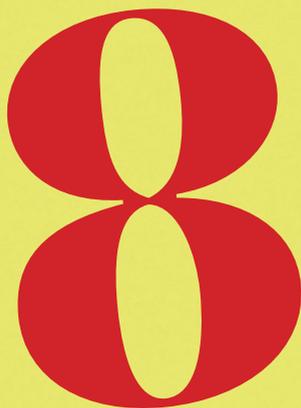


TRABALHAR NO EXTERIOR



países e muitas histórias

**CONFIRA COMO ENCONTRAR VAGAS E
FAZER CARREIRA LÁ FORA, COM DICAS DE
BRASILEIROS ESPALHADOS PELO MUNDO**



O ESTADO DE S. PAULO

TRABALHAR NO EXTERIOR

O Estado de S. Paulo
Copyright © 2024

Direção de Jornalismo
Eurípedes Alcântara

Coordenação Editorial
Ana Carolina Sacoman

Edição
Ana Carolina Sacoman e Marcia Pezenti

Editor de Carreiras
Armando Pereira Filho

Capa, Projeto Gráfico e Diagramação
Viviane Jorge

Todos os direitos estão reservados a
O Estado de S. Paulo

SUMÁRIO

	Apresentação	4
1	Roteiro Seguro: Chile	5
	Onde achar vagas: Chile	10
2	Cheio de oportunidades: Luxemburgo	13
	Onde achar vagas: Luxemburgo	17
3	Hora extra, não: Finlândia	19
	Onde achar vagas: Finlândia	25
4	Ímã para brasileiros: Irlanda	27
	Onde achar vagas: Irlanda	33
5	Rotina pesada: Japão	36
	Onde achar vagas: Japão	42
6	Vizinho com desafios: Argentina	44
	Onde achar vagas: Argentina	49
7	Muito além dos Alpes: Suíça	51
	Onde achar vagas: Suíça	57
8	Terra dos vulcões: Islândia	60
	Onde achar vagas: Islândia	66
	Opinião: Por que o jovem brasileiro quer se mudar do País?	68

APRESENTAÇÃO

Eles buscaram trabalho lá fora. Agora, contam o que aprenderam

ANA CAROLINA SACOMAN

Pelo menos 4,5 milhões de brasileiros vivem fora do País, de acordo com os dados mais recentes do Ministério das Relações Exteriores. EUA e Portugal lideram a busca pela terra prometida, mas profissionais daqui estão presentes em lugares tão diferentes quanto a Islândia - que reúne 240 brasileiros - e Luxemburgo, onde 10 mil encontraram um novo jeito de recontar suas histórias.

Horários flexíveis, segurança e qualidade de vida são, quase que invariavelmente, os motivos alegados para a mudança, que nunca é simples. A troca de país envolve muito planejamento, resiliência, altas doses de frio na barriga e coragem para cair, levantar e recomeçar.

Reunimos abaixo histórias de pessoas que encontraram trabalho duro no Japão, foram em busca da felicidade na Finlândia, ralaram para conseguir seu lugar ao sol na Irlanda, e por aí vai. Eles compartilham suas jornadas e também dicas valiosas para quem está pensando em trilhar esse caminho.

Também trazemos informações sobre o mercado de trabalho de cada país citado, onde buscar vagas e como deixar o currículo atraente para conseguir o tão sonhado emprego em terras estrangeiras. Completamos com um panorama das médias salariais e do custo de vida de cada lugar.

Esperamos que gostem de conhecer essas histórias tão especiais!

1 ROTEIRO SEGURO

Para além das
belezas naturais:
Chile oferece
qualidade de vida, mas
férias são menores



JAYANNE RODRIGUES

A Cordilheira dos Andes e um extenso litoral banhado pelo Oceano Pacífico são alguns dos cenários que arrebatam os turistas de passagem pelo Chile. Mas há pelo menos 19,3 mil brasileiros que se encantaram e ficaram. Eles apresentam diferentes razões para a escolha do novo lar: qualidade de vida, ascensão mais rápida na carreira e jornada de trabalho reduzida. Ainda assim, precisam lidar com desafios, como custo de vida mais alto, ausência de 13º salário, férias mais curtas e um sistema previdenciário privado controverso.

Uma dessas pessoas é a publicitária Fernanda La Salye, de 41 anos. Ela saiu de São Paulo em 2011 para arriscar uma nova carreira no seu ramo. Ficou por três meses em Santiago para mapear potenciais empregadores, fazer networking, aprimorar o espanhol e entender como as coisas funcionavam na metrópole de 6 milhões de habitantes.

“Antes de me mudar, passei um tempo no país com olhos de morador, e não de turista. Em vez de frequentar pontos turísticos, ia ao supermercado, clínicas, pegava ônibus, metrô. Fiz uma pesquisa de campo que me permitiu estar na minha área aqui três meses depois”, diz.

CHILE

Foco durante o trabalho, mas respeitando a jornada

A publicitária se impressionou com o respeito ao horário de trabalho, um aspecto diferente da cultura de trabalho no Brasil. “As pessoas aqui (no Chile) são workaholics dentro do expediente, não têm distração, é uma cultura muito focada. Na indústria em que estou inserida, o tempo de trabalho é focado em resultados, não em cumprir as oito horas”, conta.

Em 2023, o Congresso chileno aprovou a redução da semana de trabalho de 45 para 40 horas. Com isso, o país se tornou, ao lado do Equador, a nação latino-americana com menor jornada. A medida, no entanto, funciona na prática só para quem tem emprego formal e trabalha em período integral.

Estão excluídos aqueles que trabalham em período parcial ou sob regime de exceção ao horário de trabalho (cassinos, restaurantes e bares), conforme informações da Fundação Sol, organização independente chilena que investiga economia e trabalho. A legislação tem um período de transição, e a expectativa é de que entre em vigor integralmente em cinco anos.

Enquanto isso, Fernanda aproveita os benefícios que a empresa oferece, como um dia adicional de folga por mês (ela também não trabalha nos fins de semana). Além disso, às sextas-feiras, o expediente é encerrado às 14h.

No cargo de gerente de marketing de performance digital, a publicitária equipara seu padrão de vida ao de alguém de classe média que vive em São Paulo, mas pondera que não teria alcançado essa ascensão na carreira se estivesse no Brasil. “Isso é em razão da grande concorrência que existe em São Paulo. Aqui, o tamanho do país acaba facilitando se a pessoa tem um diferencial competitivo”, diz. Ela não revela o salário. “Apesar do custo de vida alto, você vê a cor do seu dinheiro.”



Apesar do custo de vida alto, você vê a cor do seu dinheiro.”

Fernanda La Salye
publicitária

CHILE

Qualidade de vida e segurança, apesar do alto custo

A administradora Karen Viana, de 34 anos, também decidiu tocar sua carreira no Chile. Em 2017, ela recebeu uma proposta da Unilever, onde trabalha desde 2011, para ocupar uma vaga na filial do Chile.

Aos poucos, foi galgando postos e hoje ocupa a cadeira de gerência de planejamento e fornecimento. Uma das principais mudanças para Karen foi ter deixado o carro de lado. Na metrópole chilena, ela faz a maioria das atividades diárias a pé. “Quando penso na qualidade de vida que conquistei no Chile, não cogito voltar para o Brasil. É um lugar caro para se manter, mas estou bem posicionada profissionalmente e vivo em um local que me traz segurança”, diz.

Empresário migrou por uma história de amor

O empresário e cabeleireiro Fernando Alves, de 44 anos, saiu do subúrbio do Rio e chegou ao Chile há 19 anos com a cara e a coragem e atrás de uma história de amor. Logo no começo, nem sequer falava espanhol. A primeira oportunidade profissional foi no salão do ex-namorado.

Ele cresceu no trabalho e, seis anos depois, montou o próprio salão. Ser um empresário estrangeiro trouxe aprendizados. Descobriu a parte tributária, os macetes de administração e os riscos de um negócio. “Errei e perdi dinheiro”, diz. Com o tempo, o empreendimento deu certo e Fernando conseguiu fidelizar clientes. “Caí na graça das pessoas daqui. Fiz parceria com blogueiras, Embaixada do Brasil e até participei de um programa de música.” Em 2018, ele teve uma outra ideia. Fechou o salão e abriu um estúdio em um bairro nobre de Santiago.

