

PERCURSOS E DESAFIOS DA DIÁSPORA BRASILEIRA NOS ESTADOS UNIDOS: UMA ANÁLISE DAS NARRATIVAS DO PODCAST CARREIRA SEM FRONTEIRAS

Rafael Pires de Holanda¹, Rogério Luiz da Silva Ramos²

¹Instituto Federal do Amapá, Santana, Brasil (rafaholanda0@gmail.com)

²Instituto Federal do Amapá, Santana, Brasil.

Resumo: Este trabalho analisa os percursos e desafios da diáspora brasileira nos Estados Unidos, a partir das narrativas do podcast Carreira Sem Fronteiras. Utilizando abordagem qualitativa e análise temática, identificam-se entraves burocráticos, barreiras culturais, desafios financeiros e sociais enfrentados pelos migrantes. O estudo revela as principais estratégias de adaptação, resiliência e construção de redes de apoio no processo de inserção profissional e cultural.

Palavras-chave: Diáspora brasileira; Migração; Estados Unidos da América.

INTRODUÇÃO

A migração internacional configura-se como um fenômeno global impulsionado por fatores econômicos, sociais, políticos e pessoais (Castles e Miller, 2014). Dentre esses fluxos, a diáspora brasileira tem ganhado destaque, com um número expressivo de cidadãos em busca de novas ou melhores oportunidades e experiências de vida em diferentes países (Migration Policy Institute, 2022).

Nesse contexto, os Estados Unidos da América (Estados Unidos), polo de atração para migrantes, se apresenta como um dos principais destinos para esses brasileiros, abrigando uma comunidade marcada por uma heterogeneidade de perfis e motivações – desde profissionais qualificados até indivíduos em busca de melhores condições econômicas ou segurança (Migration Policy Institute, *op. cit.*).

O conceito de diáspora, contudo, transcende a mera dispersão geográfica. Engloba também a complexa manutenção de laços culturais com o país de origem, ao mesmo tempo em que ocorre o processo de adaptação a uma nova sociedade (Brubaker, 2005). Por isso, compreender essa dinâmica exige um olhar atento às vivências individuais.

Nesse sentido, as narrativas pessoais ganham importância fundamental. As histórias individuais revelam as nuances, os desafios e as estratégias de enfrentamento que fazem parte desse processo, indo além de dados estatísticos ou análises generalistas. O compartilhamento dessas experiências contribui tanto para a construção de um senso de comunidade entre os migrantes, quanto para o avanço do conhecimento acadêmico sobre os processos migratórios.

O alcance e a forma de compartilhamento dessas narrativas foram fortemente potencializados pela era digital. Plataformas como blogs, redes sociais eletrônicas e, mais recentemente, podcasts, tornaram-se espaços para a articulação de vozes e experiências diaspóricas (Llinares, Fox e Berry, 2018).

Podcasts, em particular, oferecem um formato íntimo, o que permite que as histórias sejam contadas de forma detalhada, alcançando assim, uma audiência engajada (Berry, 2015). O podcast Carreira Sem Fronteiras se apresenta como um exemplo relevante desse fenômeno, ao divulgar narrativas de brasileiros que construíram suas carreiras em diferentes países, incluindo os Estados Unidos, foco desta pesquisa.

A experiência migratória, embora potencialmente enriquecedora, é frequentemente marcada por uma série de desafios significativos (Menjívar e Kanstroom, 2014). As narrativas coletadas no podcast Carreira Sem Fronteiras expõe as dificuldades inerentes ao estabelecimento da diáspora brasileira nos Estados Unidos. Questões burocráticas como a obtenção e manutenção de vistos, a validação de diplomas e a falta de histórico de crédito, representam barreiras iniciais consideráveis, o que exige planejamento e resiliência.

Além dos entraves burocráticos, a inserção no mercado de trabalho local e a adaptação a novos hábitos e costumes geralmente apresentam seus próprios obstáculos. O choque cultural também se manifesta nas interações sociais e nas diferenças de costumes, o que pode gerar sentimentos de estranhamento e, por vezes, experiências de preconceito (Martin e Nakayama, 2010).



A adaptação linguística, mesmo para aqueles com conhecimento prévio de inglês, revela-se um processo contínuo, com desafios específicos no domínio da linguagem cotidiana e, sobretudo, na informal (Gudykunst; Hammer, 1987).

