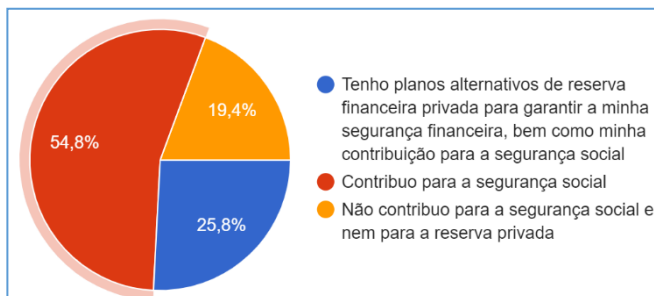


meses sem o salário, ou seja, vivem no limite. Isto é alarmante, dado que maior parte da amostra tem um vencimento mensal de 300.000,00 Kz. Foi possível verificar também que o grupo que auferia salários acima de 500.000,00 Kz (correspondente a amostra, 17,2%) tem o

mesmo comportamento de risco de quem ganha 100.000, 00 Kz. Sendo assim, pode-se dizer que o problema reside na falta de educação financeira e não na falta de dinheiro. Apenas 10% alegam possuir reserva para 5 ou mais anos. Isto também confirma a tese de Thaler de que os indivíduos

gastam rendimentos extras de forma mais impulsiva e rápida do que o salário base, visto ser uma amostra representada por 38,7% com indivíduos com cargos de Direção/Chefia.

A análise mostra igualmente que a maioria confia exclusivamente na Segurança Social (54,8%). Numa economia volátil como a de Angola, a ausência de uma "Reserva Estratégica" deixa o cidadão vulnerável a choques económicos. A reação maioritária (57,2%) de "cortar despesas apenas após o imprevisto" demonstra uma postura reativa e não proativa.



Quanto a disciplina em Poupança e Investimento, 46,3% afirmam que não sobra dinheiro para investimentos, evidenciando que o consumo absorve a totalidade (ou mais) do rendimento disponível; 34,6% investem na poupança apenas quando sobra (o que Domingos classifica como erro, pois deve-se poupar antes de gastar). Apenas 19,1% investem de forma estratégica (mais de 10% do salário).

Relativamente a Gestão de Dívidas e Consumo, a amostra revela que 58,1% alegam ter dívidas controladas ou não possuir dívidas. No entanto, corroborando a teoria de Kahneman (2011), observa-se que o comportamento impulsivo em Cabinda quando cruzamos com a atitude de compra (42,5%) sem analisar o impacto no orçamento, realizando as compras na base do funcionamento do sistema 1 (rápido, intuitivo e emocional).

3.4. Análise da estratégia do BNA versus a realidade de Cabinda

Ao confrontar os dados recolhidos com as diretrizes da Estratégia Nacional de Literacia Financeira (ENLF) e os preceitos da metodologia DSOP, observam-se três (3) pontos de convergência e lacunas críticas que merecem reflexão:

Inclusão financeira sem saúde financeira

Os relatos do BNA sublinham que a inclusão financeira é a porta de entrada para a dignidade social. Contudo, os resultados em Cabinda mostram um fenómeno de "inclusão incompleta". Embora a amostra esteja maioritariamente inserida na economia formal e em regime de salários bancarizados, verifica-se que 80,9% dos indivíduos não conseguem investir. Isto demonstra que o acesso ao sistema bancário, por si só, não garante a inclusão social se não for acompanhado pela Terapia Financeira. Como defende Domingos (2013), o conhecimento técnico sem a mudança de hábito mantém o cidadão escravo do ciclo de despesas.

Fragilidade da segurança social e a dependência do Estado

A ENLF, coordenada pelo CNEF, incentiva a criação de poupança privada para reduzir a pressão sobre o Estado. No entanto, os dados revelam que 54,8% confiam exclusivamente na Segurança Social para a reforma. À luz das Finanças Comportamentais de Kahneman (2011), isto reflete o "viés do presente", onde o indivíduo delega ao futuro (ou ao Estado) uma responsabilidade que deveria ser construída hoje através do pilar Poupar da metodologia DSOP. Esta dependência excessiva gera uma vulnerabilidade social a longo prazo, contrariando o objetivo de estabilidade defendido pelo CNEF.

O Desafio do pequeno investidor em Cabinda

O BNA defende que a literacia deve fomentar o investimento para combater a inflação. Porém, o diagnóstico aponta que o Pilar Orçar é a maior barreira em Cabinda. Verifica-se que apenas 41,6% da amostra afirma analisar o seu orçamento, o que contraria o potencial de investimento sugerido pela Estratégia Nacional. O "ralo financeiro" identificado por Domingos impede que o capital circule na economia local de forma produtiva, limitando o impacto da literacia financeira como ferramenta de desenvolvimento regional.

