

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE JUIZ DE FORA
CAMPUS AVANÇADO GOVERNADOR VALADARES
INSTITUTO DE CIÊNCIAS SOCIAIS APLICADAS
DEPARTAMENTO DE ADMINISTRAÇÃO**

RAISSA SILVA DA PAZ

MIGRAÇÃO E TRABALHO FEMININO: trajetórias de mulheres de Governador
Valadares e sua microrregião que migraram para os Estados Unidos e Portugal

Governador Valadares

2026

RAISSA SILVA DA PAZ

MIGRAÇÃO E TRABALHO FEMININO: trajetórias de mulheres de Governador
Valadares e sua microrregião que migraram para os Estados Unidos e Portugal

Monografia apresentada ao Departamento de
Administração, da Universidade Federal de Juiz de
Fora Campus Governador Valadares como requisito
parcial à obtenção do grau de Bacharel em
Administração.

Orientador (a): Profa. Dra. Marina Oliveira
Guimarães

Governador Valadares

2026

RAISSA SILVA DA PAZ

MIGRAÇÃO E TRABALHO FEMININO: trajetórias de mulheres de Governador Valadares e sua microrregião que migraram para os Estados Unidos e Portugal

Monografia apresentada ao Departamento de Administração, da Universidade Federal de Juiz de Fora Campus Governador Valadares como requisito parcial à obtenção do grau de Bacharel em Administração.

Aprovado em: 15 de janeiro de 2026.

BANCA EXAMINADORA

Profª. Dra. Marina Oliveira Guimarães - Orientadora
Universidade Federal de Juiz de Fora – Campus Governador Valadares

Profª. Dra. Margarida Aparecida de Oliveira
Universidade Federal de Juiz de Fora – Campus Governador Valadares

Profª. Dra. Amanda Ferrari Uceli
Universidade Federal de Juiz de Fora – Campus Governador Valadares

DEDICATÓRIA

Dedico este trabalho a mim – como mulher, brasileira e migrante interna – e a todas as mulheres que se sintam abraçadas por essa história.

AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente a Deus por ter me permitido ingressar na universidade federal, no curso que sempre almejei, e por ter me dado forças para concluí-lo.

À minha mãe, Neuza, pelo amor, cuidado e sustento ao longo de toda a minha jornada.

À minha irmã, Raquel, pelo incentivo por meio de suas palavras.

Aos amigos e colegas que, direta ou indiretamente, contribuíram para a realização deste trabalho, por meio de incentivo, trocas de conhecimento e companheirismo, em especial a Naiara e sua família.

À minha orientadora, Profa. Dra. Marina Oliveira Guimarães, principalmente pela paciência, dedicação e contribuições fundamentais para a realização deste trabalho.

Agradeço também às preciosas entrevistadas, que me concederam relatos de suas histórias, essenciais para o desenvolvimento da minha pesquisa.

Tantos anos e tanta gente
Tantos planos tão diferentes
Tanto tempo e tantos projetos
Mas acho que estamos
cada vez mais perto
(Paulo Ricardo & RPM, 1993)

RESUMO

O presente trabalho analisa as trajetórias de seis mulheres trabalhadoras de Governador Valadares e sua microrregião que migraram para os Estados Unidos e Portugal, articulando migração e trabalho feminino em um contexto marcado pela emigração internacional. Parte-se do reconhecimento da significativa participação feminina nesses fluxos e da lacuna existente na Administração quanto à compreensão de suas experiências pessoais e profissionais. O objetivo é investigar perfis, motivações e vivências laborais dessas mulheres, buscando entender processos de inserção e reinserção no mercado de trabalho, além dos impactos da migração em suas vidas. A pesquisa tem natureza básica, abordagem qualitativa e objetivos exploratórios e descritivos, desenvolvida por meio de revisão bibliográfica e trabalho de campo. A coleta de dados incluiu formulário online para levantamento sociodemográfico e entrevistas semiestruturadas com imigrantes e migrantes retornadas, selecionadas pelo método bola de neve. A análise foi conduzida à luz da técnica de análise de conteúdo. Os resultados mostram que as trajetórias migratórias das mulheres entrevistadas são atravessadas por fatores como redes sociais de apoio, idioma e documentação, revelando diferenças entre os destinos quanto à inserção laboral, condições de trabalho, regularização migratória e mobilidade profissional. Conclui-se que a experiência migratória impacta de forma ambivalente: amplia capital humano e autonomia, mas também reproduz desigualdades e precariedades. No campo da Administração, destacam-se elementos sobre trabalho feminino, como relações de trabalho, dinâmicas de poder, possibilidades de reinserção profissional no retorno ao país de origem, e iniciativas empreendedoras.

Palavras-Chave: Migração; Mulheres; Trajetórias Laborais; Governador Valadares; Administração

ABSTRACT

This study analyzes the trajectories of six working women from Governador Valadares and its microregion who migrated to the United States and Portugal, articulating migration and women's work within a context marked by international emigration. The research is based on the recognition of women's significant participation in these flows and on the existing gap in the field of Administration regarding the understanding of their personal and professional experiences. The objective is to investigate the profiles, motivations, and labor experiences of these women, seeking to understand processes of labor market insertion and reintegration, as well as the impacts of migration on their lives. The study is characterized as basic research, with a qualitative approach and exploratory and descriptive objectives, developed through a literature review and fieldwork. Data collection included an online form for sociodemographic profiling and semi-structured interviews with immigrant women and return migrants, selected using the snowball sampling method. Data analysis was conducted using content analysis techniques. The results indicate that the migratory trajectories of the interviewed women are shaped by factors such as social support networks, language, and documentation, revealing differences between destinations in terms of labor market insertion, working conditions, migratory regularization, and professional mobility. It is concluded that the migratory experience has an ambivalent impact, as it expands human capital and autonomy while also reproducing inequalities and precariousness. In the field of Administration, the study highlights key aspects of women's work, including labor relations, power dynamics, possibilities of professional reintegration upon return to the country of origin, and entrepreneurial initiatives.

Keywords: Migration; Women; Labor Trajectories; Governador Valadares; Administration

LISTA DE FIGURAS E TABELAS

Figura 1: Microrregião de Governador Valadares.....	17
Tabela 1: Comparação entre Brasil, Portugal e Estados Unidos.....	18
Figura 2: Pirâmide das necessidades de Maslow.....	23
Figura 3 : Trajetória de Migração.....	35
Figura 4: Matriz Destino x Tempo de Permanência.....	37
Tabela 2: Entrevistadas - Perfil.....	37
Tabela 3: Entrevistadas - Dados da Migração.....	37
Tabela 4: Trajetórias Laborais das Entrevistadas.....	45

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO.....	11
1.1 JUSTIFICATIVA.....	11
1.2 PROBLEMA DE PESQUISA.....	12
1.3 OBJETIVOS.....	13
1.3.1 Objetivo Geral.....	13
1.3.2 Objetivos específicos.....	13
2 REFERENCIAL TEÓRICO.....	13
2.1 GOVERNADOR VALADARES: HISTÓRIA E MIGRAÇÃO.....	16
2.2 EUA X PORTUGAL: MARCOS TEMPORAIS DE MIGRAÇÃO BRASILEIRA.....	18
2.2.1 Estados Unidos:.....	19
2.2.2 Portugal:.....	20
2.3 ITINERÁRIO MIGRATÓRIO.....	21
2.3.1 O que motiva a emigração, em especial, de mulheres?.....	21
2.3.2 O trabalho de mulheres imigrantes: vulnerabilidade e precariedade.....	23
2.3.3 Empreendedorismo no exterior.....	25
2.3.4 A migração de retorno a reinserção no mercado de trabalho da origem.....	26
2.3.5 Barreiras à migração.....	29
3 METODOLOGIA.....	33
4 ANÁLISE DOS RESULTADOS.....	35
4.1 TRAJETÓRIA DE MULHERES TRABALHADORAS MIGRANTES.....	35
4.2 PERFIL, MOTIVAÇÕES PARA EMIGRAR E FATORES DE INFLUÊNCIA.....	36
4.2.1 Perfil das entrevistadas.....	36
4.2.2 Motivações para emigrar:.....	39
4.2.3 Fatores de influência na migração:.....	40
4.3 EXPERIÊNCIAS LABORAIS FEMININAS NO EXTERIOR.....	44
4.3.1 Tipos de trabalho.....	45
4.3.2 Condições de trabalho.....	46
4.3.3 Relações Interpessoais e Poder de Negociação.....	47
4.3.4 Empreendedorismo.....	49
4.4 RETORNO AO BRASIL E REINserÇÃO LABORAL.....	50
4.4.1 Motivos para retornar x Motivos para permanecer.....	51
4.4.2 Reinserção Laboral: migrantes retornadas e imigrantes permanentes.....	53
4.5 IMPACTOS DA MIGRAÇÃO.....	54
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	57
REFERÊNCIAS:.....	60
APÊNDICE A -Tabelas de Análise de Conteúdo.....	64
APÊNDICE B - Roteiros de Entrevista.....	69

1 INTRODUÇÃO

Governador Valadares (MG) ocupa um lugar central na história da migração¹ internacional brasileira, sendo reconhecida desde a década de 1960 como um dos principais pólos de emigração do país (Governador Valadares, 2025). Os Estados Unidos, fortemente associados ao imaginário do “sonho americano”, e Portugal configuram-se como os destinos mais recorrentes, mantendo fluxos contínuos de saída da população local em busca de melhores condições de vida (Siqueira; Santos, 2012).

Para além de um simples deslocamento geográfico, a migração configura-se como um fenômeno social complexo, atravessado por dimensões econômicas, políticas, culturais e simbólicas Sayad (1998). Com base em Sayad (1998), a migração está diretamente vinculada ao trabalho, pois o imigrante² é socialmente definido como força de trabalho provisória, cuja presença só se legitima enquanto é útil ao mercado. Assim, o trabalho não é apenas um meio de inserção, mas a própria razão de ser do imigrante, que passa a existir socialmente apenas enquanto produz.

O mercado de trabalho internacional é marcado pela divisão sexual (Carpenedo; Nardi, 2013). Nesse sentido, as mulheres migrantes se inserirem, majoritariamente, em atividades informais ligadas ao papel feminino, como faxina, e os serviços de cuidado/reprodutivos, como babá ou cuidadora de idosos (Carpenedo; Nardi, 2013).

As mulheres ocupam um número considerável no contingente de migrantes pelo mundo (Neves *et al.*, 2016). Dessa forma, ao considerar a migração como um processo perpassado por relações de gênero, torna-se possível compreender como as desigualdades já existentes se reproduzem e se intensificam ao longo da experiência migratória.

1.1 JUSTIFICATIVA

A administração contemporânea, alinhada aos princípios da Revista de Administração Contemporânea (RAC), deve incentivar estudos originais e interdisciplinares que integrem

¹ O conceito de migração é entendido como o deslocamento de indivíduos de um local para outro. Ela pode ser interna, quando a mobilidade ocorre dentro do mesmo país, como a mudança de cidade ou estado. Já a migração internacional é referente à mobilidade de indivíduos de um país para outro, ou ainda migração de retorno (volta do migrante à origem). A emigração se trata do processo de saída da origem e a imigração conceitua-se por ser a entrada e a permanência no local de acolhida.

² A nomeação do indivíduo migrante se dá através do tipo de migração que ele desenvolve: se for uma migração interna, chama-se migrante interno; caso seja uma imigração internacional, pode ser denominado “imigrante” em estado de permanência no país de acolhida; ou ainda chama-se de migrante retornado no processo de migração de retorno.

teoria e prática de forma inovadora, crítica e reflexiva. Essa produção científica busca ampliar os horizontes teóricos e práticos da área, enfrentando os desafios atuais da sociedade por meio de abordagens éticas, diversas e sustentáveis, com foco em empresas, organizações públicas e sociedade civil, promovendo melhores relações humanas e impacto social positivo (Bispo, 2022; Andion, 2023). Dessa forma, a migração é um tema interdisciplinar das ciências sociais puras (sociologia, ciência política, antropologia) e ciências sociais aplicadas (direito, economia, psicologia, etc.) torna-se um relevante tema de investigação para a administração.

A escolha por estudar migração e trabalho feminino parte da relevância histórica e social do município de Governador Valadares (MG), reconhecido nacional e internacionalmente como um dos principais pólos de emigração brasileira, tendo como destinos mais frequentes os Estados Unidos e Portugal. Ademais, no contexto das migrações internacionais, observa-se que as mulheres correspondem a uma parte significativa do contingente migrante mundial (Neves *et al.*, 2016), inserindo-se predominantemente em atividades informais, no trabalho doméstico, nos serviços e no cuidado.

Apesar da importância numérica e social das mulheres na dinâmica migratória, suas trajetórias pessoais e profissionais ainda são pouco exploradas no campo da Administração. Grande parte dos estudos sobre migração feminina concentra-se em abordagens sociológicas, antropológicas ou jurídicas, o que evidencia uma lacuna quanto à compreensão dessas experiências sob a perspectiva administrativa, especialmente no que se refere às relações de trabalho e às formas de inserção e reinserção laboral.

A intersecção entre migração e trabalho feminino revela experiências que variam conforme o país de destino, as condições de inserção laboral, os desafios enfrentados e as estratégias de adaptação desenvolvidas pelas mulheres migrantes. Além disso, a decisão de permanecer no exterior ou retornar ao Brasil impacta diretamente suas trajetórias profissionais e pessoais, exigindo um olhar atento às dimensões estruturais e subjetivas que moldam essas vivências em contextos transnacionais.

1.2 PROBLEMA DE PESQUISA

Nesse âmbito, surge então, o questionamento: Como se configuram, a partir das trajetórias narradas, as experiências laborais de mulheres oriundas da região de Governador Valadares que migraram para os Estados Unidos e para Portugal?

Para responder a este questionamento têm-se como aportes os objetivos a seguir.

1.3 OBJETIVOS

1.3.1 Objetivo Geral

Analisar as trajetórias migratórias e laborais de mulheres entrevistadas da região de Governador Valadares que migraram para os Estados Unidos e Portugal, considerando suas motivações, experiências de trabalho nos países de destino e os impactos da experiência migratória.

1.3.2 Objetivos específicos

1. Caracterizar o perfil sociodemográfico e as motivações para emigrar das mulheres entrevistadas.
2. Identificar fatores que influenciam a experiência migratória das mulheres entrevistadas.
3. Analisar as experiências laborais vivenciadas pelas mulheres entrevistadas nos países de destino.
4. Examinar os impactos da experiência migratória nas trajetórias pessoais e profissionais das mulheres entrevistadas.

A pesquisa proposta busca compreender as motivações que levam mulheres à migrar, os desafios enfrentados no mercado de trabalho no exterior, as habilidades desenvolvidas ao longo da experiência migratória e os impactos dessas vivências em suas trajetórias pessoais e profissionais. A partir de uma perspectiva crítica da Administração, o estudo propõe uma reflexão sobre essas experiências considerando aspectos como relações de trabalho, dinâmicas de poder, possibilidades de reinserção profissional no retorno ao país de origem, e, iniciativas empreendedoras. Ao integrar essas dimensões, a pesquisa contribui para ampliar a compreensão sobre a atuação dessas mulheres como agentes econômicos e sociais em contextos migratórios e transnacionais.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

A migração internacional configura-se como um fenômeno multifacetado, atravessado por dimensões sociais, políticas, econômicas e simbólicas. Autores como Nolasco e Sayad

contribuem para compreendê-la como um processo que envolve deslocamento, trabalho, provisoriedade e relações desiguais de poder entre sociedades de origem e de acolhida. Nesse contexto, destaca-se a crescente centralidade das mulheres nas dinâmicas migratórias contemporâneas.

Conforme Nolasco (2016), a migração é um fenômeno heterogêneo e multifacetado. O autor distingue a migração internacional de outras formas de mobilidade (turismo, viagens de negócios, deslocamentos religiosos, entre outros) por envolver quatro aspectos essenciais: espaço (mudança de residência), tempo (estadia temporária ou permanente, sem definição exata de tempo mínimo ou máximo), consequências sociais (com redefinição das relações pessoais e reorganização das atividades vitais) e a questão política (países têm soberania de deixar, ou não, algum estrangeiro entrar e estabelecer-se em seu território).

Sayad (1998) enfatiza que a imigração é um Fato Social Total, situado no cruzamento epistemológico das Ciências Sociais. A imigração se dá a princípio com o deslocamento físico e posteriormente existem as consequências do deslocamento aparecem nas vertentes social, econômica, política, e cultural, esta última em especial se destaca o idioma e a religião.

Sayad (1998) reflete criticamente que no contexto da imigração a definição de imigrante é imposta, sobretudo pela sociedade de acolhida, como a de um trabalhador provisório. Nesse sentido desemprego e imigrante são objetos inconciliáveis, já que o imigrante “só existe pelo trabalho”:

[...] Um imigrante é essencialmente uma força de trabalho, e uma força de trabalho provisória, temporária, em trânsito. [...] Afinal, um imigrante só tem razão de ser no modo do provisório e com a condição de que se conforme ao que se espera dele; ele só está aqui e só tem sua razão de ser pelo trabalho e no trabalho; porque se precisa dele, enquanto se precisa dele, para aquilo que se precisa dele e lá onde se precisa dele (Sayad, 1998, pp. 54-55).

A provisoriedade da imigração mencionada se deve a um estado de ilusão coletiva. Para o imigrante, o estado provisório é uma tentativa de alento para minimizar as dores da hostilidade sofridas num país estrangeiro. Enquanto isso, na sociedade de origem o imigrante é visto como um simples ausente com tempo indeterminado para voltar, já na sociedade de acolhida a provisoriedade se deve à ausência de direitos concedidos ao imigrante, mesmo que sua estadia seja de curto ou longo prazo (Sayad, 1998).

Complementarmente ao estado de provisoriedade de direito, tem-se a dimensão simbólica, logo que “a relação de forças pende incontestavelmente a favor da sociedade de imigração o que permite que ela inverta completamente a relação que a une aos imigrantes, a

ponto de colocá-los em posição de devedores onde deveriam ser credores ”(Sayad, 1998). Dessa forma, o autor destaca o paradoxo da alteridade, que se refere a necessidade do imigrante e do seu trabalho para o desenvolvimento econômico na sociedade de acolhida (trabalho alocado para setores de exploração da força física, aos quais os próprios nativos não desejam trabalhar), contudo lhe é negado direitos e reconhecimento político e simbólico.

O itinerário da migração internacional segue três etapas: a emigração do país de origem; a permanência e o trabalho no país de acolhida; e por fim, o retorno. Sayad (2000), traz um estudo acerca do retorno, onde afirma que o retorno faz parte do planejamento do imigrante, ainda que este passe o resto da vida no país estrangeiro, sempre existirá a saudade de sua terra de origem.

O retorno é naturalmente o desejo e o sonho de todos os imigrantes, é como recuperar a visão, a luz que falta ao cego, mas, como cego, eles sabem que esta é uma operação impossível. Só lhes resta, então, refugiarem-se numa intranquila nostalgia ou saudade da terra (Sayad, 2000, p. 11).

De uma maneira mais crítica, Sayad (2000) explica que a migração internacional é um produto de forças políticas e intervencionismo estatal. Enquanto o movimento de inserção no país estrangeiro é nomeado integração, o movimento de retorno do imigrante é nomeado reinserção. As denominações desses conceitos conotam um modo de resguardar a soberania dos países envolvidos e presumem uma negociação (ou fingir uma negociação) perante os processos de mobilidade.

As mulheres correspondem a uma parte significativa do contingente migrante mundial (Neves *et al.*, 2016). Segundo Neves *et al.* (2016) “A feminização das migrações resulta de um conjunto de forças estruturais condicionadas pelos papéis de gênero, pela discriminação sexual e pela globalização”.