Dado esse panorama inicial, esta pesquisa se orienta pela seguinte questão norteadora: *Quais são as principais estratégias de adaptação na superação dos desafios enfrentados pela diáspora brasileira nos Estados Unidos, de acordo com as narrativas apresentadas no podcast?*

Com base nessa problemática, o objetivo geral consiste em investigar, a partir dos depoimentos dos entrevistados, os principais mecanismos de adaptação que favorecem o enfrentamento das barreiras inerentes ao processo migratório e à inserção cultural e profissional nos Estados Unidos.

Para alcançar esse propósito, a pesquisa se desdobra nos seguintes objetivos específicos:

1. Mapear os entraves burocráticos e as dificuldades de acesso ao mercado de trabalho, identificando as soluções construídas pelos migrantes para enfrentá-los e superá-los.
2. Examinar os choques culturais vivenciados, com ênfase nas dificuldades de comunicação, hábitos sociais e diferenças de valores.
3. Avaliar os desafios relacionados ao custo de vida e à gestão financeira, compreendendo como os brasileiros se planejam e se organizam economicamente.

A relevância desta pesquisa, portanto, manifesta-se em duas principais dimensões. A primeira, no âmbito acadêmico, reside na ampliação do debate sobre diáspora e comunicação, ao analisar, de forma aprofundada, um corpus específico de narrativas de brasileiros que vivenciam o processo migratório.

Ao investigar as estratégias de adaptação mobilizadas por esses indivíduos, a pesquisa contribui para a construção de um conhecimento mais sensível, qualificado e alinhado às experiências concretas da diáspora brasileira no contexto contemporâneo.

A segunda dimensão, de caráter social, está diretamente vinculada à própria comunidade brasileira, tanto aquela já estabelecida nos Estados Unidos quanto aqueles que, ainda no Brasil, planejam construir uma trajetória no exterior. Ao oferecer um retrato fiel dos desafios, das conquistas e dos caminhos percorridos por outros migrantes, os achados da pesquisa funcionam como um espelho que valida essas experiências, fortalece o senso de pertencimento e, sobretudo, fornece referências, aprendizados e inspirações para quem está no início ou prestes a iniciar seu processo migratório.

MATERIAL E MÉTODOS

Esta pesquisa se caracteriza como qualitativa, exploratória e descritiva, com ênfase na análise de narrativas. Segundo Denzin e Lincoln (2006), abordagens qualitativas são adequadas para compreender significados e experiências subjetivas, pois permitem acessar as interpretações construídas pelos indivíduos sobre sua própria realidade. Alinhando-se aos objetivos do estudo, que buscam mapear estratégias de adaptação, entraves burocráticos e experiências culturais a partir de depoimentos, optou-se por uma investigação centrada na análise temática, que, conforme Braun e Clarke (2006), orienta a identificação de padrões em relatos pessoais.

A coleta de dados ocorreu em ambiente digital, por meio do podcast *Carreira Sem Fronteiras* hospedado na plataforma Apple Podcasts, com acesso livre em: <https://podcasts.apple.com/us/podcast/carreira-sem-fronteiras/id1451204904>. O principal instrumento de coleta de dados foi o próprio podcast, acessado via smartphone (modelo iPhone), utilizando o aplicativo Apple Podcasts, que dispõe de funcionalidade de transcrição automática de episódios.

Todos os 134 episódios disponíveis do podcast foram transcritos com o auxílio da ferramenta de transcrição da Apple no aparelho e, posteriormente, transferidos para arquivos Google Docs, organizados em quatro documentos distintos devido ao volume de conteúdo. Em seguida, foi realizado um processo de triagem, no qual foram identificados os episódios com participação de brasileiros residentes nos Estados Unidos. Essa filtragem resultou em 15 episódios que compõem o *corpus* da presente pesquisa.

Após a transcrição, procedeu-se à escuta ativa de todos os episódios selecionados, com conferência e ajustes manuais das transcrições, a fim de garantir a fidelidade do conteúdo. As falas das pessoas entrevistadas foram então submetidas a uma análise temática, buscando a identificação de padrões relacionados aos objetivos específicos 1, 2 e 3 da pesquisa. Essa abordagem interpretativa permitiu compreender os significados atribuídos às experiências migratórias por parte dos próprios sujeitos, o que é coerente com a natureza qualitativa da investigação.