“Hoje, o que me faz ficar aqui é o meu trabalho e a qualidade de vida, que não conseguiria ter no Rio. Não é só pelo dinheiro, é o direito de ir e vir.” Embora não tenha



Hoje, o que me faz ficar aqui é o meu trabalho e a qualidade de vida, que não conseguiria ter no Rio.”

Fernando Alves
empresário e
cabeleireiro

CHILE

perspectiva de sair do Chile, o empresário admite que existem prós e contras. “Viver fora é como morar na casa de alguém. Tem de se desconstruir, tem de respeitar e tem de deixar o Brasil no Brasil.”

Não existe 13º e as férias são menores

O Chile também tem suas desvantagens. As leis trabalhistas, por exemplo, são bem diferentes das brasileiras. Lá não existe 13º salário. As admissões são feitas por dois tipos de contrato: indefinido, que não tem data para acabar, e temporário, que é renovado a cada três meses.



Apesar de ter uma renda per capita muito maior que a brasileira, o Chile é um país desigual.”

Jorge Boucinhas

professor de direito da Fundação Getúlio Vargas (FGV)

As férias podem durar até 15 dias úteis, ou 21 dias no total, 9 dias a menos que no Brasil, onde os trabalhadores têm o direito a 30 dias por ano. O custo de vida também é alto. Moradia e alimentação estão entre os itens mais caros.

O sistema previdenciário é controverso. O modelo é privado e funciona da seguinte forma: cada trabalhador tem uma poupança individual, diferente do modelo coletivo do Brasil. Ou seja, a pessoa recebe a aposentadoria conforme o que for capaz de contribuir. Na prática, todo empregado deve ser vinculado a uma administradora de fundo de pensão.

O sistema de capitalização, criado na década de 1980, apresenta a vantagem de não depender de questões demográficas, afirma Jorge Boucinhas, professor de direito da Fundação Getúlio Vargas (FGV). O governo também oferece um sistema de previdência pública, mas os pagamentos são inferiores a um salário mínimo.

“Apesar de ter uma renda per capita muito maior que a brasileira, o Chile é um país desigual. Esse baixo valor da previdência contribui para acentuar essa desigualdade, porque a pessoa que tem somente a previdência privada e nenhuma fonte de renda tende a ter um poder aquisitivo na velhice muito inferior”, afirma Boucinhas.

CHILE

SERVIÇO

Multinacionais atraem gente de todo o mundo: saiba como buscar emprego no Chile

JAYANNE RODRIGUES

Você quer uma vaga de emprego no Chile, mas não sabe por onde começar? A boa notícia é que a presença de multinacionais no país, como Coca-cola, Unilever e Google, atrai profissionais qualificados de várias nacionalidades. A legislação chilena permite que 25% do quadro de funcionários de empresas com mais de 25 empregados seja composto por estrangeiros, incluindo brasileiros.

A maioria das vagas está concentrada em Santiago. Segundo especialistas, o LinkedIn é uma das principais portas de entradas para profissionais serem notados por recrutadores para vagas por lá, principalmente aqueles que ainda não têm uma rede de contato.

>> Saiba como montar o perfil ideal no LinkedIn

Diferenciar-se entre milhões de concorrentes em uma das principais plataformas de emprego do mundo não é tarefa fácil. Apesar do desafio, é possível criar um perfil bem direcionado e estruturado para chamar a atenção de recrutadores. O primeiro passo é entender quais são as competências e habilidades exigidas para a vaga desejada.

Após essa etapa, é importante fazer uma pesquisa sobre a cultura do país e da em-

presa. “Se você está concorrendo a uma vaga em outro país, tem de construir o perfil com base no idioma do local”, afirma Márcia Mendes, especialista em LinkedIn. Mas não é necessário criar mais de um perfil, basta diversificar os idiomas em uma única conta.

“O LinkedIn vai mostrar quem é você para as pessoas, quem é você como profissional, além de um currículo online”, diz a especialista, acrescentando que um perfil bem estruturado precisa ter os seguintes ajustes:

1 URL simples: evite ter vários números e símbolos na URL disponível no seu perfil da plataforma. Um endereço organizado facilita as buscas e as chances de ser encontrado por um recrutador.

2 Foto profissional: cada rede social tem um objetivo. O LinkedIn tem o foco de conectar redes de contato e possibilitar oportunidades de emprego e negócio. Por isso, é importante ter uma foto no perfil que transpareça seriedade e seja visível.

3 Nome e sobrenome: o ideal é fazer uma escolha estratégica. Por exemplo, se o seu nome é comum, opte por escolher o sobrenome mais forte para se diferenciar de homônimos, se possível.

4 Preencha os itens do perfil: As abas “sobre”, “competências” e “cursos” são importantes para que o recrutador tenha um panorama da sua trajetória profissional e não precise gastar muito tempo para verificar se você tem - ou não - as habilidades exigidas para a vaga. Na parte “sobre”, em especial, escreva, em primeira pessoa, um breve relato a respeito da formação, dos anos no mercado, de sua área e competências. Na aba de experiências profissionais adicione palavras-chave.

5 Não seja um fantasma: ter um perfil estruturado não é o suficiente para ser notado. Interaja em assuntos com os quais se identifique (sem ser invasivo), crie uma periodicidade de publicação. Se não tem ideias, comece por tendências de mercado, área de atuação, dicas do que está fazendo para concorrer a uma vaga no exterior.

CHILE

“Após montar um perfil estruturado, prepare-se para a entrevista. Mostre que tem interesse pela cultura do país e da empresa, demonstre que conhece o mercado”, orienta Márcia Mendes.

Se você já está em uma empresa multinacional que possibilita fazer essa transição internamente, formalize o desejo de mudar e desenvolva algum diferencial. No caso da administradora Karen Viana, de 34 anos, as “softs skills” foram essenciais. “Eu tinha o perfil de liderança de que precisavam para a posição no Chile”, afirma. Estar disposto a recomeçar também é um desafio. “É uma nova cultura, um novo idioma, uma nova rede de amigos e de rotina e uma fase de se provar como profissional.”

SITES COM VAGAS DE EMPREGO

● **Indeed:**

Comunidade de empregos no Chile. No site, é possível pesquisar por pretensão salarial, formato de emprego (contrato, meio período, tempo indefinido), região, empresa e idioma.

● **Bolsa nacional de empleo:**

O site traz estatísticas de emprego no Chile e dispõe de um filtro para que o candidato mapeie o número de vagas disponíveis para imigrantes.

● **Trabajando:**

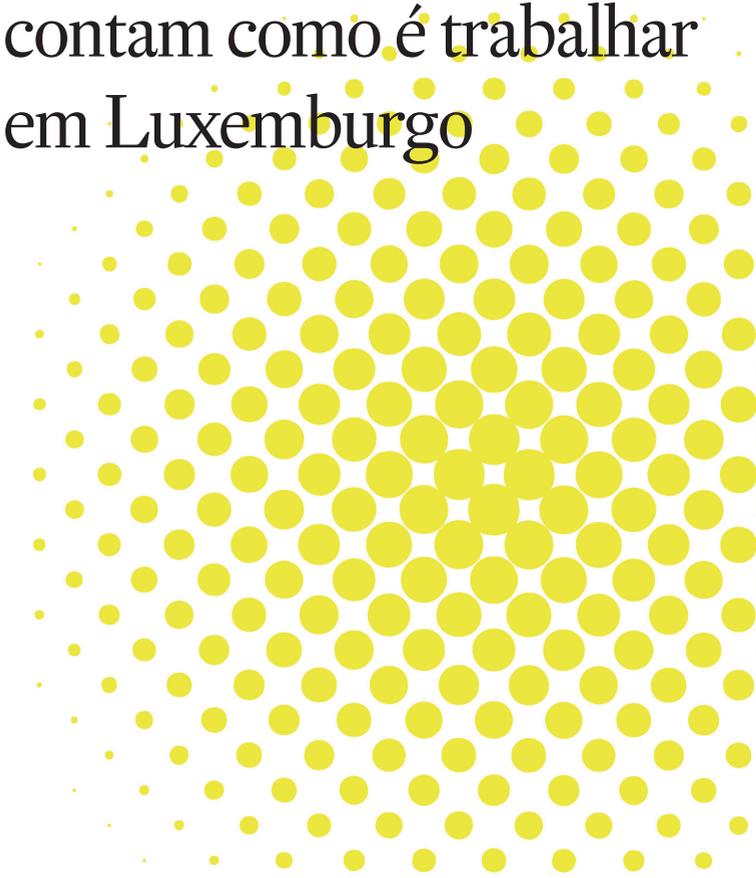
Plataforma de busca de empregos com ofertas em algumas regiões do Chile.