Neves *et al.* (2016) contextualizam que as mulheres migram por diversos motivos para além de questões econômicas, entre eles a reunificação familiar, exercício da liberdade/autonomia, ou ainda para escapar de violências no país de origem, e, durante a travessia e o processo de inserção em outro país, são mais suscetíveis a passar por violência, exploração sexual, laboral e tráfico humano. Dentre outras questões, as mulheres vêm se tornando cada vez mais protagonistas de estudos sobre migração, evidenciando aspectos como: a sua força nas redes sociais migratórias³ (Assis; Siqueira, 2009); o seu papel nas novas

³ No contexto migratório, redes sociais referem-se ao conjunto de relações pessoais e comunitárias que ligam migrantes entre si e com pessoas que permanecem no local de origem ou que já estão no destino. Essas redes incluem familiares, amigos, conterrâneos, associações, grupos religiosos e comunidades étnicas. As redes desempenham um papel central ao facilitar a migração, reduzir riscos e custos, fornecer informações e apoio

dinâmicas de migração (a responsabilidade de cuidar dos filhos, quando fazem a travessia para os Estados Unidos acompanhados destes), como no *cai-cai*⁴ (Ramos; Fragale Filho, 2023); a indissociável relação de trabalho feminino com o cuidado/reprodução no âmbito internacional (Carpenedo; Nardi, 2013); entre outros que sustentam a temática de migração e trabalho feminino.

2.1 GOVERNADOR VALADARES: HISTÓRIA E MIGRAÇÃO

Conhecida como "Princesa do Vale" por estar situada na mesorregião do Vale do Rio Doce, "Valadólaires" devido ao intenso fluxo migratório de seus habitantes para os Estados Unidos, "Capital mundial do voo livre" dado que foi onde ocorreram as primeiras competições internacionais de voo livre em solo nacional, a cidade de Governador Valadares também é chamada apenas de Valadares ou Gevê por seus moradores (Governador Valadares, 2025; Piero, 2025; Augusto, 2021).

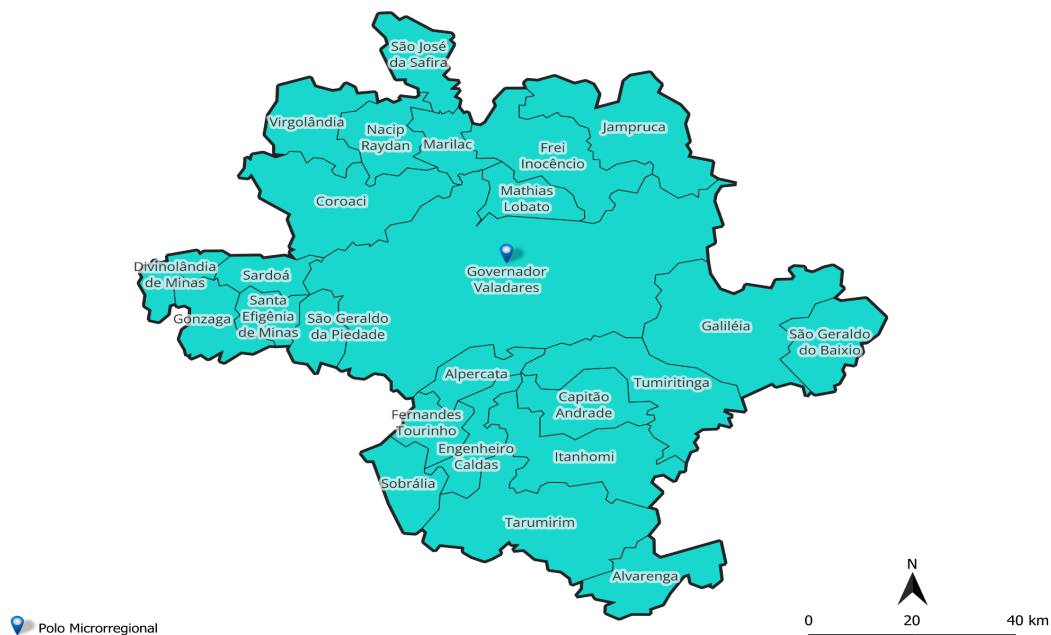
O município está localizado no Leste do estado de Minas Gerais, tem como distritos: Alto de Santa Helena, Baguari, Brejaubinha, Xonin de Cima, Chonin de Baixo, Derribadinha, Nova Brasília, Vila Nova Floresta, São José do Goiabal, Penha do Cassiano, Santo Antônio do Pontal, São José do Itapinoã, São Vítor, Córrego dos Melquíades, Córregos do Bernardo, e Distrito Porto das Cachoeiras e é sede⁵ da Microrregião de Governador Valadares (MGV) considerando, considerando a estrutura das regiões de saúde, abrangendo os municípios de: Alpercata, Alvarenga, Capitão Andrade, Coroaí, Divinolândia de Minas, Engenheiro Caldas, Fernandes Tourinho, Frei Inocência, Galiléia, Gonzaga, Itanhomi, Jampruca, Marilac, Mathias Lobato, Nacip Raydan, Santa Efigênia de Minas, São Geraldo da Piedade, São Geraldo do Baixo, São José da Safira, Sardoá, Sobralia, Tarumirim, Tumiritinga, Virgolândia (Governador Valadares, 2025; Fundação João Pinheiro, 2021; Minas Gerais, 2025)

material e emocional, além de contribuir para a inserção social, econômica e cultural dos migrantes no novo espaço.

⁴ O "cai-cai" refere-se a uma estratégia migratória na qual pessoas atravessam a fronteira dos Estados Unidos e se entregam voluntariamente às autoridades, muitas vezes utilizando a presença de crianças como forma de facilitar o acesso ao sistema de asilo ou a liberação temporária, em razão das normas humanitárias que oferecem maior proteção a famílias e menores de idade.

⁵ Governador Valadares é o maior município e sede da microrregião homônima, localizada no leste do estado de Minas Gerais, destacando-se como um importante centro comercial e de serviços, além de atuar como referência regional nas áreas de saúde e economia.

Figura 1: Microrregião de Governador Valadares



Fonte: Plano Diretor de Regionalização da Saúde de Minas Gerais: revisão 2023 (Minas Gerais, 2025)

A Estrada de Ferro Vitória-Minas, inaugurada em 1907, foi um marco essencial para o crescimento do antigo distrito de Figueira, que atraiu a migração de comerciantes e impulsionou atividades como o cultivo de café e a transferência de madeira (Governador Valadares, 2025). O distrito recebeu pessoas de diversas regiões de Minas Gerais, além de migrantes do Espírito Santo, como também, descendentes de italianos e alemães, evidenciando que, desde sua fundação, o município tem sido moldado por uma cultura migratória (Piero, 2025).

Segundo o portal da prefeitura de Governador Valadares (2025), o antigo distrito de Figueira foi emancipado em 1938 pelo Decreto-lei Estadual n.º 148/1938 passando a se chamar Governador Valadares, estimulado inicialmente pela exploração de recursos naturais, como madeira, pedras preciosas e mica, que sustentaram seu crescimento nas décadas seguintes. Contudo, a partir dos anos 1960, o esgotamento desses recursos levou à perda de atividades produtivas e ao êxodo populacional, tornando a cidade um importante pólo de emigração nas décadas de 1970 e 1980, com milhares de valadarenses partindo para os Estados Unidos.

Governador Valadares mantém, há décadas, uma intensa relação cultural e econômica com os Estados Unidos, marcada por um fluxo migratório consolidado que, segundo estimativa do prefeito Coronel Sandro Fonseca, envolve cerca de 60 mil valadarenses vivendo em território norte-americano, cujas remessas financeiras exercem papel relevante no sustento

de setores como habitação e construção civil (Rosati, 2025). De acordo com o demógrafo Duval Magalhães, da PUC Minas, esse processo migratório ocorre há mais de 60 anos e é protagonizado majoritariamente por jovens adultos entre 20 e 40 anos, motivados pela busca por melhores oportunidades de trabalho e qualidade de vida; embora os Estados Unidos sejam o principal destino para fins econômicos, Portugal também se destaca como alternativa associada à intenção de residência e estabilidade (Valeriano, 2024).

2.2 EUA X PORTUGAL: MARCOS TEMPORAIS DE MIGRAÇÃO BRASILEIRA

De acordo com o Ministério das Relações Exteriores (2024), com base em dados de 2023 enviados pelos escritórios do Itamaraty no exterior, estima-se que a maioria dos brasileiros que vivem no exterior estão nos Estados Unidos com cerca de 2.085.000, seguido de Portugal com 513.000. A Tabela 1 apresenta as principais características socioeconômicas e demográficas do Brasil, de Portugal e dos Estados Unidos, evidenciando diferenças significativas entre os países no que se refere ao idioma, à localização geográfica, à moeda, ao tamanho populacional, ao Índice de Desenvolvimento Humano e ao PIB per capita, aspectos relevantes para a compreensão dos fluxos migratórios brasileiros.

Tabela 1: Comparação entre Brasil, Portugal e Estados Unidos

Aspectos	Brasil	Portugal	Estados Unidos
Idioma oficial	Português	Português Europeu	Inglês Americano
Localização	América do Sul	Sul da Europa	América do Norte
Moeda	Real	Euro	Dólar americano
População (2023)	211 milhões	10,5 milhões	334 milhões
IDH (2022)	0,760	0,874	0,921
PIB per capita (2023)	US\$ 10.294	US\$ 27.331	US\$ 82.769

Fonte: Elaborada pela autora, com base em dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE: Países, 2025)

De modo geral, as migrações de brasileiros e brasileiras para o exterior são frequentemente marcadas por contextos de crise, seja no país de origem, seja no país de destino, tornando-se relevante identificar e especificar esses dados (Siqueira; Santos, 2012; Carpenedo; Nardi, 2013). Com isso, é fundamental compreender os principais marcos

temporais da migração, pois eles permitem analisar a dinâmica e as transformações desses fluxos ao longo do tempo.

2.2.1 Estados Unidos:

A migração de brasileiros para os Estados Unidos apresenta distintos marcos temporais, fortemente condicionados por contextos políticos, econômicos e sociais, tanto no Brasil quanto no país de destino. Ao longo das décadas, esses fluxos foram intensificados por crises econômicas, transformações nas políticas migratórias e eventos globais, resultando em diferentes configurações de mobilidade. A seguir, destacam-se os principais momentos históricos que estruturam esse processo migratório.

Na década de 1960, quando, em decorrência do regime militar e da crise econômica no Brasil, teve início o fluxo migratório para o exterior. Nesse contexto, os jovens da classe média buscaram novas oportunidades de trabalho no mercado secundário dos Estados Unidos (Siqueira; Santos, 2012).

Nos anos 1980, uma crise da dívida externa brasileira intensificou a emigração, pois muitos brasileiros passaram a enxergar a migração como uma alternativa para escapar das dificuldades econômicas. A existência de redes de apoio formadas por imigrantes já estabelecidos nos EUA facilitou a chegada de novos emigrantes, contribuindo para o chamado “*boom* da imigração” nessa década (Siqueira; Santos, 2012).

Após o atentado às torres gêmeas de 2001, a fiscalização migratória nos EUA se intensificou, dificultando o acesso à carteira de motorista e ampliando as blitzes. A integração entre polícia rodoviária e imigração permitiu identificar irregularidades em processos judiciais. Como resultado, o cotidiano dos imigrantes tornou-se mais inseguro, marcado pelo constante temor da deportação (Siqueira; Santos, 2012).

A partir de 2006, a crise se deu no setor imobiliário e na contrapartida dos empréstimos subprime dos EUA, que resultaram em altas taxas de desemprego, dificuldades financeiras e a impossibilidade de muitos emigrantes brasileiros sustentarem suas famílias e pagarem suas contas. Como consequência, muitos deles optaram por retornar ao Brasil, enfrentando frustrações ao se depararem com a falta de oportunidades e a necessidade de reintegração no mercado de trabalho local (Siqueira; Santos, 2012).

Ramos e Fragale Filho (2023) destacam a crise do empobrecimento das populações, durante o início da década de 2020, ocasionada pela pandemia do Coronavírus - Covid 19. Com isso, os autores contextualizam que, migrantes com expectativas de mudar de vida se

arriscaram a emigrar para os EUA de forma irregular, revelando uma nova configuração de fluxo migratório por meio da técnica “cai cai”, que consiste em ir atravessar a fronteira se entregar à polícia de imigração americana e aguardar julgamento durante 3 a 6 meses, e acabam não indo para a corte estadunidense, além disso, quando estas pessoas vão com crianças geralmente não são presas por muito tempo. Esse sistema de entrada nos Estados Unidos foi marcado pelo protagonismo feminino devido à responsabilidade de cuidar dos filhos.

O ano de 2025 se deflagra com a nova crise dos imigrantes nos EUA, devido a política contra imigração do então eleito 47º Presidente dos EUA, Donald Trump, candidato do Partido Republicano atuante da extrema direita. Segundo Agência Brasil (2025), desde o primeiro dia em que Trump assumiu o cargo de presidente, no dia 20 de janeiro de 2025, já pôs em prática a ordem de investigação e deportação de imigrantes.

2.2.2 Portugal:

A migração de brasileiros para Portugal também se estrutura em diferentes marcos temporais, frequentemente descritos pela literatura como ondas ou vagas migratórias. Esses movimentos refletem transformações econômicas, políticas e institucionais no país de destino, bem como mudanças nas estratégias e perfis dos migrantes brasileiros ao longo do tempo. A seguir, apresentam-se os principais momentos que caracterizam a migração brasileira para Portugal.

Fernandes, Peixoto e Oltramari (2021), trazem considerações acerca dos movimentos migratórios de brasileiros para Portugal, que são denominadas ondas de migração ou vagas. Entre os anos 1970 e 1980, iniciou-se a primeira onda, onde brasileiros qualificados, movidos por razões econômicas ou políticas, ingressaram em Portugal modernizando a sociedade e a economia do país radicalmente.

A segunda onda aconteceu a partir do fim da década de 1990, com um expressivo aumento do número de imigrantes brasileiros devido à concessão das primeiras autorizações de permanência, em 2001. Nessa época, imigrantes brasileiros considerados menos qualificados no país destino ocuparam segmentos de trabalho mais precarizados, surgindo assim, a “proletarização da imigração brasileira em Portugal” (Fernandes; Peixoto; Oltramari, 2021).

Por volta de meados da primeira década dos anos 2000, começou a terceira onda, com características mais diversas de imigrantes, sendo alguns trabalhadores mais qualificados e

muitos estudantes. Contudo, a crise econômica mundial de 2008, seguida pela grave crise financeira em Portugal entre 2011 e 2014, quase estagnou os fluxos migratórios, exceto o de estudantes, que se manteve ativo. A recessão e o desemprego reduziram significativamente as entradas e provocaram o retorno de muitos brasileiros. Esse período, marcado por forte austeridade imposta pela Troika⁶, teve impacto profundo na dinâmica migratória (Fernandes; Peixoto; Oltramari, 2021).

Após o fim da intervenção da troika, em 2014, Portugal entrou em novo ciclo econômico e político, com crescimento e redução do desemprego, o que impulsionou uma quarta onda migratória brasileira, ainda mais diversa que a anterior. Contudo, em 2020, a pandemia de Covid-19 interrompeu abruptamente esses fluxos: o fechamento de fronteiras, a paralisação econômica e a falta de recursos levaram milhares de brasileiros a buscar repatriamento. O processo migratório não tende a cessar, mas a assumir novas formas, com diferentes protagonistas e desafios, podendo inclusive inaugurar uma quinta onda da migração brasileira para Portugal no período durante ou pós-pandemia da Covid-19 (Fernandes; Peixoto; Oltramari, 2021).

2.3 ITINERÁRIO MIGRATÓRIO

2.3.1 O que motiva a emigração, em especial, de mulheres?

Segundo a Organização Internacional para as Migrações (OIM, *apud* Dutra, 2013, p. 180), três fatores são essenciais para explicar o fenômeno da migração laboral: (1) as mudanças demográficas e as necessidades do mercado de trabalho em muitos países industrializados; (2) a pressão populacional, o desemprego e as crises internacionais que afetam tanto países industrializados quanto os menos desenvolvidos; e (3) a formação de redes entre países, baseadas na família, na cultura e na história.

Além de fatores gerais, a imigração feminina é motivada por elementos específicos, como a expansão de redes de contato, a diversificação da renda familiar e uma cultura de migração. Ademais, fatores notadamente femininos incluem pobreza, falta de oportunidades, violência doméstica e a busca por emancipação e realização pessoal (Sánchez Barricarte, *apud* Dutra, 2013, p. 180). Esses elementos levam muitas mulheres a deixar suas comunidades e

⁶ A Troika em Portugal foi formada pela Comissão Europeia, pelo Banco Central Europeu e pelo Fundo Monetário Internacional, que passaram a intervir na economia portuguesa a partir de 2011, após o país enfrentar uma grave crise financeira; em troca de ajuda financeira, Portugal teve de adotar medidas de austeridade, como cortes nos gastos públicos, redução de salários e aumento de impostos, impactando significativamente as condições de vida da população.

famílias em busca de novas formas de vida que atendam às necessidades do dia a dia, como alimentação, moradia, educação e acesso a serviços, além disso a responsabilidade de sustentar a família surge como uma motivação central na migração feminina (Dutra, 2013).

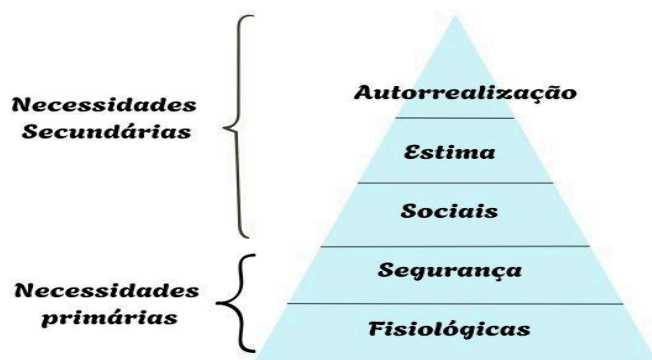
Embora a questão econômica, muitas vezes, apareça como pano de fundo na decisão de migrar, os relatos femininos revelam motivações diversas, ligadas ao cotidiano: racionais (trabalho, estudo), afetivas (acompanhar o parceiro), emocionais (sonho de conhecer outros lugares) e comportamentais (autoidentificação). Ao mesmo tempo, evidenciam conexões com problemas estruturais e conjunturais do país, como desemprego e baixos salários. A decisão de migrar, assim como a escolha do destino, frequentemente emerge de situações cotidianas e é fortemente influenciada pelas redes de contato (Batarce, 2016).

As mulheres constroem projetos migratórios: solteiras, muitas partem em busca de autonomia; casadas, procuram melhores condições para si e para os filhos ou uma saída de relações já fragilizadas. Nessas escolhas, contam com redes familiares e amigas que oferecem apoio e coragem. A migração internacional, assim, não é apenas estratégia contra a pobreza e exclusão, mas também um recomeço, uma forma de transformar a vida, romper vínculos e buscar novas experiências — inclusive motivadas pelos afetos (Assis, 2018).

Para entender o fenômeno das motivações humanas, é possível fundamentar-se através da Teoria Comportamental da Administração (ou Teoria Behaviorista), que busca explicar o comportamento humano. Conforme Chiavenato (2014), A Teoria Comportamental teve início em 1947, com Herbert A. Simon, e contou com vários outros autores importantíssimos, dentre eles Abraham Maslow e Frederick Herzberg que se destacam no campo da motivação humana.

Segundo Chiavenato (2014), a Teoria da Motivação de Maslow (1908-1970) é constituída por uma Hierarquia das Necessidades e pode ser observada por uma pirâmide de 5 camadas onde a base ocupa as necessidades primárias (Fisiológicas: alimento, repouso, abrigo, sexo; e de Segurança: Proteção contra perigo, doença, incerteza, desemprego) e no topo as necessidades secundárias (Sociais: relacionamentos, amor, amizade, aceitação; de Estima: satisfação do ego, status, reconhecimento, confiança; e de Autorrealização: autodesenvolvimento, excelência profissional, competências). Nesse sentido, somente quando as necessidades básicas são atendidas que as camadas superiores passam a determinar o sentido da motivação.