Por se tratar da análise de material público disponível em plataforma aberta, sem coleta direta de dados ou relatos pessoais sensíveis, nem mesmo a interação com os participantes, esta pesquisa não demandou aprovação por Comitê de Ética, (artigo 1º, inciso II da Resolução nº 510, de 7 de abril de 2016, do CNS). Ainda assim, respeitou-se o princípio da integridade acadêmica, mantendo a fidelidade aos relatos, preservando os sentidos originais das narrativas e atribuindo os devidos créditos às fontes.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Para uma melhor visão dos resultados, apresenta-se, inicialmente, a síntese dos participantes cujos relatos foram analisados. A Tabela 1, a seguir, reúne informações como o número do episódio, a profissão, a região do Estados Unidos, o estado e a cidade onde cada entrevistado residia no momento da gravação.

Originalmente, as descrições dos episódios não incluíam a indicação das regiões ou dos estados norte-americanos. Estes foram posteriormente inseridos durante o processo de organização do corpus.

Tabela 1. Caracterização dos participantes.

EP	Nome e Profissão	Região, Estado e Cidade
007	Loiane, Desenvolvedora.	Sul; Flórida; Tampa.
012	Caio, Gerente de Pesquisa.	Nordeste; Massachusetts; Boston.
017	Eliane, Arquiteta.	Sul; Flórida; Orlando.
038	Guga, Empreendedor e Investidor.	Sul; Flórida; Miami.
041	Thiago, Desenvolvedor	Oeste; Washington; Seattle.
045	Érica e Patrícia, Empreendedoras em Recrutamento.	Sul; Flórida; Miami.
061	Gabriel, Desenvolvedor	Oeste; Washington; Seattle.
072	Mariana, Fonoaudióloga e Doutoranda.	Nordeste; Nova Iorque; Syracuse.
077	Maurício, Desenvolvedor.	Nordeste; Pensilvânia; Filadélfia.
083	Gustavo, Empreendedor, apicultor e podcaster.	Sul; Flórida; Gainesville.
092	Henrique, Empresário.	Sul; Flórida; Miami.
105	Diego, Empreendedor.	Oeste; Califórnia; São Francisco
118	Marcos, Caminhoneiro.	Nordeste; Nova Jersey; Palisades Park.
124	Lucas, Desenvolvedor.	Oeste; Califórnia; Sunnyvale.
130	Ranieri, Gerente Comercial.	Oeste; Washington; Seattle.

Fonte: Dados do podcast Carreira Sem Fronteiras (Apple Podcasts, 2024). Organização dos autores.

Aplicando-se a metodologia de análise temática de conteúdo aos depoimentos, esta pesquisa agora apresenta os resultados qualitativos que abordam os objetivos específicos definidos anteriormente. Esses resultados exploram a complexidade das experiências vividas, as estratégias de enfrentamento e as percepções subjetivas dos entrevistados, dando voz às suas trajetórias individuais

1. Entraves burocráticos e dificuldades de acesso ao mercado de trabalho: Desafios e soluções.

A análise das narrativas evidencia que o percurso migratório para os Estados Unidos é marcado por barreiras burocráticas significativas, principalmente relacionadas à obtenção e manutenção de vistos, e por obstáculos na inserção e progressão no mercado de trabalho. As soluções e estratégias para superá-los variam e, frequentemente, exigem proatividade, planejamento e o suporte da rede de contatos ou mesmo das empresas contratantes.

• O Visto como porta de entrada e barreira persistente.

O processo de visto é universalmente apontado como complexo e gerador de ansiedade. Diferentes categorias de visto foram mencionadas, cada uma com seus próprios desafios:

O visto H1B, comum para profissionais qualificados, é descrito como uma “loteria”, onde a sorte é o fator determinante, independentemente da qualificação do candidato. Gabriel (061), relata ter tentado o H1B por dois anos sem sucesso, o que o levou a iniciar a carreira em uma filial no Brasil enquanto aguardava.

Caio (012) também não foi “sorteado” no H1B e obteve o visto O1, para pessoas com “habilidades excepcionais”. Um processo que ele descreve como “mais difícil de conseguir” por exigir a comprovação de estar entre “o 1% dos profissionais capacitados” através de vasta documentação.

Loiane (007) viajou com o visto L, de transferência interna da empresa, que exige um ano de trabalho na filial do país de origem. Maurício (077) também utilizou um visto de trabalho associado à empresa, destacando a dependência que esse visto cria em relação ao empregador.