● **Dirección del trabajo:**

Site público com informações sobre as relações trabalhistas no país para estrangeiros, como situação previdenciária, visto de residência, jornada de trabalho, contratos, teletrabalho e estatutos.

CHEIO DE OPORTUNIDADE

2 Salário mínimo de mais de R\$ 13 mil e tempo de lazer: brasileiros contam como é trabalhar em Luxemburgo



LUXEMBURGO

BRUNA KLINGSPIEGEL

Com o maior Produto Interno Bruto (PIB) per capita do mundo, Luxemburgo é um pequeno país no centro da Europa com forte tradição industrial e uma enorme presença de profissionais do mundo todo. Com pouco mais de 660 mil habitantes, ali vivem pessoas de mais de 170 nacionalidades, e cerca de 46% dos residentes são estrangeiros.

Hoje o país conta com o maior salário mínimo da Europa. Os valores diferem entre profissionais qualificados e não qualificados. No primeiro caso, a remuneração chega a € 3 mil e para o segundo grupo, pouco mais de € 2,5 mil — um pouco mais de R\$ 16,6 mil e R\$ 13,8 mil, respectivamente. O salário é bom, mas os gastos também são altos.

Brasileiro reprovado na primeira vez insistiu e conseguiu

A remuneração alta e as oportunidades de ascensão profissional foram alguns dos motivos que levaram o brasileiro Fábio Henrique Rocha, de 33 anos, a buscar uma vaga no país. Desde 2021, ele atua como gerente de auditoria na multinacional Ernst & Young na capital luxemburguesa.

Ele conheceu Luxemburgo por intermédio de um amigo e desde então começou a sonhar com a vida na Europa. Em 2019, teve sua primeira tentativa frustrada em um processo seletivo por lá. Posteriormente, conseguiu uma oportunidade de trabalho em auditoria. Fez o processo seletivo, com testes técnicos e entrevistas, e no fim foi selecionado.

LUXEMBURGO

A adaptação e a forma com que os nativos lidam com o trabalho foram mudanças importantes. Se em São Paulo ele estava acostumado com a sobrecarga, trabalhando além do horário e nos fins de semana, a mudança fez com que seus sábados e domingos se tornassem sagrados. “Quando comecei, estava determinado a mostrar serviço, então frequentemente estendia meu expediente. Até que um dia meu superior me abordou e disse. ‘Fábio, você precisa parar por hoje. Não precisa exagerar. Vá descansar, volte para casa. Amanhã é um novo dia, o sol nascerá novamente e você continuará vivo’.”, diz.

Por conta disso, a eficiência é algo extremamente valorizado no país. A jornada oficial é parecida com a do Brasil, a diferença está na forma com que os luxemburgueses veem o profissional. No novo país, Rocha percebeu um ambiente colaborativo, separação clara entre vida pessoal e profissional, e maior foco e eficiência no trabalho.

“As oito horas em que a pessoa está trabalhando, ela realmente está ali, focada. Eles chegam e vão embora no horário certo, só levantam para comer, voltam, trabalham, vão embora e acabou”, explica.

Segundo ele, a alta qualidade de vida em Luxemburgo é sustentada não apenas pela boa remuneração, mas também pelo sistema de segurança social abrangente e pelas diversas oportunidades de trabalho.

Grandes empresas como Arcelor Mittal, Ferrero e GoodYear têm suas matrizes no país. Segundo o cônsul de Luxemburgo no Brasil, Jan Eichbaum, a estrutura econômica é moldada principalmente pelo setor de serviços, que por sua vez é impulsionado pelo desenvolvimento do setor financeiro.

Ao mesmo tempo em que o salário mínimo é alto, o custo de vida no país acompanha esse movimento. Isso resulta em um mercado de trabalho que se destaca pela presença significativa de trabalhadores transfronteiriços.



As oito horas em que a pessoa está trabalhando, ela realmente está ali, focada.”

Fábio Henrique Rocha,
gerente de auditoria

LUXEMBURGO

Vinte minutos da Bélgica até o trabalho

No Brasil, o especialista em marketing Vitor Ponciano, de 26 anos, passava uma hora e meia no transporte para chegar ao escritório. Hoje, ele mora na Bélgica e trabalha em Luxemburgo. Atravessa a fronteira dos dois países e chega ao trabalho em 20 minutos.

Assim como Ponciano, milhares de profissionais deslocam-se diariamente de França, Bélgica ou Alemanha para o seu local de trabalho no grão-ducado. Segundo a Agência de Desenvolvimento de Emprego do país, quase um em cada dois trabalhadores desloca-se diariamente pela região, que oferece transporte público gratuito.



O brasileiro tem uma habilidade incrível de adaptação, improvisação e competência social.”

Jan Eichbaum
cônsul

Ele afirma que em Luxemburgo há menos pressão e um melhor equilíbrio entre trabalho e vida pessoal. No Brasil, o trabalho é muitas vezes priorizado em excesso, enquanto em Luxemburgo as pessoas valorizam mais suas vidas pessoais. Segundo Ponciano, o ambiente de trabalho em Luxemburgo é mais relaxado e focado, o que contrasta com a pressão encontrada no Brasil.

Apesar da diferença na forma em que brasileiros e luxemburgueses encaram o trabalho, os profissionais que chegam ao país europeu costumam ser bem recebidos e valorizados por algumas competências específicas e por “saberem traba-

lhar”, explica o cônsul Jan Eichbaum.

“O brasileiro tem uma habilidade incrível de adaptação, improvisação e competência social. Essas características tornam os brasileiros muito bem-vindos”, diz o cônsul.

LUXEMBURGO

SERVIÇO

Como encontrar um trabalho em Luxemburgo

BRUNA KLINGSPIEGEL

Você quer trabalhar em Luxemburgo? O país está entre os destinos mais procurados graças à ampla oferta de oportunidades de emprego e aos salários elevados. Além disso, a presença de diversos conglomerados internacionais de renome contribui significativamente para a atratividade do mercado de trabalho luxemburguês e gera uma significativa demanda por mão de obra em diversos setores.

Segundo o Barômetro Econômico da Câmara de Comércio de Luxemburgo, a escassez de mão de obra tornou-se um desafio crítico no ano passado. A União das Empresas de Luxemburgo (UEL) prevê que, até 2030, serão necessárias 300 mil contratações para atender às crescentes demandas da economia local. Esse aumento na procura é particularmente notável nos setores de saúde e finanças.

>> Pré-requisitos

É importante dominar algum dos idiomas falados no país: luxemburguês, francês, alemão e inglês. Cidadãos da União Europeia têm acesso irrestrito ao mercado de trabalho luxemburguês, não necessitando de autorização de trabalho.

Para cidadãos de países de fora da UE, é necessário obter uma autorização de residência que especifica as condições para emprego remunerado ou não. Nesse caso, é preciso sair do Brasil com uma oferta de trabalho em mãos.

LUXEMBURGO

ONDE ENCONTRAR VAGAS?

No país existem diversas plataformas para busca de emprego, como:

- **Moovi Job**
- **Jobs Luxemburgo**
- **Monster**
- **Paperjam**
- **Jobfinder**
- **Indeed**

Para aqueles interessados no setor de tecnologia da informação ou em trabalhar como freelancers, existem algumas plataformas como:

- **ICT Job Luxemburgo**
- **Nexten**
- **Silicon Luxembourg**

Além disso, muitas empresas luxemburguesas também divulgam oportunidades em seus próprios sites. Para uma visão geral das principais empresas de lá, visite a página “empresas” no site oficial do país.

Luxemburgo também oferece recursos adicionais para candidatos a emprego, incluindo a participação na rede europeia Eures, que auxilia na busca de empregos em toda a Europa. A Eures publica milhões de ofertas de emprego de toda a Europa em seu portal e fornece apoio financeiro à mobilidade profissional, juntamente com informações sobre condições de vida e trabalho em outros países europeus.