Figura 2: Pirâmide das necessidades de Maslow



Fonte: Elaborado pela autora com base em Chiavenato (2014, p. 325)

Pode-se entender, portanto, que as motivações para a emigração das mulheres migrantes, sob a perspectiva da pirâmide de Maslow, parecem estar relacionadas, sobretudo, ao desejo de suprir necessidades primárias de natureza fisiológica e de segurança que não estariam sendo plenamente atendidas no país de origem. Por outro lado, ainda que o futuro se apresente incerto e que não haja garantias concretas, observa-se a existência de expectativas por parte das mulheres migrantes quanto à possibilidade de alcançar outras camadas de necessidades, consideradas secundárias. Contudo, considerando-se que cada mulher migrante carrega uma trajetória singular, faz-se necessário adotar cautela ao realizar generalizações.

2.3.2 O trabalho de mulheres imigrantes: vulnerabilidade e precariedade

A inserção das mulheres migrantes no mercado de trabalho tem sido amplamente analisada a partir das relações de gênero, das dinâmicas capitalistas e das desigualdades estruturais que atravessam o trabalho produtivo e reprodutivo. Nesse sentido, a literatura aponta que a divisão sexual do trabalho, historicamente construída, desempenha papel central na compreensão das trajetórias laborais femininas, especialmente no contexto das migrações internacionais. Os estudos a seguir dialogam com essa perspectiva ao evidenciar como o trabalho doméstico e de cuidados se articula às experiências migratórias, revelando formas persistentes de precarização, desigualdade e, simultaneamente, estratégias de agência⁷ das mulheres migrantes.

⁷ As estratégias de agência podem ser compreendidas como o conjunto de práticas e decisões adotadas pelos sujeitos para enfrentar, negociar ou minimizar os efeitos das restrições estruturais que moldam suas trajetórias sociais e laborais.

Duarte (2018) disserta sobre a divisão sexual do trabalho, apontando os escritos de Marx e Engels, que destacam a distribuição desigual do trabalho está fundamentada inicialmente na instituição familiar, onde o homem e a mulher têm papéis sociais diferentes a performar, e com isso, diferentes funções a exercer tanto em casa como na sociedade. Um aspecto que leva isso adiante no desenvolvimento histórico é a procriação humana e a produção dos meios de existência (o trabalho) que determinam a ordem social.

Duarte (2018) contextualiza as categorias de trabalho propostas por Marx: o trabalho produtivo é aquele que gera mais-valia, enquanto o trabalho improdutivo é exercido sem gerar valorização do capital (enquadrado geralmente como serviço). Nesse sentido, o trabalho doméstico, majoritariamente exercido por mulheres, seja na condição de dona de casa ou empregada doméstica, está inserido no meio não-capitalista (família), não produtivo, desempenha papel central na reprodução do capital através da procriação e cuidado dos filhos, isto é, da formação da futura força de trabalho, evidenciando uma assimetria estrutural de gênero.

No cenário internacional, Brites (2013) destaca que o trabalho doméstico está diretamente ligado aos fluxos migratórios femininos, formando o que se denomina “cadeias globais de cuidado”. Essas cadeias envolvem a transferência do trabalho reprodutivo entre mulheres situadas em posições desiguais nas hierarquias de classe, raça e nacionalidade, geralmente das mais privilegiadas para migrantes em situação de maior vulnerabilidade. Assim, as migrações associadas ao trabalho doméstico refletem e aprofundam desigualdades globais, com a maioria das trabalhadoras vindo de países pobres, afetados por conflitos, marcados por instabilidade econômica e social.

Siqueira *et al.* (2017) apontam que tanto em Portugal quanto nos Estados Unidos os imigrantes inserem-se predominantemente no mercado de trabalho secundário, atuando em jornadas de 10 a 12 horas diárias, sobretudo em serviços domésticos, construção civil e no setor de alimentação. No mercado de trabalho imigrante, os homens atuam predominantemente nas áreas de construção civil, jardinagem e bares e restaurantes, enquanto as mulheres atuam geralmente no trabalho doméstico, como faxineira, babá e cuidadora de idosos (Siqueira; Santos, 2012).

No contexto europeu, Carpenedo e Nardi (2013) investigam o trabalho reprodutivo transnacional de mulheres brasileiras, destacando que a precariedade e vulnerabilidade são traços centrais de suas experiências. Um fator determinante dessa situação é o status migratório ilegal no país de acolhida, que limita significativamente as oportunidades laborais e converte a irregularidade em um mecanismo de exploração, transformando-a em uma porta

aberta para empregos instáveis e precários. Consequentemente, muitas mulheres imigrantes acabam ocupando posições de baixa remuneração, em relações de poder profundamente desiguais entre empregador(a) e trabalhadora, geralmente no mercado informal de cuidados, como domésticas, faxineiras e babás.

No contexto norte-americano, os resultados do estudo de Ramos e Fragale Filho (2023) corroboram que mulheres imigrantes também enfrentam um mercado de trabalho fortemente segregado por gênero, nos Estados Unidos, concentrando-se majoritariamente no trabalho doméstico, caracterizado por baixa exigência de formação, idioma ou documentação. Embora isso facilite o acesso inicial ao emprego, restringe o acesso à proteção social, direitos trabalhistas e negociação de melhores condições, intensificando a precarização. Essas ocupações informais expõem-nas a jornadas exaustivas, esforços físicos intensos e manuseio de produtos químicos sem proteção adequada, reforçando a invisibilidade social e econômica do trabalho feminino migrante.

Carpenedo e Nardi (2013) o trabalho informal intensifica as relações de poder desiguais, dificultando contratos transparentes e condições de trabalhos decentes. Contudo, os autores demonstram que as mulheres imigrantes desenvolvem estratégias de agências para garantir estabilidade no exterior, conquista “depende tanto do tempo de permanência e experiência na cidade, quanto na construção de uma clientela e de uma rede de apoio” (Carpenedo; Nardi, 2013).

2.3.3 Empreendedorismo no exterior

O empreendedorismo tem sido analisado na literatura como uma estratégia de inserção econômica e social de indivíduos em contextos marcados por restrições no acesso ao mercado formal de trabalho, especialmente no caso de populações migrantes. Nesse sentido, a literatura sobre empreendedorismo por necessidade e por oportunidade, bem como os estudos sobre empreendedorismo étnico, oferecem importantes aportes teóricos para compreender as motivações, os percursos e os limites dessas iniciativas.

O relatório da *Global Entrepreneurship Monitor* (GEM, 2011) evidencia duas principais motivações para o empreendedorismo: por necessidade, quando indivíduos abrem negócios por falta de alternativas de trabalho e renda, e por oportunidade, quando optam por empreender visando independência, crescimento profissional ou aumento da renda, mesmo tendo outras opções disponíveis.

Gomes e Le Bourlegat (2020) afirmam em seu artigo acerca do empreendedorismo de imigrantes, que o empreendedorismo étnico geralmente surge na fase inicial da chegada ao país de destino como alternativa de autoemprego, podendo, com o tempo, evoluir para um negócio próspero. À medida que as relações sociais se consolidam no território, essas iniciativas tendem a se fortalecer, tornando-se empreendimentos viáveis e socialmente mais aceitos.

Entre os principais fatores para o empreendedorismo no exterior, destacam-se o domínio do idioma, fundamental para compreender o mercado e reduzir riscos; a situação legal, que define as condições de formalização e sustentabilidade do negócio; e as conexões com comunidades étnicas, que funcionam como redes de apoio e recursos estratégicos. Soma-se a isso a experiência prévia, profissional ou escolar no país de acolhimento, que contribui para a adaptação e tem perspectiva para a legalização (Cruz *et al.*, 2017).

Cruz *et al.* (2017) enfatizam acerca dos percursos que resultam na formalização de negócios, distinguindo o empreendedorismo com potencial de crescimento das iniciativas informais, geralmente sem perspectiva de permanência no mercado. Nesse sentido, observa-se que migrantes em situação irregular tendem a se inserir em atividades informais, frequentemente limitados por barreiras linguísticas e legais. Essas práticas, como aulas de música, venda de alimentos ou serviços domésticos, são entendidas como complementares ou temporárias, razão pela qual não são consideradas parte do modelo de trajetórias empreendedoras.

2.3.4 A migração de retorno a reinserção no mercado de trabalho da origem

A migração de retorno constitui uma etapa relevante do percurso migratório, marcada por motivações objetivas e subjetivas dos migrantes. Ao regressarem ao país de origem, os migrantes enfrentam o processo de reinserção no mercado de trabalho, frequentemente condicionado às dinâmicas econômicas e sociais locais. Nesse contexto, as experiências adquiridas no exterior e as oportunidades disponíveis influenciam as trajetórias de reintegração laboral.

Siqueira e Santos (2012) apontam em seu trabalho, que a saudade é o principal motivo declarado pelos entrevistados para o retorno, embora ela seja parte da vida do emigrante e só se torna decisiva quando os benefícios da emigração diminuem. A crise econômica também se destaca, por afetar negativamente trabalho e renda. O medo da deportação, ou até mesmo, o

fato de já ter alcançado a meta econômica do projeto migratório são fatores relevantes para o retorno. Alvarenga (2014) também corrobora com tais motivações de retorno dos migrantes: “Eles mobilizaram as redes para saírem do território em busca de ascensão econômico-social e voltaram quando cumpriram seu objetivo ou quando o território estrangeiro tornou-se desfavorável”.

Apesar do retorno ser algo desejado no plano migratório, a permanência no país de acolhimento não deixa de ser uma opção. De acordo com Siqueira *et al.* (2017), a decisão de retornar ao local de origem é influenciada pela conquista de bens, pelos contatos e relações estabelecidos, além das oportunidades concretas de reinserção em atividades produtivas. Em contrapartida, fatores como laços de amizade, a presença da família — especialmente de filhos nascidos e criados no país de destino —, bem como as condições de trabalho e renda, exercem grande influência na decisão de permanecer.

Siqueira (*apud* Nery, 2025), revela que os imigrantes que passam por dificuldades nos Estados Unidos, e não voltam para o seu país porque muitas vezes não tem mais recursos na origem e não conseguiu ainda fazer reserva financeira, o que leva ao medo do fracasso e a necessidade de pensar que a dificuldade vai passar em algum momento (a sensação de provisoriidade destacada por Sayad, (1998):

Então uma das respostas que eu tenho muito quando eu entrevisto essas pessoas e falo: “*se você está nessa situação, nessas condições, morando mal, dividindo quarto com duas, três famílias, por que você não volta?*” E a pessoa me responde: “*Voltar como? Voltar para onde?*”. Então ele não tem, porque ele vendeu tudo o que ele tinha e além do mais, essa ideia de voltar derrotado é algo que impede, faz com que ele tenha esperança, não, vai melhorar na próxima, depois do inverno melhora, né? Então ele fica nessa expectativa, porque voltar sem condições melhores ou mesmo igual a que ele partiu é muito difícil para ele (Siqueira, *apud* Nery, 2025).

Como aponta Chiavenato (2014), a Teoria dos Dois Fatores de Herzberg (1923-2000), explica o comportamento das pessoas em situação de trabalho a partir de dois fatores: os Higiênicos (ou insatisfacientes), de natureza extrínseca e ligados ao ambiente (salários, benefícios, chefia, condições físicas, políticas e regulamentos)”; e os Motivacionais (ou satisfacientes), que são de natureza intrínseca, relacionados aos sentimentos de crescimento individual, auto realização e reconhecimento no ambiente de trabalho. A falta dos fatores higiênicos geram insatisfação, e a sua presença resulta apenas na não insatisfação do indivíduo, já a ausência de fatores motivacionais ocasiona em neutralidade e/ou não satisfação, mas a presença dos mesmos leva a satisfação.

A Teoria dos Dois Fatores de Herzberg pode ser mobilizada como uma lente analítica para a compreensão do fenômeno da migração de retorno. Os fatores higiênicos podem contribuir para a interpretação de por que alguns imigrantes decidem regressar. Quando a experiência no país de destino passa a ser percebida como marcada por instabilidade econômica, insegurança quanto à permanência, dificuldades de adaptação ou barreiras culturais e sociais, tais elementos extrínsecos podem deixar de oferecer condições mínimas de conforto. A possível deterioração desses fatores tende a intensificar sentimentos de insatisfação, fazendo com que o retorno se apresente como uma alternativa potencialmente mais segura e estável.

De modo complementar, os fatores motivacionais propostos por Herzberg ajudam a iluminar por que alguns imigrantes podem optar pelo retorno mesmo na ausência de insatisfação explícita. Em determinadas situações, o retorno parece ocorrer após o alcance dos objetivos que motivaram a partida, como a acumulação de recursos, a aquisição de experiência profissional ou a conquista de maior autonomia financeira. Ademais, sentimentos de pertencimento, vínculos afetivos e o desejo de reencontro familiar podem atuar como motivadores intrínsecos relevantes. Assim, ao se aplicar a teoria de Herzberg ao contexto migratório, o retorno pode ser interpretado como resultante tanto da fragilização das condições externas quanto da busca por realização pessoal e emocional.

Com o retorno do migrante ao local de origem, torna-se necessária sua reinserção no mercado de trabalho, a fim de garantir sua renda. Domingues (2017), usando do termo “laços sociais” proposto por Granovetter (1973), demonstra no seu estudo, a relevância desse fator para o migrante retornado conseguir se reinserir no mercado de trabalho na origem. Ademais, observa-se que os migrantes retornados que permanecem por mais tempo na localidade de origem apresentam melhor inserção no mercado de trabalho do que aqueles que retornaram recentemente do país estrangeiro, e, destaca a relevância de estar vinculado a um grupo religioso, em contraste com a ausência de filiação religiosa.

Segundo desfechos do estudo de Domingues (2017), indivíduos que retornam de migração internacional têm rendimentos médios superiores aos dos não migrantes e migrantes interestaduais. Contudo, enfrentam menor inserção no mercado de trabalho formal, com maior tendência a serem empregadores ou trabalharem por conta própria. Aqueles que migraram para os Estados Unidos retornaram com rendas mais elevadas que os que estiveram em Portugal ou Itália.

Alvarenga (2014) ressalta a importância do empreendedorismo do migrante retornado a cidade de origem. Evidencia que mesmo que o retornado tenha conhecimento empírico

sobre negócios, a qualificação não é indispensável, mas sim, uma maneira de melhorar seus empreendimentos. Além disso, aponta para o governo e as instituições do território de origem como peças fundamentais para o desenvolvimento dos pequenos negócios dos migrantes retornados.

O empreendedorismo é importante para os emigrantes assim como para o território. Nem só os emigrantes devem empreender, mas eles compõem um grupo especial que possui características distintas dos demais habitantes. Os emigrantes retornados trazem consigo, além do capital financeiro, capital humano e social que são difíceis de serem mensurados e reconhecidos, mas muito úteis para a sociedade, por contribuírem para o desenvolvimento econômico e social (Alvarenga, 2014, p. 12).

Conforme dados do estudo de Siqueira e Santos (2012), a maioria dos migrantes de retorno não adquiriu capacitação no exterior, o que dificulta sua adaptação ao mercado de trabalho. Muitos que empreendem sem preparo administrativo enfrentam fracassos nos negócios. Essa situação agrava os problemas psicológicos enfrentados no processo de reintegração.

2.3.5 Barreiras à migração

O projeto de migração conta com muitos fatores de influência, como o processo de entrada no país de acolhimento, as redes de contatos, o idioma do país estrangeiro, a cultura estrangeira em relação estigmas e/ou discriminação contra a pessoa migrante, o estado da documentação do migrante no exterior e as políticas nacionais de imigração.

Segundo a OIM (2024), a entrada regular nos Estados Unidos exige a obtenção de um visto válido, que pode ser de imigrante, concedido a quem deseja fixar residência permanente no país (como pessoas com familiares cidadãos ou residentes permanentes, contratados por empresas norte-americanas ou investidores), ou de não imigrante, destinado à permanência temporária para fins de turismo, estudo, intercâmbio, tratamento médico, trabalho temporário ou negócios. O visto é o que garante o direito de ingresso e estadia legal, sendo requisito indispensável para posterior mudança de status migratório ou solicitação de autorizações de residência.

Ainda conforme a OIM (2024), a entrada sem visto configura migração irregular e reduz drasticamente as chances de obtenção do *Green Card* ou de um visto temporário, salvo em situações excepcionais, como no caso de cônjuges, filhos ou genitores de cidadãos

norte-americanos. Essa condição expõe os migrantes a sérios riscos, especialmente quando a travessia é realizada pela fronteira terrestre com o México, onde atuam “coiotes”⁸. Além das violações de direitos, a irregularidade pode resultar em longos períodos de detenção, deportação e até condenações criminais.

Em Portugal o comum é a entrada legal de forma documentada. Existem quatro categorias principais de visto, definidas conforme o tempo de permanência no país: visto de trânsito ou escala aeroportuária, destinado a quem apenas faz conexão rumo a outro destino; visto de turista ou Schengen, válido para viagens de turismo ou negócios de até 90 dias; visto de estada temporária, voltado a atividades que não ultrapassem um ano; e visto de residência ou longa duração, para estadias superiores a um ano, como trabalho, estudos ou empreendedorismo. Importante destacar que brasileiros não precisam solicitar os dois primeiros tipos. Além disso, pode ser exigida a carta-convite, documento que comprova a existência de alojamento durante a estadia (Nacionalidade Portuguesa, 2025).

As redes sociais, assim como já destacado, constituem um componente importante para a migração e influenciam tanto na emigração, na permanência no país estrangeiro como na migração de retorno. As autoras Assis e Siqueira (2009) explicam que desde o início da migração brasileira, migrantes apoiaram-se em redes familiares e de amizade para concretizar sua migração, recebendo acolhimento e indicação de trabalho. Essas redes facilitaram a inserção dos migrantes na nova sociedade e tornaram-se um valioso capital social e cultural para o ajustamento no país estrangeiro. Além disso, Carpenedo e Nardi (2013) apontam que, diante dos desafios enfrentados por mulheres imigrantes trabalhadoras, as redes solidárias entre brasileiras oferecem ainda suporte emocional e simbólico.

Sousa e Fazito (2017) destacam que as redes sociais perpetuam a migração internacional:

A rede social migratória, formada por migrantes na origem e destino, retornados, familiares, amigos, agentes e organizações diversas (como agências de turismo e empresas de fachada para falsificação de documentos) que compõem a chamada ‘indústria da migração ilegal’, é fundamental para a perpetuação do sistema da migração internacional (Sousa; Fazito, 2017, P. 49).

Siqueira *et al.* (2017) revelam que em Portugal, a proximidade linguística facilita a interação com nativos, o acesso ao mercado de trabalho e a possibilidade de ascensão profissional, mesmo em setores secundários, sem necessidade de intermediários. Já nos EUA,

⁸ Indivíduos que realizam o tráfico de pessoas, conduzindo imigrantes de forma ilegal através das fronteiras, geralmente do México para os Estados Unidos, que cobram altos valores e frequentemente submetem pessoas a violência, extorsão, tráfico humano e abandono em regiões de difícil acesso, como desertos e rios.

a barreira do idioma dificulta a negociação direta com empregadores e a execução das tarefas, e essas limitações persistem até que os imigrantes aprendam a língua, processo que demanda tempo.

O preconceito e estigmas contra imigrantes manifesta-se de maneira distinta nos dois contextos. Nos Estados Unidos, ele tende a ser menos perceptível, em parte devido às barreiras linguísticas e à convivência restrita às comunidades étnicas. Em Portugal, ao contrário, o preconceito é mais visível e relatado de forma explícita, ainda que muitas vezes se apresente de modo sutil e associado à maior integração dos imigrantes no cotidiano local, além disso, as mulheres são as que mais sofrem discriminação, devido ao estereótipo de prostituição a que brasileiras têm no exterior (Siqueira *et al.*, 2017).