Buscando a validação de seu diploma, Eliane (017) aplicou para um mestrado, inicialmente com o visto F2 (dependente do marido estudante), que não permite trabalhar. Posteriormente, buscou a permissão de trabalho OPT (*Optical Practical Training*) após a conclusão de seu mestrado.

Marcos (118) relata ter entrado inicialmente com visto de turista nos anos 90 e “deixado vencer”, vivendo de forma “normal” contanto que “respeite, será respeitado” e “não pise na bola”.



Ranieri (130), foi para os Estados Unidos por meio de um MBA, com visto de estudante. Posteriormente, recebeu uma oferta de trabalho, o que viabilizou a sua permanência.

A burocracia e a morosidade do processo de visto são recorrentes. Caio descreve o processo para o O1 como “nove meses” e Maurício detalha os custos elevados associados ao visto de trabalho (cerca de 10 a 12 mil dólares) e ao processo de residência permanente (15 a 20 mil dólares) (em 2020), além da longa espera para certas nacionalidades. A dependência do visto em relação à empresa é vista como uma “mão de obra escrava” em alguns casos, especialmente para quem vem via consultorias.

- **Acesso e inserção no mercado de trabalho.**

A chegada nos Estados Unidos exige adaptação ao mercado de trabalho local.

A validação de diplomas e a falta de histórico de crédito local são obstáculos iniciais. Eliane teve que validar seu diploma de arquitetura no Brasil, um processo caro e que exigiu a tradução de centenas de páginas. Ainda, a falta de histórico de crédito complica a locação de imóveis e a contratação de serviços, exigindo depósitos adiantados ou garantias adicionais, relata.

Para alguns, a proatividade na busca por oportunidades foi fundamental. Loiane aponta a importância de “ser protagonista da sua carreira” e expressar o desejo de transferência à empresa. Henrique (092), enfatiza a necessidade de resiliência e persistência na prospecção de clientes, enviando centenas de e-mails para abrir portas.

A experiência prévia, especialmente em grandes empresas ou com clientes internacionais, e as qualificações técnicas são valorizadas. No entanto, apenas a capacidade técnica pode não ser suficiente. As empresas buscam algo que “te diferencia”. As “*soft skills*”, como comunicação, criatividade e trabalho em equipe, são consideradas importantes, especialmente para cargos executivos. Erica e Patrícia (045) destacam que “o que ganha o jogo hoje são as competências *soft*”.

Alguns entrevistados destacam a vantagem de certas áreas ou especializações no mercado americano. Thiago (041) menciona que a área de tecnologia é “muito aquecida” e oferece altos salários. Marcos enfatiza a demanda por “mão de obra especializada”, como eletricitistas, encanadores, carpinteiros ou caminhoneiros, garante boa remuneração, independentemente da formação acadêmica.

Lucas (124), ressalta que as empresas de tecnologia buscam qualidade de *software* e proficiência em tecnologias de ponta no ramo do desenvolvimento de aplicações digitais.

2. Choques culturais e comunicação: Desvendando as diferenças.

A imersão em uma nova cultura inevitavelmente leva a choques culturais e desafios na comunicação e nas interações sociais. Os entrevistados descrevem diferenças de hábitos, valores e formas de relacionamento.

Embora muitos cheguem com algum conhecimento formal da língua inglesa, a fluência do cotidiano e no ambiente de trabalho exige um aprendizado contínuo. O inglês técnico ou de negócios é diferente do inglês informal e cotidiano.

Loiane relata dificuldade com “coisas do dia a dia” mesmo tendo fluência para o trabalho. Guga (038), descreve a estranheza inicial de usar uma linguagem “formal” no supermercado. Mariana (072) sentiu que seu inglês básico não era suficiente para a rotina.

A imersão é apontada como o fator mais importante para ganhar fluência. Thiago também foi forçado a aprender rapidamente ao ser enviado aos EUA logo após a contratação no Brasil: “ou aprende ou aprende”. Mariana relata que intensificou o aprendizado participando de diversas aulas e grupos de conversação, evitando a “bolha de brasileiros”.

Estratégias de aprendizado incluem consumir mídia em inglês (filmes, séries, podcasts), mudar a língua de dispositivos eletrônicos. A perda da vergonha de errar é vista como fundamental. Henrique, afirma: “o segredo é perder a vergonha”. Marcos também enfatiza a importância de “não ter vergonha” e a ajuda de pessoas que “querem te entender”.