3.5. Relação entre os Resultados e as Hipóteses

Os dados obtidos confirmaram todas as hipóteses inicialmente formuladas, conforme apresentado abaixo:

Hipótese 1: O nível de rendimento não garante saúde financeira. Confirma-se a seguinte hipótese, pois ao cruzar os dados, observamos que mesmo na faixa de rendimento "Acima de 500.000, 00 Kz", a taxa de indivíduos sem reserva de emergência para mais de 6 meses é de 90%. Isto prova que em Cabinda, tal como defende Domingos, o desequilíbrio é comportamental e não por escassez de rendimento. O aumento do ganho é acompanhado pelo aumento do padrão de consumo, constituindo a chamada "Corrida dos Ratos" defendida pelo Kiyosaki em "Pai Rico, Pai Pobre";

Hipótese 2: A ausência de reserva de emergência está ligada ao uso excessivo de crédito. Confirma-se esta hipótese no sentido de que 56,9% da amostra vive no limite financeiro imediato. Os dados mostram que este grupo é o que mais recorre ao pagamento parcelado (59,8%) e admite que às vezes precisa de ajuda ou empréstimo (36,1%) para despesas básicas. A falta de uma reserva força o uso do crédito como extensão do salário.

Hipótese 3: O nível de escolaridade/cargo não assegura literacia financeira prática. Esta hipótese foi confirmada no sentido de que a amostra contém um número significativo de indivíduos com cargos (38,7%). No entanto, apenas 41,6% do total utiliza a ferramenta básica de gestão, o orçamento para a comparação entre previsto e realizado.

Hipótese 4: A construção de futuro (sonhar) é desejo abstrato e sem planeamento financeiro. Aqui estamos perante a uma hipótese confirmada parcialmente. Embora a quase totalidade da amostra afirme ter sonhos e objetivos: 39% não sabem quanto custam os seus sonhos e 7,6% não poupa para os alcançar, uma vez que não os consideram como um item integrante do orçamento mensal.

4. CONSIDERAÇÕES

A presente investigação permitiu diagnosticar, de forma inédita, a saúde financeira na província de Cabinda, sob a ótica da Metodologia DSOP e das finanças comportamentais. Os resultados obtidos conduzem às seguintes conclusões:

- A predominância do perfil "Equilibrado-Vulnerável", visto que a análise estatística revelou que a maioria dos trabalhadores em Cabinda (45%) se enquadra no perfil Equilibrado. Este grupo, embora bancarizado e com rendimentos estáveis, vive no "zero a zero", sem acumulação de ativos ou reservas. O facto de 56,9% da amostra não possuírem resiliência para sobreviver meses sem salário demonstra que a estabilidade percebida é uma ilusão de ótica financeira;
- A população de Cabinda vive uma "subsistência de luxo". O rendimento é consumido pelo padrão de vida imediato, deixando o cidadão vulnerável a qualquer alteração no fluxo salarial. O estudo permitiu observar que o pilar "Sonhar" é afetado pela falta de "Diagnóstico", uma vez que quase metade da amostra não quantifica os seus objetivos de vida, tornando a poupança/investimento como sendo não prioritário;
- O significado de Independência Financeira é enviesado, pois existe uma confusão conceitual entre "conforto de consumo" e "independência financeira". Assim, para a maioria ser independente está ligado ao bem-estar familiar imediato e não à construção de ativos que gerem rendimento passivo. Esta mentalidade reflete-se na falta de investimentos (mais de 80% não investem) e numa confiança quase exclusiva na Segurança Social pública para a reforma;
- Sobre o alinhamento com a Estratégia Nacional (BNA/CNEF), o estudo concluiu que os esforços para a inclusão financeira atingiram a meta da bancarização, mas ainda não consolidaram a saúde financeira, pois existe um fosso entre ter uma conta bancária e saber gerir o património. A literacia financeira em Cabinda precisa de evoluir de uma abordagem técnica para uma abordagem comportamental, onde o pilar Sonhar funcione como o motor da retenção de capital.

A contribuição da Metodologia DSOP (Diagnosticar, Sonhar, Orçar e Poupar) revela-se como a solução prática para a realidade diagnosticada. A inversão da fórmula para Rendimento - Sonhos = Despesas é a ferramenta essencial para que os cidadãos de Cabinda transitem do perfil



REVISTA CIENTÍFICA - RECIMA21 ISSN 2675-6218

DIAGNÓSTICO DA SAÚDE FINANCEIRA NA PROVÍNCIA DE CABINDA: UMA ANÁLISE COMPORTAMENTAL SOB A METODOLOGIA DSOP
Francisco Ernesto Capita

Equilibrado para o perfil Investidor, garantindo não apenas a sobrevivência, mas a independência financeira e a proteção contrachocos económicos externos.