A documentação marca uma diferença importante entre os destinos migratórios. Em Portugal, mesmo com papéis irregulares, muitos imigrantes conseguem retornar temporariamente ao Brasil e voltar sem grandes entraves, embora com alguns riscos. Já nos Estados Unidos, a falta de documentos torna a reentrada muito mais difícil, cara e arriscada, limitando fortemente a mobilidade (Siqueira *et al.*, 2017). A falta de documentação insere mulheres imigrantes no trabalho doméstico informal, onde a facilidade de acesso contrasta com a intensa precarização, baixos salários e ausência de direitos sociais (Carpenedo; Nardi, 2013; Ramos; Fragale Filho, 2023).

A emigração de brasileiros para o exterior é influenciada, entre outros fatores, pelas políticas de imigração adotadas pelos países de destino, especialmente no que diz respeito às relações estabelecidas entre os Estados de origem e acolhimento. Nesse contexto, destacam-se tanto as políticas de securitização, voltadas à restrição da entrada e permanência de migrantes, quanto os acordos bilaterais, que podem facilitar a mobilidade e a inserção no país receptor. Ademais, políticas públicas em âmbito nacional (brasileiro) e municipal (valadarense) relacionadas à migração também desempenham papel relevante, ainda que sejam limitadas em número e alcance.

No contexto português, a nova lei portuguesa aprovada em setembro de 2025 impõe regras mais rígidas para imigrantes, afetando diretamente brasileiros que vivem ou pretendem viver no país. Entre as principais mudanças estão a proibição de solicitar residência após entrada como turista; restrições a vistos de trabalho para quem não é altamente qualificado; exigência de dois anos de residência legal para reagrupamento familiar, e critérios adicionais como moradia, idioma e integração. Além disso, o tempo mínimo de residência para obter nacionalidade pode subir de cinco para sete anos (em casos de países da CPLP, Comunidade dos Países de Língua Portuguesa), e filhos de estrangeiros nascidos em Portugal só terão

nacionalidade automática se um dos pais tiver residência legal há pelo menos três anos (Welle, 2025).

Nos Estados Unidos, durante o governo Trump 1 (2017-2021), a imigração foi fortemente securitizada, com políticas de “tolerância zero”, deportações rápidas e retórica que apresentava migrantes como ameaça à segurança nacional. Em contraste, o governo Biden (2021-2025), ao assumir, implementou uma pausa de 100 dias nas deportações de certos não-cidadãos, sinalizando uma mudança de abordagem mais humanizada e centrada em revisão do sistema de imigração, embora ainda enfrente desafios práticos na gestão do fluxo migratório e na aplicação de medidas de controle fronteiriço (Alvarez, 2021). O método de entrada nos Estados Unidos conhecido como *cai-cai* deixou de ser uma alternativa viável desde o governo de Joe Biden. Isso ocorreu porque as autoridades norte-americanas identificaram que os coites se aproveitavam de brechas legais e do uso de crianças para facilitar a entrada ilegal no país. Em resposta, o governo passou a deportar famílias inteiras para seus países de origem, sem permitir que permanecessem em território norte-americano (Camporez, 2022).

O governo Trump 2 (2025-2029), iniciou com a volta da política de tolerância zero contra imigrantes, incluindo a tentativa de impedir a cidadania por nascimento em 2025. A 14ª Emenda garante esse direito desde 1868, independentemente da situação legal dos pais. A ordem de Trump foi bloqueada por juízes federais e aguarda decisão da Suprema Corte (Pew Research Center, 2025).

Segundo ND Mais (2025)- Portal de Notícias de Santa Catarina e do Brasil, no ano de 2025, Portugal e os Estados Unidos estão adotando medidas que refletem estratégias distintas, mas com o mesmo objetivo: reduzir o número de imigrantes em situação irregular. Dessa forma, em Portugal, o governo estabeleceu um prazo de 20 dias para a saída voluntária de 18 mil estrangeiros que tiveram seus pedidos de residência negados, sob pena de deportação em caso de descumprimento, sendo esta iniciativa interpretada como parte de uma estratégia política da centro-direita diante da proximidade das eleições parlamentares. Ainda de acordo com o portal, nos Estados Unidos, o Departamento de Segurança Interna (DHS) anunciou um programa de “autodeportação”, oferecendo US\$ 1 mil e a cobertura dos custos de viagem para cada imigrante que aceite retornar voluntariamente ao país de origem, justificando a medida como forma de reduzir custos, já que a deportação forçada é significativamente mais cara para os cofres públicos.

Em âmbito nacional, como consequência do aumento das deportações de brasileiros, a cidade de Governador Valadares tem recebido voos com cidadãos repatriados. Diante desse

cenário, a prefeitura municipal criou o Serviço de Apoio ao Valadarense em Situação de Deportação, que oferece atendimento psicológico, orientação para regularização documental, acesso a programas sociais e encaminhamento ao banco de empregos, buscando auxiliar a reinserção social e econômica desses indivíduos (Guimarães, 2025).

3 METODOLOGIA

Do ponto de vista metodológico, a investigação fundamenta-se na classificação proposta por Gil (2017). Quanto à natureza, trata-se de uma pesquisa básica, voltada para a produção de conhecimento científico. No que se refere à abordagem, adota-se um desenho qualitativo, pois privilegia a interpretação das narrativas das participantes e a análise dos significados que atribuem às suas experiências. Em relação aos objetivos, a pesquisa é exploratória, já que busca proporcionar maior familiaridade com o fenômeno, levantar aspectos relevantes e oferecer subsídios para a compreensão das questões investigadas, como também, é descritiva dado o esforço de caracterização de perfis e trajetórias.

A pesquisa se enquadra como teórico-empírica desenvolvendo-se em duas etapas principais: bibliográfica e de campo. A pesquisa bibliográfica buscou sustentar teoricamente a discussão, utilizando como fontes de dados as bases *Google Scholar*, *SciELO*, *ResearchGate*, *Revista de Administração Contemporânea (RAC)* e repositórios institucionais. Foram considerados livros, artigos, teses e dissertações publicadas. Complementarmente, foram consultados dados secundários em fontes oficiais, como IBGE, portal da Prefeitura de Governador Valadares e notícias de veículos digitais. Essa etapa possibilitou o alcance da compreensão e configuração de um percurso migratório, a partir da revisão de literatura e do mapeamento do contexto local.

Na etapa de campo, voltada ao alcance dos objetivos específicos, adotaram-se entrevistas com 6 mulheres migrantes. Os critérios de seleção incluíram a temporalidade do processo migratório (2019 a 2025), o recorte de gênero (mulheres), as condições de informalidade e divisão sexual no trabalho na migração, a territorialidade (Governador Valadares e MG) e a experiência de migração para os Estados Unidos e/ou Portugal, considerando trajetórias de ida, permanência/trabalho e retorno. Para assegurar a diversidade de perfis, foi estruturada uma matriz cruzando destino e permanência, garantindo pelo menos uma entrevista em cada quadrante: i) duas imigrantes que estão nos Estados Unidos, ii) uma imigrante que está em Portugal, iii) uma migrante retornada de Portugal, e iv) duas migrantes

retornadas dos Estados Unidos.

A coleta de dados de campo ocorreu inicialmente com a aplicação de um formulário online, elaborado no *Google Forms*, para levantamento de informações sociodemográficas. Em seguida, realizaram-se entrevistas semiestruturadas por meio da plataforma *Google Meet*, com duração média de 45 minutos. Antes da aplicação definitiva, foi conduzida uma entrevista-piloto apenas para verificar a compreensão das perguntas do roteiro e do formulário, com consentimento da participante e sem utilização de seus dados na análise da pesquisa. As participantes foram selecionadas pelo método “bola de neve”, partindo de contatos iniciais realizados via Instagram e WhatsApp. Apesar do amplo esforço de recrutamento, nem todas as mulheres convidadas puderam ou desejaram participar. Assim, a amostra final concentrou-se em dois grupos com diferenças significativas quanto a idade: um grupo mais jovem (24 a 34 anos) e outro mais velho (45 a 51 anos), no contexto migratório entre 2019 e 2025. Essa configuração pode gerar vieses, mas também permite analisar de forma comparativa experiências de diferentes gerações no processo migratório. Todas as entrevistas analisadas foram precedidas do aceite no Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), garantindo o cumprimento dos princípios éticos da pesquisa, como conhecimento objetivos e métodos da pesquisa pelas participantes, garantia do anonimato, participação voluntária, etc. O período de coleta ocorreu entre os dias 28 de maio e 18 de junho de 2025.

Como apoio às atividades de coleta e tratamento dos dados, foram utilizados recursos tecnológicos de inteligência artificial. O *ChatGPT* foi empregado para obtenção de insights e paráfrases, o *LanguageTool* para revisão ortográfica e gramatical, o *Copilot* para sugestões de paráfrases e sinonímia, e o *TurboScribe* para a transcrição automatizada das entrevistas. Esses instrumentos possibilitaram maior agilidade e precisão no processamento das informações.

Para análise dos dados, optou-se pela técnica de análise de conteúdo proposta por Bardin (2016), conduzida em três etapas. A primeira corresponde à pré-análise, na qual se organizou o material e se realizou a leitura flutuante, constituindo-se o corpus da pesquisa. A segunda etapa compreendeu a exploração do material, com categorização e codificação das unidades de sentido extraídas das entrevistas e documentos, o que pode ser observado nas Tabelas 5 a 9 no Apêndice A, destacando-se os trechos ou síntese das respostas das participantes. Por fim, a terceira etapa correspondeu ao tratamento dos resultados, permitindo a realização de inferências e interpretações à luz do referencial teórico e dos objetivos previamente definidos.

4 ANÁLISE DOS RESULTADOS

4.1 TRAJETÓRIA DE MULHERES TRABALHADORAS MIGRANTES

A trajetória é a jornada de vida de uma pessoa, marcada pelos trabalhos realizados e pelas experiências adquiridas. No contexto migratório, apresenta-se a Figura 3: Trajetória de Migração, que sintetiza a trajetória das mulheres trabalhadoras migrantes.

Figura 3 : Trajetória de Migração

Fatores de influência	Redes Sociais Entrada no país estrangeiro	Documentação na estadia Idioma	Estigmas/ Discriminação	Políticas Públicas e de Imigração
Etapas da migração	Emigração ➡ Permanência/Trabalho ➡ Retorno • motivações			• motivações
Trabalho	Inserção no destino Tipos e condições de trabalho mobilidade / ascensão profissional Relações interpessoais e poder de negociação empreendedorismo			Reinserção na origem Reinserção laboral Expectativas empreendedorismo
Impactos Profissionais e Pessoais	Habilidades/Aprendizados Valorização da origem	Experiências emocionais/psicológicas Vantagens e desvantagens da migração		

Fonte: Elaborado pela autora com base na revisão bibliográfica e pesquisa empírica

As etapas da migração podem ser divididas em três: 1) Emigração, saída do Brasil para o exterior; 2) Permanência no país destino e o trabalho durante a estadia; 3) Retorno ao Brasil. Em cada uma dessas fases, fatores que se cruzam como redes sociais, domínio do idioma e regularização documental exercem influência significativa, podendo facilitar ou dificultar a trajetória das migrantes conforme o contexto do país de acolhimento. O trabalho, elemento central da experiência migratória, é atravessado pela divisão sexual que condiciona as oportunidades de inserção, mobilidade ocupacional e ascensão, além de impactar as relações interpessoais e o poder de negociação, variando de acordo com os destinos. No retorno ao Brasil, observam-se duas possibilidades: a reinserção efetiva no mercado de trabalho para aquelas que já regressaram e a expectativa de reinserção para as que ainda permanecem fora. O empreendedorismo, pode estar presente tanto na fase de imigração

quanto na de retorno, emergindo como alternativa capaz de ampliar a mobilidade ocupacional e assegurar renda. Por último, os impactos da migração revelam-se ambivalentes e subjetivos, englobando aprendizados, experiências emocionais, valorização da terra natal e a percepção das vantagens e desvantagens de viver em outro país.

4.2 PERFIL, MOTIVAÇÕES PARA EMIGRAR E FATORES DE INFLUÊNCIA

4.2.1 Perfil das entrevistadas

As entrevistadas desta pesquisa são mulheres migrantes da cidade de Governador Valadares ou sua microrregião, cujas identidades foram preservadas por meio do uso de nomes fictícios, inspirados em pedras preciosas em homenagem ao estado de Minas Gerais⁹. A amostra é composta por seis mulheres que migraram para dois destinos distintos – Estados Unidos e Portugal – e cujas trajetórias permitem analisar diferenças relacionadas ao tempo de permanência, ao perfil sociodemográfico e às estratégias migratórias.

As entrevistadas podem ser distinguidas, conforme definições do Instituto Nacional de Estatística de Portugal (INE, 2003) como: **imigrantes permanentes** — aquelas que ingressam no país com intenção de permanência igual ou superior a um ano — e **imigrantes temporárias**, que têm intenção de estadia inferior a um ano.

A Figura 4 - **Matriz: Destino x Tempo de Permanência**, apresenta a classificação das entrevistadas segundo o país de destino (Estados Unidos (EUA) e Portugal (PORT)) e o tempo de estadia (permanente (números ímpares) e temporário (números pares)). Essa organização permite compreender de forma sintética como o tempo de permanência se articula às trajetórias migratórias analisadas. Tal classificação mostra-se particularmente relevante, pois permite compreender como o tempo de permanência não é um dado isolado, mas parte de uma estratégia migratória mais ampla, relacionada ao ciclo de vida, responsabilidades familiares, às oportunidades de trabalho e às redes sociais disponíveis.

⁹ O Estado de Minas Gerais tem uma forte ligação histórica, econômica e cultural com a mineração. Desde o período colonial, Minas Gerais se destacou pela extração de ouro, diamantes e outras gemas, sendo uma das principais regiões mineradoras do Brasil.

Figura 4: Matriz Destino x Tempo de Permanência

		DESTINO	
		PORTUGAL	ESTADOS UNIDOS
TEMPO DE PERMANÊNCIA	PERMANENTE (>ou = 1 ANO)	ÁGATA PORT1	CRISTAL EUA1 JADE EUA3
	TEMPORÁRIO (< ou = 1 ANO)	RUBI PORT2	SAFIRA EUA2 PÉROLA EUA4

Fonte: Elaborado pela autora com dados da pesquisa

Tabela 2: Entrevistadas - Perfil

Identificação	Idade	Raça/cor	Estado Civil	Filhos	Escolaridade	Trabalho Anterior	Moradia Anterior
Ágata (PORT1)	24	Preta	Solteira	Sem Filhos	Ensino Médio Completo	Agente Administrativo	Área Urbana
Rubi (PORT2)	51	Parda	Divorciada	3 Filhos	Ensino Superior Completo	Autônoma/ dona de loja	Município da MGV
Cristal (EUA1)	27	Branca	Casada (na migração)*	Sem Filhos	Ensino Médio Completo	Caixa De Loja De Móveis	Área Urbana
Safira (EUA2)	46	Parda	Casada	Sem Filhos	Ensino Superior Completo	Professora	Área Rural/ Distrito
Jade (EUA3)	34	Preta	Casada	1 Filho	Ensino Médio Incompleto	Autônoma	Área Urbana
Pérola (EUA4)	45	Parda	Casada	2 Filhos	Ensino Superior Completo	Professora	Área Rural/ Distrito

Fonte: Elaborado pela autora com dados da pesquisa

* Cristal (EUA1) casou-se com seu noivo brasileiro após se estabelecer nos EUA.

Tabela 3: Entrevistadas - Dados da Migração

Identificação	Ano de Migração	Estadia	Situação de Entrada	Situação de Permanência/ Saída	Moradias no Exterior	Foi sozinha ou acompanhada?	Há/Havia Familiares no País Destino
---------------	-----------------	---------	---------------------	--------------------------------	----------------------	-----------------------------	-------------------------------------

Ágata (PORT1)	2022	Permanente > 3 anos	visto de turista	Legal	Em 3 distritos de Lisboa	Com o pai	Sim
Rubi (PORT2)	2019	Retornada 11 Meses	carta convite	Legal	Em 2 distritos de Lisboa	Sozinha	Sim
Cristal (EUA1)	2023	Permanente > 2 anos	visto de turista	Irregular	1 cidade de Massachusetts	Sozinha	Sim
Safira (EUA2)	2022	Retornada 5 Meses	visto de turista	Legal	1 cidade de Connecticut	Sozinha	Sim
Jade (EUA3)	2021	Permanente > 4 anos	Irregular (cai-cai)	Irregular	1 cidade da Pensilvânia	Com o marido e filho	Sim
Pérola (EUA4)	2021	Retornada 8 Meses	Irregular (cai-cai)	Irregular	1 cidade de Massachusetts	Com o filho mais novo	Sim

Fonte: Elaborado pela autora com dados da pesquisa

A análise comparativa, a partir da Figura 5, juntamente com as Tabelas 2 e 3 acerca do perfil e dos dados da migração, permite identificar padrões que extrapolam as histórias individuais das entrevistadas. Observa-se que as imigrantes classificadas como permanentes são, majoritariamente, mulheres mais jovens, com idades entre 24 e 34 anos, oriundas da área urbana de Governador Valadares e com escolaridade concentrada entre o ensino médio incompleto e completo. Esse perfil sugere projetos migratórios orientados à inserção laboral mais prolongada e à construção de novos projetos de vida no exterior.

Em contraste, as imigrantes temporárias — aquelas que retornaram ao Brasil em menos de um ano — concentram-se em faixas etárias mais elevadas, entre 45 e 51 anos, possuem ensino superior completo e são da zona rural de Governador Valadares ou município da microrregião. Nesses casos, a migração assume um caráter estratégico e delimitado no tempo, frequentemente associado a objetivos econômicos específicos e a demandas familiares pontuais. Dessa forma, os dados indicam que idade, escolaridade e território de origem operam de forma articulada na definição das possibilidades de permanência, mobilidade territorial e retorno.

Destaca-se na Tabela 3, a centralidade das redes sociais na sustentação das experiências migratórias femininas, logo que, todas afirmaram que já possuíam familiares com experiências prévias de migração. E também, as migrantes de Portugal apresentaram maior troca de residência do que as migrantes dos Estados Unidos, o que pode indicar maior flexibilidade de deslocamento e adaptação às oportunidades de trabalho e condições de vida, enquanto, nos Estados Unidos, a permanência em uma mesma cidade sugere restrições legais, econômicas e sociais mais acentuadas.

4.2.2 Motivações para emigrar:

Os resultados desta pesquisa indicam que as motivações para emigrar das entrevistadas são múltiplas envolvendo fatores econômicos, familiares e relacionais, além de elementos específicos de gênero, como responsabilidade pelo cuidado e busca por autonomia. Esses achados reforçam o que já foi apontado em estudos anteriores (Dutra, 2013; Batarce, 2016; Assis, 2018). As entrevistadas raramente apontaram um único motivo para a decisão migratória, o que confirma o caráter complexo do fenômeno e dialoga com a noção de migração como fato social total Sayad (1998).

As motivações para emigrar variam entre os destinos e estão listadas na Tabela 5 no Apêndice A. Em Portugal, destacam-se as razões como a expectativa de regularização migratória mais acessível, o desejo de melhorar as condições financeiras, alcançar estabilidade e vivenciar uma experiência cultural. Já nos Estados Unidos, predominam razões mais urgentes, como a necessidade de aumentar rapidamente a renda, acompanhar parceiros, buscar segurança diante de ameaças e proporcionar melhores oportunidades aos filhos. Essa diferenciação aponta para a influência dos contextos migratórios específicos na configuração das expectativas, estratégias e riscos assumidos pelas mulheres, reforçando que gênero, destino e condições estruturais se articulam na definição das motivações para emigrar.

É significativo observar que a decisão de migrar não partiu exclusivamente das mulheres, mas esteve profundamente vinculada ao papel que desempenham no núcleo familiar. Assim, a escolha pela migração frequentemente se relaciona aos papéis de filha, mãe e esposa, revelando como suas responsabilidades familiares influenciam diretamente esse movimento. Ágata (PORT1) menciona que a decisão foi tomada em comum acordo com a família. Jade (EUA3) revelou que a decisão foi tomada, a princípio, pelo marido que recebeu uma proposta de emprego nos Estados Unidos. Cristal (EUA1) e Safira (EUA2) decidiram migrar por influência de seus maridos que já estavam no exterior. Enquanto a dedicação com os filhos foi um fator para a decisão de Rubi (PORT2), que esteve ao lado da filha em Portugal, e Pérola (EUA4), que foi acompanhada do filho mais novo.