Para pesquisadores, o portal Euraress Luxemburgo é uma ótima ferramenta, listando oportunidades de pesquisa e desenvolvimento anunciadas pela Universidade de Luxemburgo, instituições públicas de pesquisa e empresas privadas.

3

HORA EXTRA, NÃO

Bons salários e tempo para viver: sorria, você está na Finlândia, o país mais feliz do mundo



FINLÂNDIA

JAYANNE RODRIGUES

Em 2021, a designer de games Ana Camargo, de 29 anos, decidiu fazer uma mudança radical: trocou a carreira estabelecida no Brasil pela Finlândia em busca de flexibilidade no trabalho e qualidade de vida. Antes, trabalhava 14 horas por dia. Hoje, a jornada diária não ultrapassa sete horas. Assim como Ana, outros brasileiros estão mudando para o país nórdico em busca de um estilo de vida mais desacelerado, com jornadas reduzidas e uma cultura profissional mais flexível.

Em 2024, pelo sétimo ano seguido, a Finlândia foi considerada o país mais feliz do mundo, segundo o Relatório Global sobre Felicidade. O país tem baixos índices de desigualdade social, além de alto nível de segurança e investimento em educação, mas também enfrenta escuridão e frio ao longo de quatro meses. O que tem atraído os brasileiros?

Mais equilíbrio entre trabalho e vida pessoal

As condições climáticas são compensadas por uma forma de trabalho mais equilibrada, afirma Maria José Tonelli, professora titular da FGV-Eaes e coordenadora do Núcleo de Estudos em Organizações e Pessoas. Ela explica que essas diferenças foram acentuadas durante a crise sanitária de covid-19. “O Brasil é muito presenteísta. Então, depois da pandemia, muitas empresas retomaram o modelo tradicional (presencial)”, avalia.

FINLÂNDIA

Outro fator em jogo é o desequilíbrio entre tempo dedicado ao trabalho e remuneração. “Nós exigimos muito e pagamos pouco. É uma exigência super alta para ganhar relativamente pouco comparado com o cenário internacional.”

No Brasil, a semana de trabalho pode alcançar até 44 horas. A lei finlandesa estabelece um teto de até 40 horas por semana. Porém, os trabalhadores têm autonomia - prevista por lei - para negociar redução de carga horária.

No ranking das nações com jornadas mais extensas, o Brasil ocupa o 10º lugar, segundo dados mais recentes da Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Econômico (OCDE). A pesquisa sugere que os brasileiros dedicam mais tempo ao emprego do que aos cuidados pessoais, enquanto os finlandeses dedicam 63% do dia - ou 15,2 horas - à vida pessoal.

Brasileira se sentia culpada por não trabalhar além do horário

Ana Camargo chegou à Finlândia decidida a separar a vida pessoal da profissional. O que ela não imaginava era que a adaptação à nova cultura de trabalho não seria imediata. “Eu me sentia culpada por não estar trabalhando além do meu horário”, conta. A virada de chave aconteceu quando o dono da empresa chamou a atenção dela. “Fui forçada a entender que a vida era mais que trabalho.”

A filosofia de saúde mental abriu espaço para novos hobbies, incluindo a prática de esportes de aventura. “Aqui eles dizem que se você não está bem mentalmente não vai ser um bom trabalhador. Por mais que pareça algo bobo, às vezes penso se não deveria estar produzindo, ganhando dinheiro, mas no fim estou produzindo o meu descanso”, diz.

Em São Paulo, Ana tinha um salário aproximado de R\$ 13 mil. Na Finlândia, ganha 4.500 euros (R\$ 24,6 mil) brutos por mês. A atual remuneração, segundo a profissional, rende mais por que as despesas básicas, como aluguel, são mais baixas.



Fui forçada a entender que a vida era mais que trabalho.”

Ana Camargo,
designer de games

FINLÂNDIA

Menos horas trabalhadas após burnout no Brasil

No caso da relações-públicas Bianca Alves, de 26 anos, que também vive na Finlândia, o ganho hoje é quase três vezes maior se comparado à remuneração que recebia no Brasil (ela não revela os valores). O maior impacto foi na rotina de trabalho. Há três anos, enquanto atuava em um banco multinacional na capital paulista, recebeu o diagnóstico de burnout.

Após o episódio, a jovem uniu a vontade de morar na Europa ao desejo de ter uma vida mais desacelerada. Alemanha e Portugal eram opções, mas a escolha foi a Finlândia. No país, Bianca também se deparou com uma forma de trabalho que

contrastava com seu cotidiano. “Achava que não fazia o suficiente”, diz.

Em Helsinque, capital finlandesa, Bianca atua na área de gestão de mercados de uma empresa global de cibersegurança e é responsável por todos os clientes da América Latina. A rotina de trabalho dela inclui até um cochilo no meio do escritório, onde há cápsula individual para descanso.



Aqui, se você faz hora extra, é visto como um péssimo funcionário porque não está dando conta do trabalho dentro do horário.”

Bianca Alves
relações-públicas

Fazer hora extra é malvisto

“Aqui, se você faz hora extra, é visto como um péssimo funcionário porque não está dando conta do trabalho dentro do horário para o qual foi contratado”, afirma Bianca. Levou um tempo

para ela se ambientar à nova realidade, que se diferencia também pelo nível de confiança depositado nos funcionários. “Às 16h, é como se passasse um trem dentro da empresa, todo mundo desaparece. Às vezes, eu dou um pulo na praia às 18h. Então, ainda tem muita vida depois do trabalho.”

FINLÂNDIA

Evolução mais lenta na carreira

Mas isso não significa que o trabalho no país mais feliz do mundo seja um mar de rosas. A gestora reconhece que a evolução da carreira na Finlândia é mais lenta, levando em consideração o tamanho da população e o mercado pequeno e pouco competitivo. Outro aspecto é a diferença salarial entre cargos, que é consideravelmente menor que no Brasil.

Apesar desse contraponto, Bianca descarta qualquer possibilidade de retornar definitivamente ao país natal. “Não voltaria nem pelo melhor emprego no Brasil. Essa cultura workaholic de sempre fazer mais é algo com o qual não consigo lidar.”

Satisfação de estar no trabalho

O artista sênior de jogos 3D Igor Campos, de 42 anos, é outro brasileiro que se mudou para a Finlândia por volta de 2021 em busca de melhores condições de trabalho e não se arrependeu. Esse não é seu primeiro emprego fora do Brasil. Por aqui, morava no Recife e trabalhava remotamente para uma empresa de Singapura, mas não se adaptou por causa do fuso horário.

“Eu tinha de acordar de madrugada para trabalhar, e o tempo para dormir era muito limitado. Foi quando pensei em arrumar algo para morar fora”, lembra. A escolha do país nórdico não foi por acaso. “Aqui eles querem saber como você está e te mantêm satisfeito de estar ali.” Em termos financeiros, Campos agora ganha 45% a mais do que no Brasil (ele não revelou valores).



Aqui eles querem saber como você está e te mantêm satisfeito de estar ali.”

Igor Campos,
artista sênior de jogos 3D

Enquanto Finlândia ganha, Brasil perde mão de obra qualificada

Cerca de 2.466 brasileiros moram legalmente no país nórdico, segundo dados mais recentes do Serviço Estatístico da Finlândia. Embora não exista uma pesquisa que mapeie com precisão os cargos que ocupam, há um consenso no mercado de que os profissionais das áreas de TI e setores adjacentes sejam os mais procurados. Quem afirma é Maria José Tonelli, da FGV. “Hoje, o mercado não é local, é global. Então, brasileiros com boas qualificações têm competência para estar nesse mercado de trabalho. Não precisam ficar restritos ao Brasil, podem nadar em qualquer lago”, diz.

A professora avalia que o comportamento das empresas brasileiras tem responsabilidade na perda de talentos. “O grande problema nas empresas é contratar pelo “hard” e demitir pelo “soft”. Porque não sabem lidar com humanos e fazer uma equipe trabalhar bem. Ninguém motiva ninguém, mas desmotivar é muito fácil.”