O sotaque é algo que geralmente persiste e pode até ser uma forma de identificação, como relatado por Lucas, que teve o sotaque identificado por uma colega brasileira. Crianças, no entanto, adaptam-se mais rápido e tendem a falar com menos sotaque estrangeiro devido à imersão com menos idade.

Situações engraçadas (chamadas de *perrengues*, nos episódios) frequentemente envolvem dificuldades com os falsos cognatos, como a palavra “*dick*” (termo vulgar para pênis), usada por uma colega de Eliane querendo se referir à “*dike*” (que significa dique ou barragem). Ou, “*pretend*” (fingir) usado por Mariana como “pretender” (ter intenção), dentre muitas outras.

- **Relações sociais e diferenças culturais.**

A forma de estabelecer amizades e interagir socialmente difere significativamente.

Americanos são frequentemente descritos como “reservados” ou “sisudos” em contraste com a “calor humano” e a espontaneidade brasileira. Loiane sente a necessidade de pedir permissão para dar um abraço em colegas de trabalho.



Mariana destaca que americanos “não gostam de ser tocado” e a necessidade de se policiar para não tocar nas pessoas. Maurício achou mais fácil fazer amizade com pessoas de nacionalidades culturalmente mais próximas, como italianos, por exemplo.

Há uma separação maior entre vida pessoal e profissional em algumas empresas. Caio percebe que “não é tão comum o pessoal sair com o pessoal de trabalho” ou almoçar junto. Ele tenta introduzir elementos mais sociais em sua equipe. Thiago, também observa que “na maioria dos times, as pessoas não almoçam juntas”.

Construir um círculo social exige esforço e busca ativa por comunidades fora do ambiente de trabalho (esportes, *hobbies*, voluntariado). Mariana encontrou na participação em trabalhos voluntários uma forma eficaz de interagir e melhorar a comunicação. Thiago joga futebol com os locais. Maurício participou de um grupo de prática de português para estrangeiros, onde fez muitos amigos.

A comunidade brasileira e outros expatriados tornam-se uma importante rede de apoio social, especialmente no início. Guga enfatiza a importância de estar “aberto a novas experiências” e a conhecer outros brasileiros, superando a ideia de “ficar isolado num gueto”. Eliane, relata que há “toneladas de brasileiros” em sua região, mas que a mudança para um bairro com mais americanos foi benéfica para praticar inglês e vivenciar outra dinâmica.

A adaptação social é um processo contínuo, e alguns entrevistados ainda sentem barreiras mesmo após anos residindo nos Estados Unidos. A mudança de cidade, como relatado por Mariana, exige recomeçar a construção de amizades. O suporte familiar (esposo/esposa, filhos) é essencial. Os filhos, ao se integrarem na escola, podem inclusive facilitar a interação dos pais com outros pais, americanos.

• **Experiências de preconceito e estranhamento.**

A condição de imigrante pode levar a situações desconfortáveis.

Mariana e Maurício descrevem a sensação de ser visto como um “corpo estranho” ou “alien”, mesmo com documentação regular. Maurício chegou a postar no Facebook “você sempre vai ser um corpo estranho”.

Guga menciona que onde mora, Miami “hub da América Latina” por ter nome latino (Gustavo), frequentemente é abordado em espanhol. Contudo, “Eu entendo espanhol, mas eu não falo”. Ele então responde em inglês, e isso às vezes causa estranhamento e até irritação na outra pessoa, que por achar que ele é um nativo da língua espanhola, mas se recusa a falar “seu próprio” idioma por estar nos Estados Unidos.

Experiências mais diretas de preconceito foram relatadas por Loiane (“cliente que não quis falar com ele [o esposo], porque ele não é americano”) e Érica (045) (ser parada pela polícia frequentemente por motivos “insólitos”). Marcos, o caminhoneiro, minimiza o preconceito direto (“nada a ponto de falar, sai daqui”) mas admite olhares “tortos” por falar outra língua.

3. **Custo de vida e gestão financeira:**

Equilibrando as contas e as expectativas.

A dimensão financeira é um fator crítico na experiência migratória, envolvendo desde o alto custo de vida em certas regiões até a necessidade de planejamento financeiro e muitas adaptações.

• **O alto custo de vida e suas variações regionais.**

O custo para viver nos Estados Unidos é geralmente percebido como elevado, especialmente em comparação com o Brasil.