Em síntese, vê-se que as motivações para emigrar, em certa medida, estão relacionadas às necessidades mais básicas da pirâmide de Maslow, especialmente as fisiológicas e de segurança, como renda suficiente para garantir sustento, moradia adequada, educação de qualidade para os filhos e estabilidade diante de incertezas. Esse quadro pode sugerir que, no imaginário das entrevistadas, Governador Valadares não oferece — ou não é percebida como

oferecendo — condições estruturais plenamente capazes de atender a essas demandas essenciais. A possível ausência de empregos de qualidade, de infraestrutura sólida e a percepção de escassez de oportunidades parecem contribuir para o fortalecimento do desejo de migrar. Assim, pode-se considerar que, caso a cidade dispusesse de uma base econômica mais robusta, serviços públicos mais eficientes e uma percepção coletiva ampliada de segurança e bem-estar, a tendência de buscar alternativas fora do país poderia ser menos acentuada, o que reforça a relevância de políticas locais voltadas ao fortalecimento das condições básicas de vida da população.

4.2.3 Fatores de influência na migração:

Os fatores que influenciam na migração das entrevistadas variam de acordo com os países de destino e se articulam a aspectos estruturais, institucionais e subjetivos. Entre os principais elementos identificados estão: as redes sociais, o idioma, os estigmas, a forma de entrada no país, a documentação migratória e o contexto das políticas de imigração (Detalhes das respostas da pesquisa estão sintetizados na Tabela 6 do Apêndice A).

As redes sociais exercem papel fundamental na migração. Confirmando os achados de Assis e Siqueira (2009), Carpenedo e Nardi (2013) e Souza e Fazito (2017), essas redes se mostram essenciais em todas as etapas do processo migratório: desde a motivação para partir ou retornar, passando pela travessia, acolhida inicial, até a inserção laboral e adaptação no país de destino.

Ao comparar os destinos, nota-se que os fatores emocionais e o papel desempenhado pelas mulheres nas redes são relevantes tanto em Portugal quanto nos Estados Unidos. Na travessia irregular, os atravessadores (coiotes) têm importância central no contexto norte-americano, enquanto em Portugal essa figura não aparece. No acolhimento, todas as entrevistadas relataram contar com algum tipo de apoio, fundamental para a chegada. Já na inserção laboral, as redes são praticamente indispensáveis nos Estados Unidos, sobretudo para mulheres que não dominam o idioma, enquanto em Portugal há maior possibilidade de busca autônoma por trabalho, ainda que as redes continuem relevantes em momentos de mobilidade e mudança de ocupação.

Além disso, a dependência das redes sociais também se relaciona diretamente ao idioma do destino. Nos Estados Unidos, essa dependência ultrapassa o âmbito laboral e alcança tarefas cotidianas, como abrir conta bancária ou resolver questões administrativas, conforme relatou Pérola (EUA4): “Eu tive que esperar a minha filha para ir ao banco, porque

para mim era difícil a língua, nem foi uma adaptação”. Assim, as redes sociais não apenas facilitam a inserção no mercado de trabalho, mas também mediam o acesso a serviços e a vivência diária, reforçando sua centralidade na experiência migratória das mulheres entrevistadas.

O idioma configura-se como um divisor significativo entre os destinos. Em Portugal, apesar do estranhamento inicial com o português europeu, as entrevistadas conseguiram se adaptar progressivamente, o que não impediu a comunicação, especialmente no âmbito de trabalho. As dificuldades estiveram associadas à velocidade da fala e ao uso de palavras homônimas, exigindo mais atenção para evitar mal-entendidos. “No início foi complicado para entender, ainda mais quando era o encarregado dando as ordens. A gente pede para repetir várias vezes até conseguir entender bem a informação” (Ágata, (PORT1)). Com o passar do tempo, essas dificuldades tendem a ser parcialmente superadas, indicando que, no contexto português, o idioma atua mais como um desafio inicial de adaptação do que como uma barreira estrutural à inserção laboral.

Nos Estados Unidos, a ausência de domínio do idioma inglês pelas entrevistadas é uma barreira estruturante sobre a inserção profissional, evidenciando os mesmos aspectos já mencionados por Siqueira *et al.* (2017), a autonomia cotidiana e a capacidade de negociação no trabalho. Todas as entrevistadas relataram dependência intensa das redes de apoio para atividades básicas, uso recorrente de tradutores digitais e dificuldades na comunicação com supervisores, bem como obstáculos para frequentar cursos de idioma devido à rotina exaustiva de trabalho. “O principal ponto negativo é a língua, porque você não entende nada do que eles falam. Essa parte, para mim, foi a mais difícil” (Safira, (EUA2)). A barreira linguística, nesse contexto, contribui para a reprodução de relações assimétricas de poder no trabalho, limitando as possibilidades de mobilidade ocupacional e reforçando a dependência de familiares e redes prévias, especialmente entre mulheres migrantes inseridas em ocupações precarizadas.

Quanto aos **estigmas e experiências de discriminação**, em consonância com Siqueira *et al.* (2017), os relatos das entrevistadas indicam que a estigmatização nos contextos migratórios assume formas distintas, sendo mais evidente em Portugal pela associação das mulheres à prostituição, enquanto nos Estados Unidos a discriminação tende a ser menos perceptível em razão da barreira linguística do inglês. Em Portugal, destacam-se preconceitos direcionados às mulheres brasileiras, frequentemente associadas à imagem de “prostituta”, bem como a percepção negativa dos brasileiros como “caloteiros”, como dito por Ágata (PORT1): “Quando eles também conhecem melhor a gente. Vê que não, nem toda brasileira é puta, e nem todo brasileiro é caloteiro.”. Soma-se a isso o julgamento moral direcionado às

mulheres que migram sozinhas, comportamento socialmente estigmatizado, como aponta Rubi (PORT2) “As mulheres no início não te veem bem, porque elas ficam preocupadas porque a gente largou a família, por ser mulher, para poder ir para lá.”.

Nos Estados Unidos, Safira (EUA2) e Jade (EUA3) relataram não perceber discriminação significativa ao interagir com norte-americanos, especialmente por conviverem majoritariamente com outros imigrantes. Jade (EUA3) destaca que, na região onde reside, a presença de imigrantes é predominante, o que dilui interações diretas com a população nativa. Cristal (EUA1), por sua vez, associa a ausência de experiências explícitas de discriminação ao esforço em se comunicar em inglês, entendendo que a tentativa de falar o idioma local é valorizada socialmente.

Entretanto, Pérola (EUA4) relata situações de exclusão relacionadas tanto à barreira linguística por parte dos norte-americanos quanto a tensões no interior da própria comunidade brasileira, evidenciando que a discriminação nem sempre parte apenas da sociedade de acolhimento. Além disso, surgem relatos de aspectismo, em que a aparência física é motivo de julgamento em determinados espaços, como aponta Safira (EUA2): “Em alguns lugares, as pessoas olham a gente pelo físico, né? Aí a gente fica meio sem graça. A gente é mais gordinha, né?” . Esses dados indicam que as experiências de estigmatização são atravessadas por idioma, aparência e pertencimento à comunidade migrante, assumindo formas distintas conforme o contexto.

A forma de entrada no país de destino exerce influência central sobre as experiências migratórias, uma vez que condiciona o grau de exposição a barreiras institucionais, mecanismos de controle estatal e situações de vulnerabilidade ao longo do percurso. Tendo como base o destino, as mulheres que foram para Portugal tiveram menos dificuldade para entrar no país (viajando sozinhas ou não), enquanto a entrada das mulheres para os Estados Unidos ficou dividida entre: com visto de turista e irregular. Dessa forma, percebe-se que as mulheres entrevistadas que foram para os EUA têm dinâmicas próprias de entrada, logo que quando vão sozinhas optam pelo visto, e aquelas que viajam com a família, em especial os filhos menores de idade, se arriscam pelo cai-cai, corroborando com o protagonismo feminino discutido por Ramos e Fragale Filho (2023).

Entre as mulheres que migraram para Portugal, observa-se indiferença em relação ao processo de entrada. Já entre aquelas que chegaram aos Estados Unidos por vias legais, nota-se um sentimento de alívio. Em contraste, as que ingressaram de forma irregular relatam ter enfrentado maiores dificuldades, como a separação temporária da família, revistas realizadas por agentes de fronteira, condições precárias de higiene — incluindo restrições para

tomar banho — e a perda da noção do tempo durante o período de espera. Apenas as mulheres que entraram de maneira irregular (Jade (EUA3) e Pérola (EUA4), que migraram no ano de 2021) mencionaram impactos da pandemia no processo migratório, no que se refere a testes do Covid-19. Ademais, as redes sociais aparecem correlacionadas a forma de entrada, em Portugal ter alguém que mande carta-convite é importante, assim como, os coiotes (agentes atravessadores) que atuam na travessia da fronteira dos Estados Unidos.

Os aspectos relacionados à **documentação** identificados nesta pesquisa dialogam com os achados de estudos anteriores (Siqueira *et al.*, 2017; Carpenedo; Nardi, 2013; Ramos; Fragale Filho, 2023), especialmente no que se refere à maior facilidade de a saída temporária em Portugal, em comparação aos Estados Unidos, e à precarização do trabalho associada à ausência de documentação regular, dimensão que abarca o campo simbólico migratório apontado por Sayad (1998).

Ágata (PORT1) relata que, embora a circulação entre países seja viável quando a documentação é regular, persistem situações de suspeição por parte dos agentes de imigração, como questionamentos recorrentes e condução para a chamada “salinha”.

Até mesmo que tenha documentação aqui e estava retornando. “Por que ficou tanto tempo... Por que ficaste tanto tempo fora? E que não sei o quê”. Aí começava com as perguntas assim. Foi a experiência que a gente teve. Eles (agentes de imigração) levam para a famosa salinha, a pessoa (Ágata (PORT1)).

Ainda em Portugal o processo de regularização, embora burocrático e marcado por renovações periódicas, possibilita maior acesso a direitos e a empregos de melhor qualidade.

Nos Estados Unidos, as trajetórias documentais das entrevistadas são mais restritivas e diferenciadas conforme a forma de entrada. Cristal (EUA1) e Safira (EUA2) ingressaram com visto de turista, mas iniciaram atividades laborais, configurando situação irregular; Safira retornou ao Brasil antes do vencimento do visto, enquanto Cristal permanece indocumentada. Já Jade (EUA3) e Pérola (EUA4) entraram de forma irregular e se viram diante do processo de solicitação de asilo, condição que impede o retorno ao país de origem, sob risco de inviabilizar futuras reentradas. A dificuldade de regularização limita a mobilidade profissional e mantém essas mulheres em situação contínua de vulnerabilidade.

Por fim, o fator das **políticas de imigração** manifesta-se de forma transversal em todas as etapas do processo migratório — da entrada à regularização — repercutindo diretamente na vida laboral, social e psicológica das migrantes entrevistadas. Em Portugal, apesar do clima de incerteza gerado por mudanças políticas recentes discutido por Welle

(2025), a entrevistada regularizada relatou menor impacto direto em suas vidas cotidianas, restringindo-se sobretudo à preocupação com o futuro e ao planejamento de retorno, como dito por Ágata (PORT1).

Mas aqui, como teve as eleições recentes, com essa mudança do governo, eles estão selecionando melhor quem eles querem no país. Para quem está com alguma pendência fora, no seu país de origem ou algum país que já passou, é melhor a pessoa estar voltando. [...] Agora, para mim, no momento, como eu estou com tudo certo, não me força a querer voltar mais cedo para aí (Ágata (PORT1)).

Nos Estados Unidos, em contraste, as experiências das migrantes são marcadas por um clima constante de medo e insegurança inerente à condição migratória, intensificado pelo endurecimento das políticas migratórias. Esse cenário tem ampliado o receio de deportação, inclusive entre aquelas que possuem algum tipo de processo em andamento. As dificuldades na obtenção de asilo, os elevados custos advocatícios e a burocracia associada aos trâmites legais contribuem para a geração de ansiedade e instabilidade, afetando de forma significativa a vida cotidiana dessas mulheres. Como expressa Cristal (EUA1), o medo passa a organizar a rotina, tanto dentro quanto fora de casa, evidenciando os impactos subjetivos e emocionais das políticas migratórias restritivas.

É, eu sinto, a maior parte do tempo, eu sinto medo. Insegurança, né? A gente fica ansioso, porque eu falo que eu trabalho todos os dias, eu saio de casa, eu já penso que, tipo, alguma polícia vai parar ou já está com mandato. Tipo, a gente sai com medo, entendeu? A gente fica em casa com medo e sai com medo, né? Diante dessas medidas políticas, que estão tomando agora, né? (Cristal (EUA1))

Em síntese, o tópico 4.2 evidencia que as trajetórias migratórias das mulheres são atravessadas por múltiplos fatores interligados, como perfil sociodemográfico, motivações econômicas e familiares, domínio do idioma, redes sociais, experiências de estigmatização e condições documentais. As diferenças entre Portugal e Estados Unidos demonstram que o destino migratório influencia diretamente as possibilidades de permanência, inserção laboral e autonomia, revelando que a migração feminina constitui um processo social complexo, marcado por relações de gênero, trabalho e poder.

4.3 EXPERIÊNCIAS LABORAIS FEMININAS NO EXTERIOR

As experiências laborais das mulheres no exterior revelam trajetórias diversas, marcadas por diferentes formas de inserção no mercado de trabalho. Com base na pesquisa

empírica realizada, destacam-se não apenas os tipos de ocupação e as condições laborais, mas também as relações interpessoais estabelecidas no ambiente de trabalho e as possibilidades de negociação. Os dados detalhados referentes a essas experiências encontram-se sistematizados na Tabela 7, apresentada no Apêndice A, a partir da qual se desenvolvem as análises desta seção.

4.3.1 Tipos de trabalho

Os resultados da pesquisa apontam que as entrevistadas se concentram majoritariamente em ocupações de baixa qualificação, vinculadas ao trabalho reprodutivo, em consonância com os estudos de Siqueira *et al.* (2017), Carpenedo e Nardi (2013) e Ramos e Fragale Filho (2023). Entre as atividades mais recorrentes estão a faxina, os serviços domésticos, a restauração (restaurantes, lanchonetes, padarias) e os cuidados com crianças e/ou idosos. Essas funções, embora fundamentais para o funcionamento cotidiano das sociedades de destino, são socialmente desvalorizadas e pouco reconhecidas, reforçando a inserção das migrantes em nichos laborais marcados pela precariedade e pela invisibilidade.

Tabela 4: Trajetórias Laborais das Entrevistadas

Identificação	Principais ocupações	Jornada e pausas	Forma de acesso	Inserção	Contrato
Ágata (PORT1)	Faxina; limpeza sazonal; lanchonete; auxiliar administrativo em armazém	Jornadas 8h ou mais por dia, escala (6x1 e 5x2); pausas para almoço	Inserção direta e rede familiar	Demorada	apenas no armazém, com documentação válida
Rubi (PORT2)	Faxina; asilo; ajudante de cozinha	definidas entre 15 min e 1h	Busca individual e indicações	Rápida	Não, por decisão própria
Cristal (EUA1)	Limpeza escolar; entregadora (<i>delivery</i>)	Jornadas 8h ou mais por dia, escala	Indicação familiar	Demorada	Não
Safira (EUA2)	Faxina; venda de alimentos	6x1; sem pausas	Comunidade brasileira	Rápida	Não
Jade (EUA3)	Fábrica (tentativa); faxina; motorista	definidas e sem horário	Indicação familiar	Demorada	Não
Pérola (EUA4)	Faxina; padaria	para almoço (lanche)	Indicação de colegas	Rápida	Não

Fonte: Elaborado pela autora com dados da pesquisa

Pelas entrevistas, constata-se que na migração se perpetuam os papéis de gênero e a divisão sexual do trabalho (Tabela 04). Entretanto, em situações em que algumas das entrevistadas obtêm documentação adequada, abre-se a possibilidade de ascender profissionalmente e de romper com o famigerado “teto de vidro”, como no caso de Ágata PORT1, que atua como auxiliar administrativo. Pode-se considerar, que atitudes como essas desafiam algumas barreiras estruturais impostas pelo mercado de trabalho e demonstram a capacidade de ressignificação dessas mulheres entrevistadas em contextos migratórios.

Observa-se que pelas entrevistas, no processo de inserção laboral, o idioma aprofunda as desigualdades entre os destinos, uma vez que as entrevistadas que viviam em Portugal encontram maior autonomia para a busca de oportunidades do que as que migraram para os Estados Unidos. Além disso, a influência das redes sociais se mostra relevante tanto para o acesso quanto para a mobilidade ocupacional dessas mulheres. Constatou-se também que o tempo de permanência exerce papel significativo: as entrevistadas imigrantes temporárias tendem a ingressar com maior rapidez no mercado de trabalho estrangeiro, enquanto as imigrantes permanentes enfrentam maior demora, seja pelo desconhecimento dos locais de contratação ou pela ausência de indicações. Nesses casos, a responsabilidade pela provisão passa pelo papel de gênero e recai sobre os homens da família — o pai, no caso de Ágata (PORT1), ou o marido, nos casos de Cristal (EUA1) e Jade (EUA4).

4.3.2 Condições de trabalho

As condições de trabalho diferem significativamente entre os destinos. Em Portugal, apesar da elevada carga física, as mulheres entrevistadas descrevem que há maior regulamentação, com direito a pausas, possibilidade de contratos formais e perspectivas de ascensão à medida que as trabalhadoras conseguem estabilizar sua situação documental. Contudo, a contratação de imigrantes sem documentação válida é dificultada pelo risco de multas tanto aos imigrantes quanto aos empregadores, como relata Ágata (PORT1): “Se a pessoa não está documentada, ela vai ser deportada. E o dono da empresa recebe uma multa que é bem cara”.

Nos Estados Unidos, as mulheres entrevistadas relatam que o ritmo laboral é mais exaustivo: não há pausas, os contratos são praticamente inexistentes e a irregularidade migratória impede qualquer mobilidade profissional, conforme observado anteriormente por Ramos e Fragale Filho (2023). Essa diferença evidencia como o contexto institucional e jurídico molda diretamente as oportunidades e limitações enfrentadas pelas migrantes. Nesse

contexto, manifesta-se o paradoxo da alteridade descrito por Sayad (1998), que reduz o imigrante à condição de força de trabalho disponível para os postos mais precários. A experiência de Cristal (EUA1) evidencia essa dinâmica: “É como se a gente estivesse escravizado. Eles (supervisores norte-americanos) pensam que por sermos imigrantes temos que pegar o pior serviço pra fazer. Não tem hora de descanso. [...] Eu trabalho oito horas e tomo café enquanto trabalho”.

Em Portugal, apesar dos elevados custos de habitação e transporte, observa-se possibilidade de ascensão profissional (trabalho e estudo) e boa qualidade de vida, enquanto nos Estados Unidos as entrevistadas relatam ausência de mobilidade ocupacional e um dilema entre economizar e viver bem, como dito por Pérola EUA4: “É uma via de mão dupla, ou a pessoa vive bem lá, ou vive mal lá e manda dinheiro para o Brasil, porque não dá para os dois! Porque lá o poder de compra é muito, mas o custo de vida também é alto”. A mobilidade relaciona-se principalmente com a documentação e ao entendimento com o idioma como previsto por Ramos e Fragale Filho (2023).