Áreas que têm vagas para brasileiros no exterior

Na avaliação da professora, os profissionais da área de tecnologia não são os únicos a despertarem interesse do mercado finlandês. Trabalhadores do setor da ciência e da educação, além de pilotos e executivos brasileiros, também estão mais propensos a receber propostas de emprego e a concorrer a cargos estrangeiros.

FINLÂNDIA

SERVIÇO

Ambiente de trabalho mais colaborativo e flexível: saiba como concorrer a vagas na Finlândia

JAYANNE RODRIGUES

Você quer um emprego na Finlândia? O país está com vagas abertas para trabalhadores de todo o mundo, incluindo brasileiros. Ambiente mais colaborativo, mais flexível e com uma hierarquia mais horizontal são alguns dos aspectos da forma de trabalhar por lá.

Essa procura por mão de obra qualificada estrangeira acontece em meio ao envelhecimento da população finlandesa, explica Alessandra Leone, gerente de Talentos do Work in Finland, site oficial da Finlândia com oportunidades de trabalho. A pedido do Estadão, ela reuniu dicas de como brasileiros podem se preparar para uma vaga de emprego no país europeu.

>> Bom inglês

Não é preciso dominar o finlandês. O inglês é bastante popular. “Não precisa ser o inglês mais fluente do universo”, afirma Alessandra. Saber o básico será primordial para se desenvolver no trabalho e na sociedade como um todo.

Clareza nos objetivos

Faça três perguntas a si mesmo:

- **Você sabe por que deseja ir para**

a Finlândia?

- **Entende o que almeja para a carreira nos próximos anos?**
- **Tem conhecimento dos obstáculos que vai enfrentar?**

Saber as respostas será crucial para não se arrepender após gastar dinheiro e tempo em uma possível transição que envolve mudanças no estilo de vida e de

FINLÂNDIA

carreira. “Se a pessoa quer ter um crescimento profissional no sentido de aprender e se desenvolver no trabalho com áreas técnicas, como a tecnologia, terá oportunidades na Finlândia. Mas o país não garante um crescimento financeiro exorbitante. Lá tem qualidade de vida, mas não necessariamente traz enriquecimento”, explica a especialista.

LinkedIn e currículo bilíngue

Mude o idioma do LinkedIn ou de outras redes sociais que utiliza para busca de empregos no exterior. Um currículo em

inglês também facilita o acesso das empresas. Além disso, é importante buscar vagas que estejam na região da Finlândia e se candidatar ativamente a empregos para entender como é o processo seletivo.

A especialista diz que as seleções são um pouco diferentes das que são feitas no Brasil. Na Finlândia, testes comportamentais e lógicos são comuns. “Geralmente, os recrutadores realizam teste de afinidade cultural com a empresa, nos quais a pessoa vai ser questionada sobre o estilo de trabalho de que gosta.”

SITES COM VAGAS DE EMPREGO

● Business Finland:

organização para financiamento de inovação e promoção de comércio, viagens e investimentos. A Business Finland faz parte da rede Team Finland. Confira o site para saber mais informações.

● Work in Finland:

portal oficial finlandês para

talentos internacionais e empresas nacionais que desejam contratar estrangeiros. O site compartilha informações sobre a vida e o trabalho na Finlândia, com detalhes sobre vagas abertas e orientações sobre o processo de busca de emprego e recolocação no país nórdico.

ÍMÃ PARA BRASILEIROS

4

Trabalhar na Irlanda: oportunidades e segurança são vantagens, mas aluguel é caro

IRLANDA

JAYANNE RODRIGUES

O número de brasileiros que vivem na Irlanda aumentou mais de cinco vezes nos últimos anos. Entre 2011 e 2022, a comunidade de residentes legais saltou de 13,6 mil para 70 mil, segundo dados da Embaixada do Brasil em Dublin. Afinal, o que compensa o inverno rígido e duradouro, o alto custo de vida e a moradia cara e disputada? Segundo brasileiros que moram lá, os pontos positivos são ofertas de oportunidades profissionais, sensação de segurança e qualidade de vida.

Com o quinto maior salário mínimo da Europa, cada hora trabalhada na Irlanda vale € 11,30 (R\$ 62). O país fica atrás apenas de Luxemburgo, Alemanha, Holanda e Bélgica.

De acordo com o Living Wage, grupo técnico irlandês que calcula o valor aproximado para se ter uma vida digna, a renda mínima ideal seria de € 14,80 por hora. O documento leva em consideração os setores que sofreram mais aumento na Irlanda em 2023, como energia (23%), alimentação (21%), cuidados pessoais (9,2%) e habitação (7%).

Apesar do custo de vida alto, o mercado de trabalho irlandês atrai brasileiros de diversos setores, principalmente de tecnologia da informação, design, engenharia, além das áreas de saúde, negócios e marketing.

IRLANDA

Indicadores econômicos e culturais entram no leque de atributos na hora de estrangeiros escolherem o país como destino, analisa o cônsul-geral da Irlanda, Eoin Bennis. “Somos o único país que fala inglês (oficialmente) na União Europeia (o Reino Unido não faz mais parte), sediamos as oito maiores multinacionais de serviços financeiros do mundo, e os brasileiros que vão para a Irlanda chegam formados e com muita experiência.”

Valorização da qualidade de vida

Os incentivos fiscais funcionam como um ímã para a instalação de filiais de grandes empresas. Foi exatamente por meio de uma oportunidade na multinacional IBM que a analista de sistemas Jaqueline Barreto, de 38 anos, seguiu para a Irlanda em 2011.

Mas antes da contratação a jornada foi árdua. Ela se candidatou a mais de 200 vagas no intervalo de seis meses. Da maioria das seleções de emprego, nem sequer teve retorno. Foi quando decidiu viajar para a Irlanda para testar as possibilidades de trabalho.

“Comecei a me candidatar às vagas dizendo: estarei na Irlanda x dias, se quiser conversar comigo. Depois, comprei um chip irlandês, adicionei meu telefone e tive respostas. No período de um mês, fiz três entrevistas e passei em duas”, relembra.

Aqui as pessoas trabalham para viver, elas não vivem para trabalhar. Tem o status, tem aqueles que desejam escalar na carreira, mas não é o que dita a vida das pessoas.”

Jaqueline Barreto
engenheira de software

E logo sofreu o primeiro baque: o idioma. Ela tinha inglês fluente, mas no dia a dia era diferente. “Conseguia me comunicar e entender o que falavam comigo mas, quando chegava a hora do almoço e do café, só faltava me esconder debaixo da mesa para não me acharem. Nessas conversas informais eles usam muitas gírias, que são bem específicas da Irlanda, não entendia nada”, conta.

IRLANDA

Embora tenha ficado com vergonha de ser excluída das conversas, foi acolhida pelos colegas de trabalho e, aos poucos, conseguiu pegar o ritmo da língua. Superado o trauma, ela cresceu profissionalmente e atuou por 10 anos na multinacional.

Durante a pandemia, Jaqueline foi convidada para o cargo de engenheira de software no Yahoo!. Ela preferiu não revelar o salário. O modelo em vigência no trabalho é o híbrido, mas ela só vai ao escritório em situações específicas.

Após uma década na Irlanda, somando experiências profissionais, casamento com brasileiro e o nascimento de dois filhos no país europeu, a profissional afirma ter um estilo de vida desacelerado. “Aqui as pessoas trabalham para viver, elas não vivem para trabalhar. Tem o status, tem aqueles que desejam escalar na carreira, mas não é o que dita a vida das pessoas. Também é muito incomum ver gente trabalhando fora do horário de trabalho. Fiz isso quando comecei aqui porque era o que conhecia do mundo corporativo.”

A jornada semanal da Irlanda varia entre 39 e 48 horas, que é o limite legal. No entanto, estrangeiros que vão para o país europeu com visto de estudante só podem trabalhar 20 horas por semana. No Brasil, a CLT estabelece um teto de 44 horas semanais de trabalho.

Do encanto à frustração

Em 2019, a engenheira de produção Alessandra Batalha, de 33 anos, investiu sua reserva financeira, em torno de R\$ 14 mil, para realizar o sonho do intercâmbio. Irlanda foi o país escolhido graças à facilidade de trabalhar enquanto estudava parte do dia. Ela conseguiu bicos como camareira em hotel cinco-estrelas e como barista em um café.