A moradia é citada consistentemente como o item mais caro, especialmente aluguel em grandes centros e cidades de alta demanda tecnológica. Diego (105) menciona que o aluguel médio de um quarto é 3.500 dólares (em 2021). Lucas, no Vale do Silício, fala em 3 mil dólares para um apartamento pequeno de 2 quartos (em 2021).

O custo de vida varia drasticamente entre estados e cidades. Boston e Miami são caras, mas não tanto quanto Nova Iorque ou São Francisco (*Bay Area*). Gainesville, Flórida, é considerada mais barata que Orlando. O Texas é apontado como o lugar mais barato onde Gustavo já morou, em parte devido ao baixo preço da gasolina e ao custo de transporte.

Serviços são particularmente caros, incluindo saúde, educação privada, e mão de obra (montagem de móveis, consertos, transporte). A saúde, em especial, pode gerar dívidas significativas.

Em contrapartida, bens de consumo, eletrônicos e alguns alimentos podem ter preços semelhantes ou até mais acessíveis, e frequentemente com maior qualidade ou durabilidade, o que contribui para a sensação de que o “dinheiro rende mais” ou permite “viver melhor ganhando menos” em certos aspectos.

• **Salários e qualidade de vida.**

A percepção sobre o salário e a qualidade de vida é complexa e varia com a conversão mental constante para o Real e com os custos locais.

Os salários nos Estados Unidos são geralmente maiores que no Brasil, especialmente em áreas de tecnologia. Diego relata que um estagiário em São Francisco pode ganhar “quase 100 mil dólares por ano” e que 10 mil dólares mensais é um salário considerado “baixo” para um júnior (em 2021).



Embora o custo de vida seja alto, especialmente em grandes centros, a qualidade de vida percebida pode ser superior à do Brasil. A sensação de que o dinheiro rende mais para as necessidades básicas e que aumentos salariais realmente melhoram a vida (em vez de apenas acompanhar a inflação) contribui para essa percepção.

O acesso a bens e serviços, mesmo para pessoas de menor renda, é visto como superior ao do Brasil em alguns aspectos. Loiane menciona que uma pessoa ganhando salário mínimo (na Flórida – cerca de 8 dólares/hora na época) (em 2019) pode ter casa, carro, ar condicionado, máquina de lavar, etc.

Planejamento financeiro e reserva de dinheiro são essenciais, especialmente para os custos iniciais (depósitos de aluguel, compra de carro, móveis). A necessidade de construir histórico de crédito exige disciplina e paciência.

A segurança é um fator relevante na percepção da qualidade de vida de todos os entrevistados. Diego, por exemplo, expressa explicitamente essa diferença ao comparar São Francisco com o Rio de Janeiro. Ele relata que lá, já foi assaltado “seis ou sete vezes”. Em contrapartida, em São Francisco, relata não conhecer uma só uma pessoa que “passou por isso”.

Embora mencione que São Francisco tem problemas com pessoas em situação de rua e dependência química, ele esclarece que, “apesar de serem assustadoras, essas pessoas não assaltam”. Para ele, essa sensação de não precisar estar “sempre vigilante” em relação à segurança pessoal contribui significativamente para a sua qualidade de vida.

Ranieri, ao descrever sua experiência, embora não faça uma comparação direta e explícita com a segurança no Brasil, destaca a calma e a segurança como características da cidade que mora, e sugere que isso é um ponto valorizado e que pode contrastar com a realidade de algumas cidades grandes.

CONCLUSÃO

A investigação proposta neste estudo buscou explorar, a partir das experiências narradas por brasileiros no podcast *Carreira Sem Fronteiras*, os principais mecanismos de adaptação e resiliência empregados para enfrentar os desafios da migração e da inserção nos Estados Unidos. A análise das entrevistas permitiu identificar um conjunto de obstáculos recorrentes e as diversas estratégias utilizadas pelos migrantes para superá-los.

De modo geral, os desafios enfrentados pela diáspora brasileira nos Estados Unidos podem ser agrupados em três grandes dimensões: burocráticas e de acesso ao mercado de trabalho, culturais e sociais, e financeiras e práticas do cotidiano.

As barreiras burocráticas incluem a complexidade na obtenção e manutenção de documentos, a validação de qualificações profissionais e a necessidade de estabelecer credenciais financeiras. A inserção no mercado de trabalho, embora muitas vezes impulsionada pela busca por melhores oportunidades e pela valorização de certas áreas, exige adaptação às dinâmicas locais e superação da concorrência.