A experiência de Ágata (PORT1) ilustra como, em Portugal, a regularização amplia gradualmente as oportunidades de trabalho e de empreendedorismo: “Depois de alguns anos, com o processo de documentação ativo, você já consegue melhores empregos [...] consegue abrir atividade como microempreendedor”. Em contraste, nos Estados Unidos, mesmo quando há experiência e reconhecimento no ambiente laboral, a ausência de autorização formal e o não domínio do inglês limitam qualquer avanço, como relata Cristal (EUA1): “Se eu tivesse um inglês melhor ou uma permissão para trabalhar, eu poderia estar em um setor melhor [...] mas é muito difícil o imigrante conseguir essa permissão”. Assim, o fechamento do tópico evidencia que as trajetórias laborais das migrantes são profundamente condicionadas por marcos institucionais e linguísticos, que operam como fatores centrais de desigualdade entre os destinos.

4.3.3 Relações Interpessoais e Poder de Negociação

As relações interpessoais no ambiente laboral também apresentam contrastes pelas falas das entrevistadas. Em Portugal, relatam uma prevalência de interações mais respeitosas e uma maior compreensão cultural, o que contribui para a integração das trabalhadoras. “A relação é de respeito. Não só porque são portugueses e estão em Portugal, não tentam menosprezar nem nada.” Ágata (PORT1).

A cultura deles lá é diferente. Na verdade, isso é estranho um pouco no início, mas depois você vê que aquilo ali é a cultura deles. Não é porque eles estão sendo estúpidos com a gente, é porque são realistas e muitas pessoas não entendem isso, né. E aí, assim, para mim foi de boa, eu não tive momento nenhum dificuldade sobre conviver com eles, não (Rubi (PORT2)).

Nos Estados Unidos, descrevem as experiências marcadas por supervisão rígida e episódios de hostilidade verbal, frequentemente intensificados pela barreira linguística, conforme apontado por Cristal (EUA1): “Muitos dos supervisores (norte-americanos) maltratam muito os funcionários verbalmente. Eles são bem rudes, às vezes, com a gente”. Além disso, observam-se relações de desconfiança no interior da própria comunidade brasileira, uma vez que algumas entrevistadas relataram que compatriotas oferecem oportunidades de trabalho, mas submetem as trabalhadoras a constantes testes de honestidade, o que contribui para o reforço de tensões.

Safira (EUA2) exemplifica essa dinâmica ao afirmar: “A gente é testado a todo momento. [...] E eu fiquei muito chateada, porque fui acusada de algo que não fiz. [...] Não foi nem o pessoal da casa (norte-americanos) quem acusou, foi o brasileiro mesmo que fez isso.”

A capacidade de negociação das condições de trabalho está diretamente associada à fatores como o tempo de permanência e da experiência adquirida na cidade, bem como da capacidade de construir uma clientela e estabelecer uma rede de apoio, assim como Carpenedo e Nardi (2013) comentam. A pesquisa empírica evidencia que outros fatores como a regularização documental, o entendimento do idioma e o acesso a informação também são essenciais para as dinâmicas de negociação laboral.

Em Portugal, a regularização documental amplia a autonomia das mulheres entrevistadas, permitindo maior reivindicação de direitos, como também a rede de colegas de trabalho que disponibiliza informações dos procedimentos, como destaca Ágata (PORT1): “No começo aceitei muita coisa por desinformação [...] As informações nós conseguimos com os nossos colegas de trabalho, os portugueses que estavam lá. [...] Então, tem que procurar bem a informação para conseguir negociar.”

Nos Estados Unidos, a irregularidade migratória limita severamente a capacidade de negociação das mulheres, submetendo-as a regras rígidas e à dependência da boa vontade dos empregadores, agravada pela barreira linguística. A experiência de Pérola (EUA4) evidencia de forma concreta as limitações impostas pela falta de negociação no trabalho:

Era somente aquilo mesmo que eles pediam para fazer. [...] eles estipulam e é isso. Não é igual aqui, que a gente pode mover uma xícara de lugar. Se está aqui, é isso e pronto. Então, é pago um valor X para você fazer isso, é para fazer isso. Lá não tem, tipo assim, essa negociação, não (Pérola (EUA4)).

Nesse contexto de vulnerabilidade, o empreendedorismo emerge como alternativa de autoemprego e, simultaneamente, como estratégia de resistência. A trajetória de Safira (EUA2) ilustra como iniciativas informais permitem às migrantes recuperar parcialmente o controle sobre seu tempo, sua renda e seu valor de trabalho, ainda que permaneçam inseridas em um cenário marcado pela informalidade e pela ausência de garantias legais.

Só conseguia aceitar o que eles ofereciam (na faxina), porque no começo é difícil. Você precisa conhecer outras pessoas, mostrar o seu trabalho. Então, era só o que eles ofereciam mesmo. E quando passei a vender salgados, aí eu já tinha o meu valor, aquele preço que eu colocava. Vendi muito (Safira (EUA2)).

Em síntese, as experiências relatadas evidenciam que as relações interpessoais no trabalho e o poder de negociação das mulheres migrantes são profundamente condicionados pelo contexto migratório e institucional de cada país de destino. Enquanto em Portugal a regularização documental, o acesso à informação e as interações mais respeitadas ampliam a autonomia e a capacidade de reivindicação das trabalhadoras, nos Estados Unidos a irregularidade migratória, a barreira linguística e as relações laborais marcadas pela rigidez e pela desconfiança restringem severamente suas possibilidades de negociação. Nesse cenário, o empreendedorismo informal desponta como estratégia ambivalente, ao mesmo tempo resposta à vulnerabilidade e forma de resistência, permitindo às migrantes recuperar parcialmente o controle sobre seu trabalho. Assim, as trajetórias analisadas demonstram que o poder de negociação não é apenas uma característica individual, mas resulta da articulação entre status migratório, redes sociais, relações interpessoais e estruturas institucionais que moldam, de maneira desigual, as experiências laborais das mulheres migrantes.

4.3.4 Empreendedorismo

Com base nos dados empíricos, o empreendedorismo assume significados distintos conforme o destino. Em Portugal, é visto como uma possibilidade de ascensão social e econômica, com potencial de formalização e reconhecimento institucional, como relatado por Ágata (PORT1). Nos Estados Unidos, por outro lado, assume caráter predominantemente

informal, voltado para a subsistência imediata (autoemprego) e sem garantias legais, conforme descrito por Safira (EUA2). Essa diferença evidencia como o ambiente regulatório e a condição migratória influenciam tanto o acesso ao mercado de trabalho quanto a capacidade de transformar iniciativas individuais em trajetórias de mobilidade social. Baseado na distinção das formas empreendedoras do relatório da GEM (2011), o empreendedorismo em Portugal ocorre majoritariamente por oportunidade, enquanto nos Estados Unidos predomina por necessidade.

No que diz respeito à intenção empreendedora, Safira (EUA2) relata que já possuía habilidades culinárias no Brasil, mas apenas nos Estados Unidos as utilizou como meio de subsistência. Já Ágata (PORT1) e Cristal (EUA1) manifestaram o desejo de empreender futuramente em território brasileiro, condicionado à acumulação de capital durante a experiência migratória. Esses relatos demonstram como o empreendedorismo pode assumir diferentes funções, ora como estratégia de sobrevivência, ora como projeto de investimento futuro.

De modo geral, o empreendedorismo emerge como prática recorrente no contexto migratório, seja na forma de autoemprego voltado à subsistência, seja como intenção de construir e consolidar um negócio próprio, à semelhança do que já foi exposto por Gomes e Le Bourlegat (2020). Conforme destaca Alvarenga (2014), o estudo do empreendedorismo de migrantes retornados é relevante para compreender os impactos na origem. Nesse sentido, torna-se importante pesquisas futuras sobre mulheres que regressaram a Governador Valadares e empreenderam, considerando os conhecimentos administrativos adquiridos, o capital social mobilizado e os recursos financeiros investidos, elementos fundamentais para a sustentabilidade dos negócios. Ademais, ainda há escassez de pesquisas robustas sobre o empreendedorismo feminino brasileiro exterior, o que abre espaço para estudos futuros mais consistentes e específicos para mulheres que empreendem internacionalmente

4.4 RETORNO AO BRASIL E REINSERÇÃO LABORAL

Conforme assinala Sayad (2000), o retorno constitui parte integrante do itinerário migratório, inclusive para aqueles que permanecem por períodos mais longos no país de destino. Nesse contexto, três das entrevistadas retornaram em menos de um ano de estadia, enquanto outras três ainda permanecem no exterior, o que evidencia a relevância de analisar os fatores que motivam tanto a permanência quanto o retorno. Ademais, a reinserção laboral assume significados distintos, uma vez que algumas mulheres já enfrentaram concretamente

esse processo no país de origem, enquanto outras elaboram expectativas e projetos futuros sobre como e quando se reinserir no mercado de trabalho ao retornarem (Os detalhes dos dados empíricos referentes a esta seção estão sistematizados na Tabela 8 do Apêndice A).

4.4.1 Motivos para retornar x Motivos para permanecer

As entrevistadas que retornaram ao Brasil (Rubi (PORT2), Safira (EUA2) e Pérola (EUA4)) ressaltaram que não planejavam uma estadia prolongada no exterior. Entre os principais fatores que motivaram o retorno destacam-se a posse de bens já consolidados no Brasil, a saudade da família e do trabalho, bem como as dificuldades de adaptação cultural, social e linguística:

“Eu voltei porque eu tenho a minha casa aqui, tem meu trabalho aqui”(Rubi (PORT2)); “Todos os dias eu queria ir embora. [...] Eu sou professora, eu amo meu trabalho. Então, eu ficava todo dia sonhando com a escola. E assim, foi dos motivos, meu trabalho e família”(Safira (EUA2)); “Não adaptei com a língua, não adaptei com a comida, [...] nem socialmente! O trabalho não é difícil, mas só que lá, tem uma carga horária muito extensa para você poder ganhar algum dinheiro. Então é trabalho, ficar em casa e solidão.”(Pérola (EUA4)).

Esses elementos aparecem de forma recorrente nos relatos, especialmente entre aquelas que migraram para os Estados Unidos, onde a carga horária extensa, a rotina restrita ao trabalho e o isolamento social intensificaram o sofrimento emocional. Em contraste, a experiência vivenciada em Portugal é descrita como mais tranquila, ainda que não suficiente para sustentar a permanência.

As três entrevistadas que permanecem no país de destino (Ágata (PORT1), Cristal (EUA1) e Jade (EUA3)) manifestam o desejo de retornar ao Brasil em longo prazo, motivadas pelo sentimento de pertencimento às suas raízes, como exposto por Jade (EUA3): “E eu quero voltar para ter a minha velhice, eu quero morrer aí. [...] Então, eu quero voltar, porque aí (Brasil) é o meu país. Aqui (Estados Unidos) não é o meu país.” O desejo de retorno soma-se também com a frustração da ausência de mobilidade profissional, como no caso de Cristal (EUA1): “O meu visto venceu, então, já fica mais complicado de eu conseguir um trabalho melhor. Então, vou continuar no meu serviço atual, e futuramente, né? Daqui uns dois, três anos, vou voltar para o Brasil”.

No entanto, a decisão de permanecer fora está diretamente ligada à presença de familiares no país destino, ao sacrifício da viagem e à necessidade de acumular capital, garantindo uma reserva financeira antes do retorno, como aponta Ágata (PORT1):

É um projeto a longo prazo, mas eu penso em retornar, porque é a vida aí! Eu nunca tive o desejo de morar fora (do Brasil). Viemos por necessidade mesmo. E assim, não vou abrir mão das coisas como estão agora, simplesmente porque melhorou um pouquinho a vida e vou largar tudo. Não. Vou continuar crescendo para depois voltar também com algo sólido aí, né? (Ágata (PORT1)).

Os relatos das entrevistadas dialogam diretamente com os achados de Siqueira e Santos (2012) e de Alvarenga (2014), ao evidenciar que o retorno não decorre de um único fator, mas da combinação entre limites objetivos da experiência migratória e dimensões subjetivas. A saudade da família, do trabalho e do território de origem aparece como elemento central, confirmando a análise de Siqueira e Santos de que esse sentimento, embora inerente à condição migrante, torna-se decisivo quando os benefícios da emigração se reduzem. Nos casos apresentados, a dificuldade de adaptação linguística, cultural e social, a carga horária excessiva e o isolamento — especialmente nos Estados Unidos — sinalizam o esgotamento das vantagens iniciais do projeto migratório. Da mesma forma, a ausência de mobilidade profissional, a insegurança relacionada ao visto e a percepção de que os objetivos econômicos já foram ou poderão ser alcançados reforçam o que Alvarenga (2014) descreve como o retorno após o cumprimento das metas ou quando o território estrangeiro se torna desfavorável.

Sob a lente da Teoria dos Dois Fatores de Herzberg, essas experiências podem ser compreendidas como resultado do desequilíbrio entre fatores higiênicos e motivacionais. A deterioração dos fatores higiênicos — como condições de trabalho extenuantes, instabilidade legal, dificuldades de integração e limitações no ambiente laboral — indica forte insatisfação e impulsiona o desejo de retorno. Ao mesmo tempo, mesmo quando esses fatores são parcialmente atendidos, a ausência de fatores motivacionais, como reconhecimento profissional, sentido de pertencimento e autorrealização, produz neutralidade ou não satisfação, tornando a permanência pouco atrativa. Assim, o retorno ao Brasil pode emergir tanto como reação à insatisfação gerada por condições externas adversas quanto como busca por satisfação intrínseca, ligada às raízes, aos vínculos afetivos e à possibilidade de reconstruir um projeto de vida com maior significado pessoal.

Outro ponto a ser considerado é que, no atual contexto das políticas de imigração securitizadas de Portugal e dos Estados Unidos, muitas pessoas têm sido deportadas. Diante

disso, torna-se necessário investigar se os deportados estão, de fato, recebendo a assistência prometida pela Prefeitura de Governador Valadares citado por Guimarães (2025) ou se tal apoio existe apenas no papel.

4.4.2 Reinserção Laboral: migrantes retornadas e imigrantes permanentes

Todas as entrevistadas que retornaram ao Brasil retomaram as mesmas atividades exercidas antes da migração. Rubi (PORT1) reassumiu a gestão de sua empresa, enquanto Safira (EUA2) e Pérola (EUA4) reinseriram-se no trabalho em escolas da zona rural. A rápida reinserção laboral pode estar relacionada à familiaridade com o mercado local e a maior facilidade de acesso a essas ocupações por moradoras da região, especialmente em comparação a candidatas oriundas de contextos urbanos.

Entre as entrevistadas que permanecem fora do Brasil, as expectativas de reinserção no trabalho variam. Ágata (PORT1) ainda não definiu seus planos de retorno; Cristal (EUA1) considera múltiplas estratégias, que incluem capacitação técnica, retorno à área de vendas, , aprendizado de inglês e possibilidade de empreender; enquanto Jade (EUA3) não pretende retomar ao mercado de trabalho, mas busca garantir sua aposentadoria no Brasil por meio de contribuições à previdência no Brasil.

Essas expectativas refletem trajetórias marcadas por diferentes níveis de inserção, desgaste laboral e projetos de vida construídos a partir da experiência migratória. De modo geral, as trajetórias analisadas demonstram que o retorno e a permanência não se configuram como decisões opostas, mas como movimentos interdependentes de um mesmo projeto migratório.

Levando em consideração a limitação de uma amostra de poucas entrevistadas, a análise evidencia que idade e regionalidade influenciam significativamente as estratégias migratórias e de reinserção laboral. Mulheres mais jovens tendem a permanecer mais tempo no exterior, buscando acumular capital financeiro e humano, enquanto mulheres mais maduras, já inseridas no mercado e com bens consolidados no Brasil, tendem a retornar mais rapidamente quando a experiência migratória se mostra desgastante. Além disso, as entrevistadas oriundas da zona rural apresentaram reinserção laboral rápida no retorno, o que indica a necessidade de estudos futuros que comparem trajetórias de mulheres da zona rural e urbana, ampliando a compreensão sobre empregabilidade, redes locais e capital social sob a ótica da Administração.

4.5 IMPACTOS DA MIGRAÇÃO

As experiências de mulheres entrevistadas que migraram para os Estados Unidos e Portugal, incluindo aquelas que já retornaram ao Brasil, revelam importantes habilidades e aprendizados construídos ao longo do percurso migratório. O trabalho intenso, os desafios de adaptação e as transformações no cotidiano contribuíram para o amadurecimento pessoal e para novas formas de perceber a si mesmas e o país de origem. Ao revisitar suas trajetórias, essas mulheres passam a valorizar o Brasil e a refletir de maneira mais crítica sobre as vantagens e desvantagens de migrar (Os detalhes dos dados empíricos referentes a esta seção estão apresentados na Tabela 9 do Apêndice A).

Em ambos os locais de destino as entrevistadas relataram que adquiriram habilidades relacionadas ao trabalho, ainda que em contextos distintos. Em Portugal, os aprendizados estiveram associados à troca de saberes e à ampliação de competências profissionais. Ágata (PORT1) destacou o aprendizado em vendas, marketing e rotinas administrativas junto a colegas mais experientes, enfatizando o caráter de aprendizado mútuo entre brasileiros e portugueses: “Eu aproveito para aprender muita coisa com elas, que são pessoas que carregam uma bagagem muito grande de trabalho e tudo. E também vi que eu tenho algo a oferecer também para eles. Pelo que elas falam também conseguiram aprender muita coisa comigo.”

Rubi (PORT2), por sua vez, relatou a aprendizagem de técnicas da gastronomia portuguesa e o desenvolvimento de maior objetividade nas relações interpessoais, o que favoreceu a retomada de seu negócio no Brasil no atendimento ao cliente, reforçando igualmente a ideia de troca recíproca de saberes: “A gente aprende a lidar com muitas situações, porque você convive com o pessoal que é diferente da gente, com a cultura é diferente. Então, assim, tanto a gente aprende com eles, como eu acho que eles também aprendem com a gente.”

Nos Estados Unidos as habilidades estiveram ligadas à adaptação prática às exigências do cotidiano migratório. Cristal (EUA1) e Jade (EUA3) obtiveram a carteira de motorista local, o que permite a autonomia de circulação e possibilitou atividades como delivery e transporte no trabalho de faxina, respectivamente. Jade (EUA3) também destacou o desenvolvimento de habilidades relacionais no contato com norte-americanos ou outros imigrantes. Para Safira (EUA2) e Pérola (EUA4), que tinham trajetória anterior no serviço público, o trabalho manual e pesado representou um aprendizado inesperado, exigindo

adaptação rápida a funções como faxina e atividades em padaria, revelando a incorporação de novas competências laborais.

Eu aprendi até a gostar de limpar a casa. [...] Mas eu sou muito esperta para aprender as coisas. Três vezes que eu fui com a menina, eu já aprendi o serviço. Tenho essa habilidade de aprender rápido o trabalho (Safira (EUA2)).

Aqui (Brasil), como eu sou funcionária pública. (Nos EUA) Trabalhei na faxina, que não é a faxina igual a gente faz aqui no Brasil. Trabalhei em uma padaria, e até rolava de rir! Nossa, eu aprendi a fazer bolo, bolo! Assar pão, coisa que eu nunca fiz na minha vida! Tipo assim, assar pão de escala (em tom humorado). (Pérola (EUA4))

As experiências pessoais relatadas revelam singularidades entre os contextos de destino: em Portugal, destacam-se a ampliação da visão de mundo, a saída da zona de conforto e o fortalecimento da autonomia.

Então assim, abre nossos olhos para ver que o mundo não é uma caixinha de fósforo. [...] Então assim, e muda até a nossa perspectiva de... De ver, olhar para as pessoas. De viver também. Muda muito isso. Acho que interfere num contexto geral da vida da gente (Ágata (PORT1)).

É bom você sair do seu conforto, daquela vidinha que você tem, só isso aqui, para você ver lá fora mesmo o que acontece, se a gente aprende alguma coisa e tal. Isso pode trazer alguma vantagem para a vida da gente, depois que chega aqui, entendeu? É isso realmente que eu queria ver lá, descobrir como que era viver em outro país, trabalhando, a gente mesmo se sustentando. Essas coisas (Rubi (PORT2)).