Entre

39 e 48

**horas semanais
é a variação da
jornada de trabalho
padrão no país**

IRLANDA

O que era para ser uma temporada de oito meses se transformou em quatro anos. Entre idas e vindas na busca por um emprego na área de formação - Alessandra contabiliza o envio de 600 currículos - e com o visto de estudante prestes a expirar, ela optou por fazer uma transição de carreira e ingressar no curso de Ciências da Computação na faculdade Dublin Business School.



Vim bem planejada, mas não achei que fosse tão difícil conseguir um emprego na engenharia. Gostaria que as pessoas tivessem me contado a real, não são só flores.”

Alessandra Batalha
engenheira de produção

Agora, quatro anos depois da sua chegada, os motivos que a impulsionaram a morar no país europeu não são suficientes para ela permanecer. Conforme os planos da engenheira, após o término do curso, ela e o namorado italiano pretendem se mudar para a Itália. “O clima frio da Irlanda é difícil de lidar. O supermercado está mais caro. A energia, o gás e o aluguel também aumentaram”, diz.

Apesar da frustração, Alessandra não desanima quem deseja fazer o mesmo que ela. Planejamento, pesquisa, idioma na ponta da língua e reserva financeira são os conselhos da brasileira para profissionais que almejam o país europeu.

“Vim bem planejada, mas não achei que fosse tão difícil conseguir um emprego na engenharia. Gostaria que as pessoas tivessem me contado a real, não são só flores. Você precisa ter certas qualificações”, desabafa, ao mencionar que não tinha conhecimento de que muitas empresas exigiam pelo menos três anos de experiência na área, o que não ela não teve antes no Brasil.

IRLANDA



‘Meus filhos são mais livres’

O problema de moradia é confirmado por outro brasileiro: “É muito caro alugar uma casa. Isso piorou depois do Brexit (saída do Reino Unido da União Europeia), porque muita gente foi da Inglaterra para a Irlanda. É uma situação um pouco injusta para quem está tentando começar uma vida”, pondera o engenheiro naval Felipe Campos, de 43 anos, que vive na Irlanda há dois.

Ele se mudou para o destino europeu após receber uma promoção para ocupar a cadeira de diretor de operações na multinacional de helicópteros em que trabalha desde 2016. Essa movimentação para o mercado internacional era algo previsto. “Desde que as crianças nasceram, elas iam para a escola bilíngue, porque sabíamos que esse momento poderia chegar”, afirma. Ele tem uma filha de 13 e um filho de 11 anos.

Antes de embarcar para a Irlanda, Campos viveu três anos no Chile. Em solo europeu, o engenheiro naval percebe diferenças latentes a respeito da cultura de trabalho brasileira e irlandesa. “Aqui, os horários e a carga de trabalho são mais definidos. Não é esperado que você trabalhe mais do que o proposto no dia”, diz.

Ele não descarta a possibilidade de retorno ao Brasil. Porém, a passagem de volta ainda não tem data. “Eu me vejo no Brasil no futuro, mas a liberdade que meus filhos têm na Irlanda compensa qualquer problema que temos da falta de presença da família. Então, a vida deles é muito mais livre. Isso tem um valor muito grande para nós.”



É muito caro alugar uma casa. Isso piorou depois do Brexit (saída do Reino Unido da União Europeia), porque muita gente foi da Inglaterra para a Irlanda.”

Felipe Campos,
engenheiro naval

IRLANDA

SERVIÇO

Emprego na Irlanda: veja sites para encontrar vagas abertas e se candidatar

JAYANNE RODRIGUES

A Irlanda tem o quinto maior salário mínimo da Europa, ficando atrás de Luxemburgo, Alemanha, Holanda e Bélgica. A hora trabalhada no país vale € 11,30 (R\$ 62). Além disso, a nação europeia enfrenta um gap de talentos em áreas de hotelaria, comércio e tecnologia, afirma o cônsul-geral da Irlanda em São Paulo, Eoin Bennis. Por isso, profissionais brasileiros que tenham as qualificações exigidas podem se encaixar em empregos nesses setores.

Quem está se preparando para se mudar definitivamente deve prestar atenção ao custo de vida, que vem sofrendo uma escalada de preços. A moradia, que enfrenta um déficit habitacional grave, é uma das áreas mais afetadas. O aluguel representa o maior componente das despesas semanais do trabalhador.

Para o cônsul-geral da Irlanda em São Paulo, Eoin Bennis, a troca de saberes entre os países proporciona uma carreira mais gabaritada aos brasileiros. “Acredito no compartilhamento para que ambos possamos nos desenvolver. Muitos brasileiros vão pra Irlanda, mas também saem da Irlanda e com mais experiência.”

IRLANDA

>> Pré-requisitos

Para concorrer em processos seletivos na Irlanda é necessário ter inglês fluente, que permita uma comunicação no cotidiano e no ambiente de trabalho. Outro ponto de atenção são os vistos para trabalhar legalmente na nação europeia. Existem 3 tipos:

● Stamp 2:

Documento para estrangeiros que permite unir estudo e trabalho na Irlanda, desde que a jornada semanal de trabalho não ultrapasse 20 horas. É voltado para as modalidades de intercâmbio com duração de oito meses ou mais, graduação, mestrado e doutorado.

● General Employment Permit:

Autorização de emprego para trabalhar no país europeu sem restrição de área de atuação. É preciso comprovar qualificações

ou experiência indicadas para a vaga. Na maioria dos casos, a remuneração anual mínima é de € 30 mil (cerca de R\$ 164 mil).

● Critical Skills Employment Permit:

Visto para profissionais com experiência ocuparem vagas em setores que sofrem com escassez de mão de obra qualificada. É para vagas com garantia de pelo menos dois anos de trabalho e salário mínimo anual de € 32 mil (R\$ 175 mil).

IRLANDA

ONDE ESTÃO AS VAGAS?

Assim como em outros países, o LinkedIn é uma excelente opção para profissionais estrangeiros mapearem vagas. Ter um perfil bilíngue e incluir palavras-chave que se encaixem com as habilidades exigidas em uma vaga específica aumentam as chances de o candidato ser notado pelos recrutadores.

Na caça por um emprego na Irlanda, vale incluir no radar sites que reúnem vagas de emprego:

● **Indeed:**

O site permite filtrar pretensão salarial, formato de emprego, (contrato, meio período, tempo indefinido), região, empresa e idioma. O salário anual varia entre € 20 mil (R\$ 109 mil) e € 100 mil (R\$ 547 mil).

● **IrishJobs:**

Com diferencial de buscar empregos por meio de agências de recrutamento ou até mesmo com o próprio empregador, o site é considerado um dos principais buscadores de vagas da Irlanda. Ainda é possível cadastrar o currículo e ativar alertas para receber propostas por e-mail.

● **Jobs.ie:**

Outro site especializado no mercado irlandês que também oferece a possibilidade de cadastrar currículo. Profissionais podem mapear vagas por localização, setor, empresa, pesquisas mais populares, emprego de meio período ou integral.

● **JobsIreland:**

A plataforma faz parte do Serviço Público de Emprego do Departamento de Proteção Social. Candidatos podem criar um perfil na página para dar "match" com empregos disponíveis conforme as habilidades e experiências.

A large, stylized red number '5' is positioned on the left side of the page. It has a thick, rounded font style with a white cutout in the center. The number is set against a background of a vertical orange-to-white gradient bar on the far left.

ROTINA PESADA

Brasileiros no Japão trabalham 12h/dia, mas dizem que segurança e qualidade de vida compensam

A decorative pattern of yellow dots of varying sizes is located in the bottom right quadrant of the page, extending from the text area towards the bottom edge.

JAPÃO

JAYANNE RODRIGUES

Assim como muitos brasileiros, a educadora física Fernanda Pires, de 27 anos, e o operador de máquinas Leonardo Tangoda, de 26, enfrentaram momentos difíceis na vida financeira. As contas não fechavam, e o resultado é que ficavam no vermelho com frequência. Em busca de estabilidade financeira e segurança, o casal decidiu ir embora do Brasil. O destino escolhido: Japão, mesmo que a decisão significasse trabalhar 12 horas por dia. Eles integram a comunidade brasileira no país asiático, que hoje ultrapassa 210 mil pessoas, segundo dados de 2023 da Agência de Serviços de Imigração.