Os choques culturais se manifestam em diferenças nos hábitos sociais e de comunicação, na percepção do espaço pessoal e em normas de interação, que podem gerar estranhamento e dificuldades de relacionamento. A adaptação linguística é um processo contínuo que demanda esforço para além do inglês técnico ou formal, resultando por vezes em *gafes*, mas também em momentos de aprendizado e resiliência. Sentir-se como um “corpo estranho” ou enfrentar olhares de lado ou preconceito são desafios sociais reais mencionados em algumas narrativas.

No aspecto financeiro e prático, o alto custo de vida, especialmente com moradia, saúde e serviços, emerge como uma preocupação central. A necessidade de planejamento, reserva para custos iniciais e adaptação de hábitos de consumo são estratégias essenciais para lidar com essa realidade. Questões como a compra de carro (muitas vezes indispensável) e o trânsito em sistemas burocráticos do dia a dia também representam desafios.

A superação desses diversos obstáculos, conforme revelado nas narrativas, depende fundamentalmente da mobilização de mecanismos de adaptação e resiliência. As estratégias de enfrentamento identificadas de forma recorrente incluem planejamento proativo (financeiro, burocrático e de carreira), um investimento contínuo no aprendizado e no aprimoramento da língua inglesa através da imersão e prática constante, a construção e a valorização de redes de apoio (tanto com outros brasileiros quanto com a comunidade local), o desenvolvimento de flexibilidade e “casca grossa” para lidar com choques culturais e imprevistos, e a capacidade de alavancar experiências prévias e buscar diferenciais profissionais.

Em síntese, as narrativas analisadas oferecem um retrato qualitativo do processo migratório, sublinhando que o sucesso na inserção nos Estados Unidos não reside apenas nas qualificações técnicas ou financeiras, mas na capacidade do indivíduo de se adaptar proativamente, demonstrar resiliência frente aos desafios, e construir seu próprio caminho em um novo contexto cultural e burocrático. Essas histórias servem como fontes de aprendizado e, talvez, inspiração para outros nacionais brasileiros que contemplam ou vivenciam a experiência da diáspora.



REFERÊNCIAS

- BERRY, Richard. A Golden Age of Podcasting? Evaluating Serial in the Context of Podcast Histories. *Journal of Radio & Audio Media*, v. 22, n. 2, p. 170–178, 2015.
- BRASIL. Conselho Nacional de Saúde. Resolução nº 510, de 7 de abril de 2016. Dispõe sobre as normas aplicáveis a pesquisas em Ciências Humanas e Sociais. *Diário Oficial da União*: Brasília, DF, 24 maio 2016.
- BRAUN, Virginia; CLARKE, Victoria. Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, v. 3, n. 2, p. 77–101, 2006.
- BRUBAKER, Rogers. The 'diaspora' diaspora. *Ethnic and Racial Studies*, v. 28, n. 1, p. 1–19, 2005.
- CASTLES, Stephen; MILLER, Mark J. *The Age of Migration: International Population Movements in the Modern World*. 5. ed. New York: Guilford Press, 2014.
- DENZIN, Norman K.; LINCOLN, Yvonna S. *The SAGE Handbook of Qualitative Research*. 3. ed. Thousand Oaks: SAGE Publications, 2006.
- GUDYKUNST, William B.; HAMMER, Mitchell R. Strangers and hosts: An uncertainty reduction based theory of intercultural adaptation. In: KIM, Young Yun; GUDYKUNST, William B. (ed.). *Cross-cultural adaptation: Current approaches*. Newbury Park: SAGE, 1987. p. 106–139.
- LLINARES, Dario; FOX, Neil; BERRY, Richard (eds.). *Podcasting: New Aural Cultures and Digital Media*. New York: Palgrave Macmillan, 2018.
- MARTIN, Judith N.; NAKAYAMA, Thomas K. *Intercultural Communication in Contexts*. 5. ed. New York: McGraw-Hill, 2010.
- MENJÍVAR, Cecilia; KANSTROOM, Daniel (eds.). *Constructing Immigrant 'Illegality': Critiques, Experiences, and Responses*. Cambridge: Cambridge University Press, 2014.
- MIGRATION POLICY INSTITUTE. *Brazil: A rising emigration nation*. Washington, DC, 2022.
- MIGRATION POLICY INSTITUTE. *Brazilian Immigrants in the United States*. Washington, DC: MPI, 2022.