Nos Estados Unidos, emergem sentimentos de insegurança quanto a regularização migratória e solidão, mas também o reconhecimento de aprendizagens decorrentes do contato com diferentes culturas e do enfrentamento de desafios.

“Olha, em todos os sentidos. Porque é uma cultura totalmente diferente. Aí você chega lá, você vê aquela mistura de gente de todos os países. É muito interessante. É um ponto positivo você conhecer culturas diferentes. A realidade de outros lugares. É muito bom” (Safira (EUA2)).

Impactou no medo, porque ela (polícia de imigração) quer me mandar embora, eles querem me mandar embora, você tem medo. [...] É perigo você estar ali atravessando a rua, vai pegar seu filho e vir (polícia de imigração). [...] É uma experiência que é inexplicável, porque cada um para chegar aqui passa por um processo. Cada entrada de uma pessoa é diferente da outra. Então, é uma experiência para você contar para os netos, bisnetos, tataranetos. Para mim, apesar

da (política) imigração desse governo (Trump 2), está valendo a pena a experiência (Jade (EUA3)).

Então tipo assim a lição de receber lá que tipo assim é um, tipo assim, é um curso de vida que pra mim... Não compensa pensando desse lado, tipo assim é porque, é uma solidão, é solidão e trabalho! [...] impactou na minha vida de pensar, que eles (Corte norte-americana) tratam a gente como objeto. Então, a gente fica com o impacto que teve, foi a falta de informação, não voltaria mais pela tanta falta de informação. Então, tipo assim, impacta na vida da gente, porque você não sabe o que vai acontecer com você no próximo passo que você for dar (Pérola (EUA4)).

Outros assuntos comentados pelas entrevistadas que retornaram é a valorização da terra natal, tanto nos aspectos de bens pessoais, como casa, a valorização do trabalho e a gestão de tempo, acesso a saúde e a informação dos órgãos estatais.

Então, tipo assim, se a pessoa quiser ir, estiver disposta a ir, enfrentar outra cultura, outra convivência, na parte é bom, a pessoa acaba valorizando muitas vezes o que tem aqui, entendeu? Porque muitas vezes a pessoa sai do conforto dela para achar que talvez lá fora seria melhor e talvez não é. Aí vai, é bom viver, conviver lá com o trabalho, com tudo para estar dando mais valor que já tem aqui, entendeu?(Rubi (PORT2)).

“Valorizar mais o trabalho, valorizar mais o dinheiro, porque não é valorizar, é valorizar o seu trabalho mesmo. Não gastar à toa, não desperdiçar, porque o tempo da gente vale ouro. Um minuto que você perde lá é complicado” (Safira (EUA2)).

Eu valorizei mais o Brasil ainda, nessa parte desse percurso, na hora que eu coloquei o pé no Brasil, eu falei, eu não saio daqui nunca mais, porque lá a gente não tem acesso a nada.[...] Então, o impacto dessa parte dessa imigração foi da área da saúde, porque aqui a gente tem todo o auxílio, lá não! Lá não tem informação (burocracia documental)! Mesmo que falem assim: “ah, o custo de vida lá é isso”, aqui a vida da gente é bem melhor, bem mais fácil de conviver. Então [...], é valorizar aquilo que eu já tinha (Pérola (EUA4)).

Em Portugal, as experiências revelam vantagens relacionadas ao aprendizado e à adaptação, embora acompanhadas de desvantagens culturais e linguísticas, e o alto valor dos aluguéis. Nos Estados Unidos, todas as entrevistadas destacaram como uma vantagem os ganhos financeiros: como receber o salário semanalmente, e poder comprar as coisas a um preço mais barato, ainda que o custo de vida seja caro. outras vantagens mais específicas de cada uma são: a solidariedade das pessoas (Safira (EUA2)), e estar perto do núcleo familiar (Jade (EUA3)). Contudo, as desvantagens são mais severas, e cada uma das entrevistadas falou uma desvantagem diferente, como exaustão por excesso de trabalho pesado; falta de

acesso à saúde; distância dos familiares acarretando em saudade e solidão; riscos associados a imigração e deportação resultando em ansiedade e medo; além de ter que abrir mão de muita coisa para migrar.

A partir dos relatos apresentados, Portugal se mostra um destino migratório mais favorável quando comparado aos Estados Unidos, sobretudo no que se refere à adaptação, às experiências de aprendizado e à qualidade de vida. Em Portugal, as entrevistadas destacam a troca de saberes, o reconhecimento de competências, a ampliação da visão de mundo e o fortalecimento da autonomia, ainda que enfrentem desafios culturais, linguísticos e o alto custo dos aluguéis. Nos Estados Unidos, embora os ganhos financeiros apareçam como a principal vantagem, as experiências são marcadas por trabalho pesado, exaustão, solidão, dificuldades de acesso à saúde e riscos relacionados à imigração, fatores que intensificam o sofrimento emocional. Assim, com base exclusivamente nas experiências narradas, Portugal aparece como um contexto que oferece menos riscos e maior possibilidade de aprendizado e adaptação, enquanto os Estados Unidos se configuram como um destino de maiores sacrifícios, sustentado principalmente pela necessidade de acumular recursos financeiros.

A experiência migratória contribui de forma significativa para a ampliação do capital humano das entrevistadas, uma vez que possibilita a aquisição de habilidades técnicas, comportamentais e gerenciais. Entre essas competências destacam-se a capacidade de lidar com contextos culturais diversos, o aprendizado de novas práticas de trabalho, a adaptação a rotinas intensas, a obtenção de carteira de motorista, o interesse em aprender novos idiomas e o desenvolvimento de competências relacionadas à gestão do tempo, do dinheiro e do projeto de vida. Tais habilidades dialogam diretamente com conceitos centrais da Administração, como planejamento, tomada de decisão, formação de redes (*networking*) e autogestão.

No retorno ao Brasil, observa-se um processo de ressignificação da identidade profissional e de valorização do contexto nacional, especialmente no que se refere ao acesso à saúde, à informação institucional e à maior garantia de direitos trabalhistas. Esses fatores reforçam a importância da atuação tanto das organizações privadas quanto da Administração Pública na promoção de condições dignas de trabalho na cidade de Governador Valadares.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente estudo teve como objetivo analisar as trajetórias de mulheres trabalhadoras migrantes de Governador Valadares e microrregião, buscando compreender seus perfis sociodemográficos, motivações para emigrar, fatores de influência na migração, experiências

laborais, impactos subjetivos e trajetórias de retorno. A partir das entrevistas realizadas, foi possível identificar que a migração feminina é marcada por múltiplas dimensões — econômicas, afetivas, familiares, culturais e simbólicas —, configurando-se como um fenômeno complexo, e atravessado pelo destino migratório escolhido.

Os objetivos do estudo, todos foram plenamente alcançados: foi possível compreender os perfis e motivações das trabalhadoras migrantes, identificar os fatores que influenciam no percurso, analisar suas experiências laborais e discutir como tais vivências impactam suas subjetividades, expectativas e projetos futuros. Além disso, foram evidenciadas as dinâmicas distintas entre Portugal e Estados Unidos, permitindo compreender como o destino molda de forma decisiva as condições de vida e de trabalho das mulheres.

É possível observar que as motivações migratórias, de acordo com as entrevistas, são plurais, combinando razões econômicas, familiares, relacionais e de segurança, alinhando-se ao entendimento do Fato Social Total (Sayad, 1998). Os achados contribuem para ampliar o debate sobre migração feminina a partir de uma perspectiva interseccional, enfatizando como idioma, redes sociais, documentação, políticas e forma de entrada no país afetam as trajetórias migratórias. Além disso, a migração aparece como estratégia coletiva, frequentemente decidida no interior da família e influenciada pelo papel de filhas, mães e esposas.

O estudo também oferece contribuições relevantes para a compreensão das desigualdades e das hierarquias presentes nos mercados de trabalho dos países de destino, destacando limites, vulnerabilidades, estratégias de resistência e formas de mobilidade emergentes entre as mulheres entrevistadas. Os resultados revelaram que as mulheres entrevistadas que migraram para Portugal vivenciaram experiências mais estáveis, mesmo diante de desafios como adaptação cultural e custo elevado de vida. A regularização documental, mais viável no contexto português, possibilitou inserção laboral menos precária, acesso a direitos, maior autonomia e oportunidades de ascensão profissional e educacional. Já aquelas que migraram para os Estados Unidos enfrentaram cenários de maior vulnerabilidade, marcados por barreiras linguísticas, tensão política, precarização laboral, ausência de direitos básicos, medo constante de deportação e trabalho exaustivo. Assim, enquanto Portugal oferece um ambiente mais estruturado e previsível, os Estados Unidos proporcionam, sobretudo, a promessa de rendimento financeiro rápido — ainda que acompanhada de riscos e renúncias profundas.

Entretanto, o estudo apresenta algumas limitações. O número reduzido de participantes impede generalizações amplas sobre todas as mulheres migrantes de Governador Valadares e sua microrregião. Além disso, o método qualitativo, embora profundo, captura

experiências individuais que podem não representar a totalidade da diversidade migratória feminina. Também não foram incorporadas análises quantitativas, nem a perspectiva de outros atores envolvidos no processo migratório, como familiares, empregadores ou instituições públicas.

Os resultados da pesquisa indicam a necessidade de estudos futuros voltados para diferentes dimensões da migração feminina. Destacam-se, por exemplo, análises sobre o empreendedorismo de migrantes retornadas e a forma como aplicam os conhecimentos adquiridos no exterior, bem como de migrantes que empreendem fora do Brasil; a comparação das trajetórias de mulheres oriundas das zonas rural e urbana no processo de reinserção laboral; e a investigação da influência da documentação na superação do “teto de vidro” por mulheres migrantes. Também se mostram relevantes pesquisas sobre políticas públicas de acolhimento, como a ofertada pela Prefeitura de Governador Valadares, a fim de observar se são, de fato, efetivas. Por fim, estudos que articulem dados quantitativos e qualitativos podem oferecer um quadro ainda mais robusto sobre as desigualdades enfrentadas por mulheres migrantes.

Em síntese, a migração revelou-se um processo ambivalente: por um lado, a abertura de oportunidades, o aprendizado e as conquistas pessoais; por outro, o medo, o cansaço, a vulnerabilidade e as rupturas emocionais. As trajetórias analisadas na pesquisa empírica confirmam que a migração feminina é simultaneamente marcada pela busca de autonomia e pela reprodução de desigualdades estruturais. Ainda assim, cada narrativa evidencia força, resiliência, reafirmando a importância de olhar para a experiência migratória das mulheres de forma sensível, complexa e situada. Do ponto de vista da Administração, os achados contribuem para a compreensão das dinâmicas de inserção e mobilidade no mercado de trabalho, das formas de gestão da força de trabalho migrante e das desigualdades que atravessam o mercado de trabalho, especialmente em contextos transnacionais.

REFERÊNCIAS:

- AGÊNCIA BRASIL. **Trump assume hoje pela segunda vez a presidência dos Estados Unidos**. Brasília: Agência Brasil, 20 jan. 2025. Disponível em: <https://agenciabrasil.ebc.com.br/internacional/noticia/2025-01/trump-assume-hoje-pela-segunda-vez-presidencia-dos-estados-unidos> . Acesso em: 3 mar. 2025.
- ALVARENGA, Marcelo Cambraia. Emigração e empreendedorismo: combinação interessante para o desenvolvimento do território. **Perspectivas Contemporâneas**, v. 9, n. 2, p. 01-15, 2014.
- ALVAREZ, Priscilla. **EUA pausam deportações por 100 dias após posse de Biden**. São Paulo: CNN Brasil, 21 jan. 2021. Disponível em: <https://www.cnnbrasil.com.br/internacional/governo-biden-pausa-deportacoes-dos-eua-nos-proximos-100-dias/> . Acesso em: 18 set. 2025.
- ANDION, Carolina. Reflexões Epistemológicas e Sobre o Fazer Científico na Administração Contemporânea. **Revista de Administração Contemporânea**, v. 27, n. 02, p. e230017, 2023.
- ASSIS, Gláucia de Oliveira. Gênero e trânsitos contemporâneos de mulheres brasileiras emigrantes no século XXI. In: SIQUEIRA, Sueli (Org.). **Ligações Migratórias Contemporâneas: Brasil, Estados Unidos e Portugal**. Governador Valadares: Univale, v. 1, p. 134-154, 2018.
- ASSIS, Gláucia de Oliveira; SIQUEIRA, Sueli. Mulheres emigrantes e a configuração de redes sociais: construindo conexões entre o Brasil e os Estados Unidos. **REMHU: Revista Interdisciplinar da Mobilidade Humana**, Brasília, v. 17, n. 32, 2009.
- AUGUSTO, Guilherme. **Foi dada a largada: Brasileiro de Parapente está acontecendo em Valadares**. CBVL, 30 maio 2021. Disponível em: <https://www.cbvl.esp.br/noticias/foi-dada-a-largada-brasileiro-de-parapente-esta-acontecendo-em-valadares/>. Acesso em: 17 ago. 2025.
- BARDIN, Laurence. **Análise de conteúdo**. Tradução Luís Antero Reto, Augusto Pinheiro. São Paulo: Edições 70, 2016.
- BATARCE, Ana Paula Archanjo. **Imigração brasileira para o Reino Unido: o trabalho das mulheres em Londres e os processos de identificação/diferenciação**. 2016. Tese (Doutorado em Geografia) – Instituto de Geociências e Ciências Exatas, Universidade Estadual Paulista, Rio Claro, 2016.
- BISPO, Marcelo de Souza. Refletindo sobre administração contemporânea. **Revista de Administração Contemporânea**, Maringá, v. 26, n. 1, p. e210203, 2022.
- BRITES, Jurema Gorski. Trabalho doméstico: questões, leituras e políticas. **Cadernos de pesquisa**, v. 43, p. 422-451, 2013.
- CAMPOREZ, Patrick. **Brasileiro deportado com a filha dos EUA relata humilhações: “Tem que implorar para ir ao banheiro”**. Rio de Janeiro: O Globo, 28 jan. 2022. Disponível em:

<https://oglobo.globo.com/brasil/brasileiro-deportado-com-filha-dos-eua-relata-humilhacoes-tem-que-implorar-para-ir-ao-banheiro-25370778> . Acesso em: 10 out. 2025.

CARPENEDO, Manoela; NARDI, Henrique Caetano. Mulheres Brasileiras na divisão internacional do trabalho reprodutivo: construindo subjetividade(s). **Revista de Estudios Sociales**, Bogotá, n. 45, p. 96-109, jan./abr. 2013.

CHIAVENATO, Idalberto. **Introdução à teoria geral da administração**. 9. ed. Barueri: Manole, 2014.

CRUZ, Eduardo Picanço *et al.* Trajetórias do empreendedorismo imigrante e estratégias de mercado a partir das experiências de brasileiros no exterior. **Cadernos de Gestão e Empreendedorismo**, v. 5, n. 2, p. 37-54, 2017.

DOMINGUES, Devani Tomaz. **Efeito da experiência migratória internacional no mercado de trabalho na origem: evidências para brasileiros/as de retorno ao estado de Minas Gerais com ênfase na microrregião de Governador Valadares**. 2017. 174 f. Tese (Doutorado em Sociologia) – Faculdade de Filosofia e Ciências Humanas, Universidade Federal de Minas Gerais, Belo Horizonte, 2017

DUARTE, Bárbara Almeida. **A divisão sexual do trabalho como fenômeno social: uma crítica feminista ao trabalho doméstico**. 2018. Dissertação (Mestrado em Direito) – Faculdade de Direito, Universidade Federal de Minas Gerais, Belo Horizonte, 2018.

DUTRA, Delia. Mulheres, migrantes, trabalhadoras: a segregação no mercado de trabalho. **REMHU: Revista Interdisciplinar da Mobilidade Humana**, Brasília, v. 21, n. 40, p. 177-193, jun. 2013.

FERNANDES, Duval; PEIXOTO, João; OLTRAMARI, Andrea Poletto. A quarta onda da imigração brasileira em Portugal: uma história breve. **RELAP: Revista Latinoamericana de Población**, v. 15, n. 29, p. 34-63, 2021.

FUNDAÇÃO JOÃO PINHEIRO (FJP). Informações territoriais dos municípios da Região Geográfica Intermediária de Governador Valadares – 2021. **Informativo FJP: Informações Territoriais**, Belo Horizonte, v. 3, n. 9, 22 jun. 2021. Disponível em: https://fjp.mg.gov.br/wp-content/uploads/2021/08/Inf_CIT_09_2021.pdf. Acesso em: 17 ago. 2025.

GIL, Antonio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 6. ed. São Paulo: Atlas, 2017.

GLOBAL ENTREPRENEURSHIP MONITOR (GEM). **Empreendedorismo no Brasil**. Curitiba: IBQP, 2011. Disponível em: <https://ibqp.org.br/wp-content/uploads/2016/10/Empreendedorismo-no-Brasil-2011-Relat%C3%83%C2%B3rio.pdf>. Acesso em: 29 set. 2025

GOMES, Laura Aparecida Santos; BOURLEGAT, Cleonice Alexandre Le. Empreendedorismo étnico e de autoemprego em um olhar para as comunidades de imigrantes. **Interações**, Campo Grande, v. 21, n. 2, p. 317-330, abr./jun. 2020.

GOVERNADOR VALADARES. Prefeitura de Governador Valadares. Disponível em: <https://www.valadares.mg.gov.br/> . Acesso em: 2 mar. 2025.

GUIMARÃES, Lúcia. **Como Governador Valadares passou de cidade rica a polo de “exportação” de imigrantes aos EUA**. BBC News Brasil, 7 fev. 2025. Disponível em: <https://share.google/gfaLlwxiLYySoneF1> . Acesso em: 18 ago. 2025.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). **Países**. Rio de Janeiro: IBGE, 2025. Disponível em: <https://pais.es.ibge.gov.br/> . Acesso em: 17 ago. 2025.

INSTITUTO NACIONAL DE ESTATÍSTICA (INE). **Imigrante Permanente (Detalhes do conceito 5746)**. Lisboa: SMI – Sistema de Microdados das Instituições, 2025. Disponível em: <https://smi.ine.pt/Conceito/Detalhes/5746> . Acesso em: 17 set. 2025.

INSTITUTO NACIONAL DE ESTATÍSTICA (INE). **Imigrante Temporário (Detalhes do conceito 3261)**. Lisboa: SMI – Sistema de Microdados das Instituições, 2025. Disponível em: <https://smi.ine.pt/Conceito/Detalhes/3261> . Acesso em: 17 set. 2025.

MINAS GERAIS. Secretaria de Estado de Saúde. **Plano Diretor de Regionalização da Saúde de Minas Gerais: revisão 2023**. Belo Horizonte: SES-MG, jan. 2025. Disponível em: <https://www.saude.mg.gov.br/wp-content/uploads/2025/05/Plano-Diretor-de-Regionalizacao-Revisao-2023.pdf> . Acesso em: 10 ago. 2025.

MINISTÉRIO DAS RELAÇÕES EXTERIORES (MRE). **Comunidades brasileiras no exterior: ano-base 2023**. Brasília: Secretaria de Comunidades Brasileiras e Assuntos Consulares e Jurídicos, jul. 2024. Disponível em: <https://www.gov.br/mre/pt-br/assuntos/porta-l-consular/BrasileirosnoExterior2023.pdf> . Acesso em: 15 set. 2025.

NACIONALIDADE PORTUGUESA. Assessoria e Vistos para Portugal. Disponível em: <https://www.nacionalidadeportuguesa.com.br/>. Acesso em: 25 set. 2025.

NDMAIS. **Imigração ilegal: Portugal define prazo de saída e EUA oferece US\$ 1 mil para quem deixar país**. Florianópolis: NDMAIS, 5 maio 2025. Disponível em: <https://ndmais.com.br/politica/imigracao-ilegal-portugal-define-prazo-de-saida-e-eua-oferece-us-1-mil-para-quem-deixar-pais/> . Acesso em: 18 ago. 2025.