O número de brasileiros caiu depois da crise econômica global de 2008 - eram 317 mil no ano da crise. O Ministério das Relações Exteriores do Brasil estima que mais de 50 mil pessoas voltaram para cá entre 2008 e 2009.

Sensação de segurança

Foi a partir da flexibilidade que o Japão dá a descendentes que Leonardo Tangoda agilizou a admissão dele e da companheira, Fernanda Pires. Por ser da terceira geração - o avô é japonês -, o jovem tem mais facilidade para obter o visto. Ele viveu uma parte da infância no Japão com a família. Já no Brasil, a vontade de voltar veio no início da vida adulta.

JAPÃO

O casal morava em Matão, no interior de São Paulo. Como educadora física, Fernanda precisava trabalhar em várias academias da cidade para incrementar a renda mensal. Ela ganhava em torno de R\$ 12 por hora. No fim do mês, a remuneração não alcançava R\$ 1 mil.

Do lado de Tangoda, a vida financeira também não ia bem. Foi quando decidiram trocar a rotina no Brasil pela “Terra do Sol Nascente”.

A mudança aconteceu em 2022. Ainda no Brasil, eles conseguiram emprego em uma empreiteira que produz componentes para eletrônicos em Izumo, a mais de 700 quilômetros de distância de Tóquio. Eles migraram com visto de trabalho. O meio de campo foi feito por uma agência de recrutamento, prática comum entre profissionais brasileiros que vão para o Japão trabalhar em fábricas.

Quando desembarcaram no país asiático, a realidade foi dura. O casal trabalhava no turno da noite, com uma jornada de 12 horas e apenas 45 minutos de intervalo. Desde então, os dois desempenham a função de operadores de máquinas.

O trabalho exaustivo é recompensado pelo lado financeiro. Fernanda recebe 1.410 mil ienes por hora trabalhada (o equivalente a R\$ 45,56) - o que daria cerca de R\$ 11,5 mil mensais. Além disso, o casal considera a qualidade de vida uma vantagem do Japão. “Aqui a gente viaja todo fim de semana, comemos bem, não tenho medo de andar na rua, mesmo que não tenha ninguém. No Brasil, não tínhamos possibilidade de fazer isso”, relata Fernanda.



Aqui a gente viaja todo fim de semana, comemos bem, não tenho medo de andar na rua, mesmo que não tenha ninguém.”

Fernanda Pires,
operadora de máquinas

JAPÃO

Trocou a Irlanda pela “Terra do Sol Nascente”

Fã de animes, o desenvolvedor de software Ian Cheberle, de 33 anos, fez as malas movido por uma certa curiosidade em relação à cultura local e ao idioma. Não seria a primeira vez que iria arriscar uma nova vida em um país estrangeiro. Em 2019, saiu do Brasil em busca de alavancar a carreira na Irlanda em uma startup de alugueis de carros.



Mas o mercado daqui é mais enxuto, se não vier sabendo inglês e japonês, não tem como pegar cargo sênior.”

Ian Cheberle

desenvolvedor de software

Passados três anos na Europa, sentiu a necessidade de experimentar algo novo. No fim de 2022, o profissional aproveitou a desvalorização da moeda japonesa e decidiu ficar três meses em Yokohama com visto de estudante enquanto trabalhava home office para a empresa irlandesa.

Entre idas e vindas, em julho do ano passado, ele resolveu se estabelecer de vez e optou por uma vaga em formato híbrido na área de TI de uma empresa de energia. “Eu me candidatei a essa vaga porque (a corporação) tem o horário mais flexível, não precisa trabalhar

11, 12 horas. Mas o mercado daqui é mais enxuto, se não vier sabendo inglês e japonês, não tem como pegar cargo sênior”, conta. Ele preferiu não revelar a renda anual.

Quanto custa morar no Japão?

Quem deseja migrar para o país deve ficar atento aos gastos da região onde pretende morar. De modo geral, o custo de vida no Japão é, em média, 26,8% maior que no Brasil.

JAPÃO

O item mais caro é o aluguel, 70% superior se comparado à média praticada no Brasil, segundo informações do site Numbeo, base de dados sobre percepção de custo de vida. O aluguel em Yokohama, por exemplo, é 18,8% mais caro que em São Paulo. Em cidades menores, a tendência é de que os valores sejam mais baixos.

Contexto econômico

Após ter registrado meteórica ascensão econômica até os anos 90, quando chegou a ostentar o segundo maior Produto Interno Bruto (PIB) do planeta, o Japão passou a enfrentar um quadro de estagnação, diante de desafios demográficos que encolheram a população ativa.

Em 2022, a parcela de pessoas com idade a partir de 65 anos alcançou o recorde de 29,1%, a maior do mundo. Com mais de 80 anos, a proporção já é de 10%. “É provável que (o Japão) flexibilize um pouco mais as condições para os descendentes da quarta geração. Mas a própria moeda está enfraquecida, o país está menos atrativo em termos de rendimento. Quem vai continuar querendo vir, será menos pelo dinheiro e mais pelos atrativos que o país tem, e não necessariamente só em termos de mercado de trabalho, mas como qualidade de vida”, pondera Angelo Ishi, professor de Sociologia da Musashi University, em Tóquio.

29,1%

**é a parcela de
pessoas com
idade a partir de
65 anos no Japão,
um recorde
mundial**

Dois tipos de contrato

O contrato de Ian Cheberle é fixo e com remuneração anual. Esse tipo de contratação prevê estabilidade e boas condições oferecidas por parte do empregador.

JAPÃO

No caso de Fernanda Pires e Leonardo Tangoda, o modelo de contrato é temporário. Ou seja, existe possibilidade de até ganhar mais por hora trabalhada, mas há mais instabilidade e as condições de trabalho são mais precárias.

“Essa é a grande diferença para quem vem se inserir no mercado de trabalho no Japão. É como se fossem duas pistas ou duas vias paralelas (o contrato fixo e o temporário)”, afirma Angelo Ishi.

O professor diz ainda que a maioria dos brasileiros em trabalhos com contrato temporário continua demonstrando certo grau de satisfação em relação ao Japão. “Outro atrativo forte é a qualidade de vida. Em termos de segurança, de ausência de violência e criminalidade. É realmente sentir que vale a pena morar no Japão por ficar tranquilo dentro de casa ou sair a qualquer momento sem grandes preocupações.”

Migrar para outros países priorizando mais a qualidade de vida do que necessariamente a remuneração está se tornando uma movimentação cada vez mais comum entre profissionais brasileiros, analisa Octavio Pott, especialista em mão de obra estrangeira.

“Muitos médicos que tenho recrutado estão decidindo seguir a carreira no exterior para ganhar menos, mas sabendo que vão poder dar uma educação melhor para os filhos. Se botar na ponta do lápis, ganha-se menos, mas preocupa-se muito menos também”, afirma.



Quem vai continuar querendo vir, será menos pelo dinheiro e mais pelos atrativos que o país tem, e não necessariamente só em termos de mercado de trabalho, mas como qualidade de vida.”

Angelo Ishi

professor de Sociologia da Musashi University, em Tóquio

JAPÃO

SERVIÇO

Trabalho no Japão: saiba como procurar vagas de emprego, com dicas de especialistas

JAYANNE RODRIGUES

Diante do desafio demográfico com o envelhecimento da população, o país asiático aumentou os esforços para atrair mais estrangeiros, incluindo brasileiros. Saiba como se preparar para se candidatar a uma vaga de emprego na “Terra do Sol Nascente”.

Antes de disparar o currículo, é importante estudar a cultura local das diferentes regiões do Japão, orienta Ana Chauvet, headhunter e especialista em recolocação profissional. Idioma e conhecimento prévio da cidade se tornam um diferencial na hora de disputar uma vaga.

Ter o inglês na ponta da língua é um bom começo, porém algumas empresas procuram quem fale japonês, diz a especialista. É importante verificar se a empresa que está buscando exige o domínio do idioma.

Profissionais com experiência internacional também ganham um ponto a mais em processos seletivos. “A pessoa já é vista com um outro olhar”, destaca a headhunter.