Deste modo, é seguro afirmar que o maior desafio na província de Cabinda não é a geração de rendimento (visto que muitos têm salários acima de 300.000,00Kz), mas sim a transição de mentalidade. Esta transição exige a adoção rigorosa dos Pilares Diagnosticar (para cortar o desperdício do "zero a zero") e Sonhar (para dar um destino ao dinheiro que deve sobrar).

Em suma, a saúde financeira em Cabinda não é um problema de escassez de rendimentos, mas sim de gestão de hábitos. A transformação da província num pólo de resiliência financeira individual depende da adoção de políticas de educação financeira que priorizem o autoconhecimento e a planificação de curto, médio e de longo prazos. Este estudo serve, portanto, como um guia para que indivíduos e instituições possam traçar o caminho da vulnerabilidade para a liberdade financeira.

Para futuros estudos, sugere-se análises comparativas entre municípios, províncias, regiões; e um acompanhamento de ano a ano para aferir a evolução do comportamento da população.

RECOMENDAÇÕES

Com base no diagnóstico que revelou que 46,3% da amostra vive sem reserva de emergência e 58,3% carecem de hábitos de orçamentação, propõem-se as seguintes ações fundamentadas na metodologia DSOP:

1. Implementação do Diagnóstico de 30 a 90 dias: que os indivíduos iniciem o registo minucioso de todas as saídas financeiras (desde pequenos gastos diários até despesas fixas) por um período de um mês ou até três meses. O objetivo é identificar o "lucro" oculto no orçamento, permitindo o redirecionamento de verbas que atualmente se perdem em despesas supérfluas para a construção da reserva de emergência;

2. Priorização do pilar "Sonhar" como item de Despesa: para inverter o quadro de que da amostra que não consegue investir, sugere-se a adoção da fórmula: Rendimento - Sonhos = Despesas. Em vez de poupar o que sobra (o que raramente acontece), o indivíduo deve "pagar-se a si mesmo" primeiro, tratando a meta do seu sonho como uma factura obrigatória a ser liquidada no início do mês;

3. Institucionalização de Programas de Literacia Financeira Corporativa: dado o elevado número da massa trabalhadora na província de Cabinda deve-se promover *workshops* de Terapia Financeira. Funcionários e empreendedores financeiramente saudáveis apresentam menores níveis de estresse, maior produtividade e menor taxa de absentismo. Estas ações devem focar-se não na técnica bancária, mas na mudança de comportamento e hábitos de consumo;

4. Educação para a Reforma Multicanal: sendo que a maioria da amostra depende exclusivamente da Segurança Social, é urgente promover a literacia sobre investimentos

ISSN: 2675-6218 - RECIMA21

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.



complementares. Recomenda-se a exploração de ativos reais, pequenos negócios ou investimentos financeiros que garantam um rendimento passivo futuro, mitigando os riscos da desvalorização cambial e da inflação.

REFERÊNCIAS

ANGOLA. Conselho Nacional de Estabilidade Financeira (CNEF). **Estratégia Nacional de Literacia Financeira**. Luanda: CNEF, 2018-2022.

BANCO NACIONAL DE ANGOLA (BNA). **Relatórios de Inclusão e Literacia Financeira**. Luanda: BNA, s. d. Disponível em: bna.ao. Acesso em: 2024.

DOMINGOS, Reinaldo. **Terapia financeira**: realize seus sonhos com a metodologia DSOP. São Paulo: Editora DSOP, 2013.

DOMINGOS, Reinaldo. **Livre-se das dívidas**: aprenda a diagnosticar sua vida financeira e a sair do vermelho. São Paulo: DSOP, 2014.

GIL, Antônio Carlos. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. São Paulo: Atlas, 2008.

KAHNEMAN, Daniel. **Rápido e devagar**: duas formas de pensar. Rio de Janeiro: Objetiva, 2011.

KIYOSAKI, Robert T. **Pai Rico, Pai Pobre**. Rio de Janeiro: Alta Books, 1997.

LUSARDI, Annamaria; MITCHELL, Olivia S. The Economic Importance of Financial Literacy: Theory and Evidence. **Journal of Economic Literature**, 2014.

OCDE. **OECD/INFE Toolkit para a Medição da Literacia Financeira e Inclusão Financeira**. Paris: OECD Publishing, 2021.

THALER, Richard H. **Nudge**: O Empurrão para a Escolha Certa. Rio de Janeiro: Objetiva, 2017.