NERY, Natuza. A vida dos imigrantes na mira da deportação: com participação de Sueli Siqueira. In: **Podcast O Assunto**. [S.l.]: G1, 22 jan. 2025. Disponível em: <https://open.spotify.com/episode/7mKETenWogIz9CfUYIOKkp> . Acesso em: 13 out. 2025.

NEVES, Ana Sofia Antunes das *et al.* Mulheres imigrantes em Portugal: uma análise de gênero. **Estudos de Psicologia**, Campinas, v. 33, n. 4, p. 723-733, 2016.

NOLASCO, Carlos. Migrações internacionais: conceitos, tipologia e teorias. **Oficina do CES**, v. 434, p. 1-29, 2016.

ORGANIZAÇÃO INTERNACIONAL PARA AS MIGRAÇÕES (OIM). **Brasileiros que desejam migrar para os EUA**. Brasília: OIM Brasil, 2024. Disponível em: <https://brazil.iom.int/sites/g/files/tmzbd11496/files/documents/2024-05/brasileiros-que-deseja-m-migrar-para-os-eua.pdf> . Acesso em: 25 jul. 2025.

PEW RESEARCH CENTER. **U.S. public is split on birthright citizenship for people whose parents immigrated illegally**. Washington, D.C., 10 jun. 2025. Disponível em:

<https://www.pewresearch.org/short-reads/2025/06/10/us-public-is-split-on-birthright-citizenship-for-people-whose-parents-immigrated-illegally/>. Acesso em: 20 set. 2025.

PIERO, Caroline Del. **Valadólare: conheça a história de Governador Valadares**. G1, 30 jan. 2025. Disponível em: <https://g1.globo.com/mg/vales-mg/noticia/2025/01/30/valadolaes-conheca-a-historia-de-governador-valadares-uma-das-cidades-com-maior-fluxo-migratorio-para-os-eua-do-brasil.ghtml>. Acesso em: 2 mar. 2025.

RAMOS, Criscila Cristina; FRAGALE FILHO, Roberto. De Valadares para os EUA: migração feminina e trabalho doméstico através da história de vida de uma brasileira. **Ideias**, Campinas, v. 14, p. e023021, 2023.

RICARDO, Paulo; RPM. **Veneno / Música Incidental: (I Can't Get No) Satisfaction**. Compositores: Paulo Ricardo, Fernando Deluqui, Mick Jagger, Keith Richards. São Paulo: Universal Music Ltda, 1993. 1 vídeo (4 min 32 s). Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=ZCGtRFojlJA>. Acesso em: 13 out. 2025.

ROSATI, Andrew . **Fim do American Dream: Governador Valadares sofre efeitos de deportações de Trump**. São Paulo: Bloomberg Línea, 9 maio 2025. Disponível em: <https://www.bloomberglinea.com.br/brasil/fim-do-american-dream-governador-valadares-sofre-efeitos-de-deportacoes-de-trump/>. Acesso em: 18 ago. 2025.

SAYAD, Abdelmalek. **A imigração ou os paradoxos da alteridade**. São Paulo: Edusp, 1998.

SAYAD, Abdelmalek. O retorno: elemento constitutivo da condição do imigrante. **Travessia: revista do migrante**. Publicação do CEM-Ano XII, número especial, 2000.

SIQUEIRA, Sueli *et al.* Brasileiros em Portugal e nos Estados Unidos: semelhanças e diferenças nos dois destinos. In: BENEDUZI, Luis Fernando; DADALTO, Maria Cristina (Org.). **Mobilidade humana e circularidade de ideias**: diálogos entre a América Latina e a Europa. Veneza: Ca' Foscari, p. 87-98. 2017.

SIQUEIRA, Sueli; SANTOS, Mauro Augusto dos. Crise econômica e retorno dos emigrantes da Microrregião de Governador Valadares. **Travessia: Revista do Migrante**, São Paulo, v. 25, n. 70, p. 27-48, 2012.

SOUSA, Leonardo; FAZITO, Dimitri. Cultura migratória no município de Governador Valadares: uma análise da rede de significados e seus impactos nos fluxos migratórios internacionais. **Revista Espinhaço**, v. 6, n. 2, p. 47-64, 2017.

VALERIANO, Maria Luiza. **Cidade no interior de Minas Gerais perde segundo turno por migração em massa**. São Paulo: Terra Notícias, 2024. Disponível em: https://www.terra.com.br/noticias/eleicoes/cidade-no-interior-de-minas-gerais-perde-segundo-turno-por-migracao-em-massa.cc6390d68a88612b0370be97f786d1f07hond4ow.html#google_vignette. Acesso em: 18 ago. 2025.

WELLE, Deutsche. **Portugal aprova lei que endurece regras para imigrantes**. São Paulo: Carta Capital, 30 set. 2025. Disponível em: <https://www.cartacapital.com.br/mundo/portugal-aprova-lei-que-endurece-regras-para-imigrantes/>. Acesso em: 18 ago. 2025.

APÊNDICE A -Tabelas de Análise de Conteúdo

Tabela 5: Motivações para Emigrar

Categoria	Subcategoria	Trechos
Motivações	Melhoria financeira	PORT1: “O motivo foi situação financeira...” EUA4: “O dinheiro lá é melhor investido.”
Motivações	Curiosidade / experiência cultural	PORT2: “Eu queria conhecer muito a Europa...” EUA1: “quando eu era solteira mesmo o meu sonho era vir para os Estados Unidos para poder trabalhar e ter uma vida melhor”
Motivações	Relações afetivas	EUA1: “Vim por causa do relacionamento.” EUA2: “Meu esposo estava lá.”
Motivações	Segurança / fuga de ameaças	EUA3: “Um dos motivos foi extorsão.”
Motivações	Relações familiares	PORT1: “buscar algo melhor para a nossa família” EUA3: “melhoria para a educação do meu filho” EUA4: “para poder levar meu filho (...) a irmã dele já estava lá.”

Tabela 6: Fatores de Influência

Categoria	Subcategoria	Síntese	Comparação PORT × EUA
Fatores	Entrada	PORT1/PORT2: entrada regular com visto de turista. EUA1/EUA2: entrada regular com visto de turista EUA3/EUA4: entrada irregular (cai-cai).	Portugal → entrada majoritariamente regular, com maior segurança. EUA → coexistem entradas regulares (turista) e irregulares (cai-cai), gerando vulnerabilidade e risco.
Fatores	Documentação na permanência	PORT1/PORT2: permanência regular, possibilidade de naturalização EUA1/EUA2: permanência irregular EUA3/EUA 4: Permanencia irregular, aguardando processo na Corte.	Portugal → permanência regular é atingível, com possibilidade de naturalização. EUA → forte instabilidade: irregularidade prolongada, dependência da Corte e risco constante.
Fatores	Idioma	PORT1/PORT2: dificuldade com português europeu, adaptação ao longo do tempo, cuidado com palavras homônimas de sentidos diferentes EUA1/ EUA2/ EUA3/ EUA4: barreiras no trabalho, uso de tradutor, dependência da rede de apoio	Portugal → desafios moderados com o PORTuguês europeu. EUA → barreira severa; dependência de tradutor e da rede de apoio.
Fatores	Redes de apoio	PORT1/ PORT2: familiares acolheram, família/comunidade indicaram trabalhos. EUA1/ EUA2/ EUA3/ EUA4: familiares acolheram, família/comunidade indicaram trabalhos.	em ambos países, a família/comunidade é essencial para acolhimento e entrada no trabalho.

		EUA3/ EUA4: agentes intermediários ajudaram no processo de travessia	Nos EUA aparecem agentes intermediários
Fatores	Estigmas	<p>PORT1: estigma mulher brasileira “puta”, brasileiros “caloteiros”</p> <p>PORT2: estigma mulher brasileira “viajar sozinha”</p> <p>EUA2: aspectismo: "Em alguns lugares, as pessoas olham a gente pelo físico"</p> <p>EUA1, EUA2, EUA3: sem discriminação por falar de forma limitada com norte-americanos, e conviver mais com outros imigrantes</p> <p>EUA4: discriminação por não saber o idioma inglês, e animosidade por parte da comunidade brasileira</p>	<p>Portugal → estigmas tradicionais ligados à imagem da mulher brasileira.</p> <p>EUA → pouca interação com americanos; discriminação ocorre principalmente por idioma e até dentro da própria comunidade brasileira.</p>
Fatores	Políticas migratórias	<p>PORT1: mudanças políticas podem impactar na dePORTação de quem não está em situação documental regular</p> <p>EUA1/ EUA2: medo, insegurança de sair de casa devido as políticas antimigração</p> <p>EUA3/ EUA4: burocracia da Corte Norte Americana, processo de asilo pode ser negado e baixo acesso a serviços institucionais como saúde</p>	<p>Portugal → burocracia, mas estrutura previsível.</p> <p>EUA → políticas antimigração, medo, risco e burocracia judicial.</p>

Tabela 7: Trabalho e Condições Laborais

Categoria	Subcategoria	Síntese	Comparação PORT × EUA
Trabalho	Tipos de trabalho	<p>PORT: Faxina a hora, doméstica, restauração (restaurantes, lanchonetes, cafés), cuidadora de idosos, etc.</p> <p>EUA: Faxina a hora (housecleaning), restauração (restaurantes, padaria, bares), motorista/entregadora com carteira, etc.</p> <p>Mulheres não são bem vistas no setor de construção</p>	<p>Ambos possuem trabalhos similares (faxina, restauração).</p> <p>Diferença central: EUA têm ritmo muito mais intenso e exigem maior produtividade.</p>
Trabalho	Condições	<p>PORT1/PORT2: trabalho pesado devido a esforço físico e horário extenso, pausa para almoço, possibilidade de contrato formal e mobilidade/ascensão profissional com documentação regular</p> <p>EUA1/ EUA2/ EUA3/ EUA4: trabalho pesado devido a esforço físico e horário, sem pausa para almoço, sem possibilidade de contrato formal e mobilidade/ascensão profissional (grande dificuldade de possuir o E-social e Work permit)</p>	<p>Portugal → pesado, porém regulado (pausas, contrato possível).</p> <p>EUA → pesado e exaustivo, sem pausas, pouca formalização.</p>
Trabalho	Empreendedorismo	<p>PORT1: microempreendedor formal, forma de ascensão profissional, emp. por oportunidade.</p> <p>EUA2: empreendedorismo informal, por subsistência, venda de salgados, bolos, doces.</p>	<p>Portugal → formal e visto como ascensão.</p> <p>EUA → majoritariamente informal, por</p>

			necessidade (subsistência).
Trabalho	Relações no trabalho	PORT1/ PORT2: relação respeitosa e entendimento/compreensão cultural EUA1: supervisão rude (estadunidense), colegas imigrantes tratam com escárnio a princípio. EUA2: relação respeitosa, porém a testes de confiança EUA3: relação respeitosa por trabalhar com familiar	Portugal → relações respeitosas e culturalmente compreensivas. EUA → maior hostilidade, especialmente de supervisores; desconfiança inicial.
Trabalho	Negociação	PORT1: O início aceita apenas o que lhe oferecem, com o tempo de experiência, informações e documentação regular aumenta o poder de negociação. EUA1/ EUA4: sem poder de negociação com superiores/supervisores principalmente devido não falar o inglês EUA2: com o empreendimento conseguia colocar o preço que achava justo no seu próprio trabalho	Portugal → autonomia cresce com documentação e experiência. EUA → autonomia limitada pelo idioma e documentação; exceção quando empreendem.

Tabela 8: Retorno e Reinserção

Categoria	Subcategoria	Síntese	Comparação PORT × EUA
Retorno	Motivos para retornar	PORT2: Alcance do objetivo, não queria ficar muito tempo e já tinha suas coisas no Brasil. EUA2: Queria ir embora, saudade de casa, do trabalho, e por questões familiares EUA4: Alcance do objetivo, não queria ficar muito tempo e não se adaptou.	Portugal (retorno): retorno planejado, estratégico, com base em metas cumpridas. EUA (retorno): retorno emocional, associado a sofrimento, dificuldades e não adaptação.
Retorno	Motivos para permanecer	PORT1: Juntar dinheiro, pretende retornar no longo prazo EUA1: Juntar dinheiro, pretende retornar no longo prazo, já que não conseguiria ascender nos EUA devido a estar indocumentada juntar dinheiro. EUA3: Alcançar metas, pretende retornar a longo prazo para aposentar no Brasil, e morrer no Brasil	Portugal (permanência): permanência confortável, estável, com documentação e expectativa de retorno tranquila. EUA (permanência): permanência obrigatória, condicionada a metas financeiras, e marcada por risco migratório e falta de ascensão.
Retorno	Reinserção laboral	PORT2: voltou a trabalhar em sua própria loja. EUA2: voltou a trabalhar na escola. EUA4: voltou a trabalhar na escola.	Portugal: reinserção natural e facilitada por já possuir estrutura própria. EUA: reinserção ocorre com retorno à rotina prévia, buscando recuperar

			estabilidade emocional e social.
Retorno	Expectativa de reinserção laboral	PORT1: não tem certeza de qual atividade quer exercer ao retornar EUA1: pretende retornar na área que já trabalhava, mas está aberta a oportunidades. Tem vontade de se capacitar em curso técnico, aprender inglês, e também pensa em empreender EUA3: pretende aposentar	Portugal: expectativa flexível, menos pressionada. EUA: expectativas ligadas a reorganização da vida, capacitação e busca de estabilidade no Brasil.

Tabela 9: Impactos da migração

Categoria	Subcategoria	Síntese	Comparação PORT × EUA
Impactos	Habilidades	<p>PORT1: Aprendeu técnicas de vendas, marketing e rotinas administrativas com colegas mais experientes. Destacou que o aprendizado ocorre como via dupla entre brasileiros e portugueses.</p> <p>PORT2: Aprendeu gastronomia Portuguesa e desenvolveu maior objetividade no trato com pessoas, o que contribuiu positivamente ao retornar ao próprio negócio no Brasil. Também reforça a ideia de aprendizado mútuo entre brasileiros e portugueses.</p> <p>EUA1: Tirou carteira de motorista, essencial para circular e trabalhar com entregas; no trabalho de faxina não aprendeu muito além do que já sabia.</p> <p>EUA2: Aprendeu a fazer faxina de forma mais rápida, o que levou a melhorar a organização de sua própria casa; habilidades culinárias (salgados e bolos) já eram prévias, mas foram úteis na imigração.</p> <p>EUA3: Tirou carteira de motorista e aprendeu a lidar melhor com pessoas no contexto laboral.</p> <p>EUA4: Aprendeu trabalhos que não fazia no Brasil (faxina e funções de padaria) e se surpreendeu positivamente com a própria capacidade e desenvoltura.</p>	<p>Portugal → habilidades técnicas e profissionais, com crescimento estruturado.</p> <p>EUA → habilidades práticas e de sobrevivência; trabalhos mais pesados.</p>
Impactos	Experiências	<p>PORT1/ PORT2: A experiência ampliou a visão de mundo e a tirou da zona de conforto, mostrando realidades diferentes e fortalecendo a autonomia.</p> <p>EUA1: Medo e insegurança pela situação do imigrante, impacto emocional forte.</p>	<p>Portugal → ampliação de visão de mundo e autonomia.</p> <p>EUA → medo, insegurança e solidão, apesar de alguns ganhos culturais.</p>

		<p>EUA2: Ampliação de perspectivas pelo contato com várias culturas.</p> <p>EUA3: Medo constante de deportação, mas reconhece o aprendizado de enfrentar desafios.</p> <p>EUA4: Aprendeu a lidar com novas situações, porém a experiência foi marcada por solidão, dificuldades culturais e falta de informação.</p>	
Impactos	Valorização do Brasil	<p>PORT2: Passou a valorizar mais o que já tinha no Brasil.</p> <p>EUA2: Valorizou mais o próprio trabalho.</p> <p>EUA4: Valoriza bens, saúde e informação disponíveis no Brasil.</p>	<p>Portugal → valorização moderada, focada em bens pessoais.</p> <p>EUA → forte valorização da saúde pública, informação, bens, trabalho e qualidade de vida no Brasil.</p>
Impactos	vantagem/desvantagem de migrar	<p>PORT1: desvantagem: aluguel caro</p> <p>PORT2: Vantagem: aprender novas formas de trabalhar.</p> <p>Desvantagem: adaptação cultural e ao idioma.</p> <p>EUA1: Vantagem: ganhar bem.</p> <p>Desvantagem: falta de acesso à saúde.</p> <p>EUA2: Vantagem: aprendizado e solidariedade. Desvantagem: trabalho muito pesado.</p> <p>EUA3: Vantagem: renda e união familiar.</p> <p>Desvantagem: começar do zero e longe da família.</p> <p>EUA4: Vantagem: ganho financeiro.</p> <p>Desvantagem: muitas horas de trabalho e renúncias pessoais.</p>	<p>Portugal → vantagens ligadas à aprendizagem e adaptação;</p> <p>desvantagens culturais/linguísticas.</p> <p>EUA → vantagens financeiras;</p> <p>desvantagens severas ligadas a trabalho excessivo, falta de saúde, distância da família e risco.</p>

APÊNDICE B - Roteiros de Entrevista

Roteiro de Perfil Sociodemográfico

Dados Pessoais e Profissionais:

- Nome:
- Idade:
- Raça/cor:
- Estado civil:
 - antes e depois da imigração
- Número de filhos: e idade dos filhos
- Naturalidade:
- Área de residência (urbana ou rural) antes da migração:
- Escolaridade, e cursos:
 - antes e depois da imigração
- Ocupação antes da migração:
- Você possuía alguma renda fixa antes de migrar? Se sim, qual era a média?

Dados sobre a migração:

- Ano em que migrou:
- País de destino:
- Cidade(s) onde reside(iu) no exterior:
- Qual a sua situação de entrada no país: legal ou ilegal?
 - e agora?
- Foi sozinha ou acompanhada? Com quem?
- Alguém da sua família já migrou para o exterior antes de você? Possui familiares morando no exterior?

Roteiro: Entrevista Semiestruturada

1. Qual(ais) o(s) motivo(s) principal(ais) que levou você a migrar?
2. Como foi o processo de imigração desde o planejamento até a sua entrada no país estrangeiro?
3. Como você lidou com a linguagem? Você já falava o idioma do país estrangeiro?
4. Qual o seu histórico de trabalho no exterior desde o primeiro trabalho até o atual?
 - a. Quanto ganha?
 - b. Quantas horas trabalha ?
 - c. Horas descanso, dia de folga?
5. Como é a relação entre trabalhadores e chefes e/ou clientes?
 - a. Você tem poder de negociação? Muito ou pouco?
 - b. As relações são empáticas/baseadas no respeito e na compreensão mútua?
 - c. Você já sofreu alguma discriminação por ser mulher (sexismo) ou por ser brasileira (xenofobia)? Como aconteceu?
6. Quais tipos de trabalho se encontram disponíveis para imigrantes no país onde você vive? Há possibilidade de ascensão Profissional ou de classe social para mulheres imigrantes? (Melhorar de vida?)
7. Quais as vantagens e desvantagens de trabalhar no exterior?
8. Quais aprendizados/habilidades você desenvolveu morando no exterior (aprendeu um novo Idioma, forma diferente de trabalho, nova comida, lidar com situações difíceis, etc)? (Coisas que você sabe fazer bem) Como essas habilidades te ajudam no trabalho?
9. Como você imagina a sua trajetória profissional? Pretende continuar fazendo o mesmo trabalho daqui a dois, cinco ou 10 anos?
10. Você pensa em voltar ao Brasil? Porquê?
11. Que tipo de trabalho você gostaria de fazer se voltasse ao Brasil? Quais habilidades desenvolvidas ajudariam você?
12. Como as políticas de Imigração dos países estrangeiros (EUA, Portugal) influenciam na decisão de permanência ou saída do país?
13. A forma como está no país (legal ou ilegal) impacta de que forma no seu trabalho? E na sua vida no geral?
14. Como a migração no contexto geral impactou a sua vida?
15. Qual conselho você deixaria para outras mulheres que pensam emigrar para o país onde você mora com a finalidade de trabalhar?