Habilidades comportamentais valorizadas por empresas estrangeiras:

- Adaptabilidade social e cultural
- Flexibilidade
- Domínio do idioma
- Criatividade e capacidade de inovar na resolução de problemas

Durante a preparação do currículo, evite simplesmente traduzir o documento do português, aponta Ana Chauvet. “Essa dinâmica de pegar o currículo em português e traduzir no Google tradutor prejudica muito, porque você não está fazendo uma adaptação para o país no qual deseja se candidatar. É só uma tradução.”

Entre os profissionais mais requisitados, a estimativa é de que a área de tecnologia da informação seja a mais demandada, confor-

JAPÃO

me análise de Octavio Pott, especialista em recrutamento de mão de obra estrangeira.

Programadores, analistas de dados, técnicos de help desk e gerentes de TI são os cargos em evidência no mercado. No setor de saúde, enfermeiros, médicos e técnicos de enfermagem entram na lista de profissionais mais procurados.

Segundo Octavio Pott, a carreira internacional não é o único motivo que leva brasileiros a migrar para outros países. “Profissionais falam da segurança que o país oferece. É claro que muitos vão por novos conhecimentos, curiosidade, mas, principalmente, por segurança e qualidade de vida.”

Fique atento

- Se o objetivo do profissional é apenas estudar, o ideal é o visto de estudante, com validade de 1 a 3 anos e possibilidade de renovação.
- Descendentes de japoneses até a quarta geração são geralmente o grupo com mais chances de conseguir autorização de trabalho.
- Brasileiros que se casam com japoneses conseguem visto de cônjuge
- Conseguir o visto de trabalho exige ter emprego garantido no Japão antes mesmo de embarcar. Neste caso, a empresa que contratou o funcionário brasileiro é respon-

sável pelo Certificado de Elegibilidade, documento emitido por meio do Departamento de Imigração do Japão que verifica se o estrangeiro está habilitado a morar no país. A duração é de 1 a 3 anos.

ONDE ENCONTRAR VAGAS?

Além de mapear vagas no LinkedIn, existem alguns sites de empregos com ofertas para brasileiros em diferentes regiões do Japão.

● Gaijipont:

É um site especializado para estrangeiros. Na plataforma, também há informações sobre moradia e estudo no país.

● JREC-In:

Indicado para profissionais com mestrado ou doutorado que queiram atuar na academia. Ciência da vida, ambiente, nanotecnologia, energia, tecnologia de manufatura, humanidades e ciências naturais são as principais áreas de estudo.

● Daijob:

Brasileiros com inglês e japonês avançado podem se candidatar a vagas neste site, que reúne oportunidades não só para estrangeiros, como também para nativos.

6 VIZINHO COM DESAFIOS

Argentina: onde
o bem-estar supera
a instabilidade
financeira



ARGENTINA

BRUNA KLINGSPIEGEL E JAYANNE RODRIGUES

Quando a bordadeira Nayara Fonseca, de 36 anos, decidiu ir para a Argentina, a pandemia já tinha feito um rastro de destruição em todo o mundo. Foi exatamente pelo temor do rumo que a crise sanitária tomava no Brasil que, ao lado do marido, o designer de games Leandro Teichimann, de 37, e da filha, ela desembarcou em Buenos Aires em 24 de dezembro de 2020. Eles não são os únicos. Mais de 90 mil brasileiros vivem no país vizinho, segundo dados do Ministério das Relações Exteriores.

Para fixar moradia em terras argentinas, esses migrantes precisam lidar com os desafios de uma economia que enfrenta desequilíbrios estruturais. Também devem se acostumar com a calculadora para entender oscilações bruscas do peso argentino, que tem múltiplas cotações.

De qualquer forma, brasileiros residentes na Argentina entendem que a melhora na qualidade de vida supera a instabilidade econômica. No caso de Nayara, a ida à Argentina seria temporária, por apenas três meses. Um dos motivos para a permanência envolveu o bem-estar da filha. “Pensava que, se estivesse em São Paulo, ela estaria trancada em um apartamento, não teria condição material de fazer tanta coisa”, conta. “Moro em uma região muito segura, com muitos parques e praças.”

ARGENTINA

Outro fator que os mantém na metrópole de 16 milhões de habitantes é o aspecto financeiro. Após se mudar, Nayara pediu demissão na escola em que atuava e começou a dar aulas particulares de bordado. Já Leandro, que é sócio de uma empresa brasileira de realidade virtual, seguiu trabalhando remotamente.

Como a renda da família é majoritariamente em real, a conversão favorável abriu caminhos para uma vida mais confortável. “Isso faz muita diferença, nosso dinheiro rende muito mais aqui. Não somos ricos mas, em comparação com o Brasil, temos acesso a coisas como comer fora de casa toda semana sem que isso tenha um impacto na saúde financeira”, relata Nayara.



Nosso dinheiro rende muito mais aqui. Não somos ricos mas, em comparação com o Brasil, temos acesso a coisas como comer fora de casa toda semana.”

Nayara Fonseca,
bordadeira

Moradia fixa é um obstáculo para estrangeiros

Moradia fixa para estrangeiros ainda é algo complexo na Argentina. Pelo menos metade dos anúncios de aluguel em Buenos Aires exige que o pagamento seja em dólar, como revela estudo feito pelo Mercado Livre e pela Universidad San Andrés, de Buenos Aires, em junho de 2023.

Renan Pieri, economista e professor da Fundação Getúlio Vargas, explica que a prática de cobrar aluguel em dólar é uma resposta à alta inflação argentina. A instabilidade econômica leva os argentinos a buscar moedas mais estáveis, como o dólar, no mercado paralelo.

“Se um trabalhador ganha em peso e precisa pagar o aluguel em dólar, caso o salário não acompanhe os aumentos nos preços, é natural que ele perca poder de compra”, explica.

ARGENTINA

Mercado teatral atraiu paulista

Viver e trabalhar na Argentina nunca foram os planos originais da atriz e dubladora Aline Moreno. A mudança para o país ocorreu aos 30 anos, após uma separação e o cancelamento de seus principais projetos profissionais, em setembro de 2019. O encanto pelo movimento teatral em Buenos Aires a atraiu e, com a pandemia, a dublagem remota se tornou a alternativa para continuar atuando em sua área.



“Aqui não existe essa normalização do não descanso como em São Paulo.”

Aline Moreno

atriz e dubladora

Mesmo sem conhecer ninguém no país, oportunidades profissionais surgiram gradualmente. Um contato inicial com uma diretora e a participação em um projeto de menor porte abriram portas para recomendações, permitindo que Aline se estabilizasse financeiramente na Argentina.

Atualmente, a profissional participa de projetos em diversos países da América Latina, como México, Argentina e Brasil. O que se torna um grande desafio, já que a remuneração pode vir tanto em peso argentino, como em real ou até mesmo em dólar, dependendo do país de origem.

A instabilidade financeira, com variações frequentes nos salários e nos preços, exige uma adaptação constante das pessoas. Aline conta que coisas simples como ir ao mercado se transformam em uma experiência imprevisível, porque os preços mudam recorrentemente e as pessoas precisam ajustar seus gastos. “Quando você tem sorte de ter uma atualização do seu salário, muitas vezes fica difícil saber o quanto vai receber, porque você não sabe quanto será a inflação até lá”, diz.

Mesmo diante desses contrapontos, a atriz afirma que a sua qualidade de vida no país também melhorou. “Aqui não existe essa normalização do não descanso como em São Paulo”, conta. “Eles valorizam muito isso.”

ARGENTINA

Quanto custa morar na capital da Argentina?

De modo geral, Buenos Aires é 30,6% mais barata do que São Paulo, sem incluir o aluguel, que é, em média, 29,2% menor do que o praticado na capital paulista. As informações são do Numbeo, site especializado. A dificuldade de avaliar se um produto está caro ou barato quando os preços aumentam de maneira imprevisível, por exemplo, é um dos maiores desafios, como destaca o economista Renan Pieri.

Essa volatilidade faz com que as pessoas não consigam determinar o que é financeiramente viável, resultando em um desperdício significativo de tempo e recursos na busca por opções econômicas. “O sistema de preços deixa de fazer sentido, então isso gera uma falta de eficiência grave para economia”, explica.

29,2%

**é o quanto o
aluguel na capital
argentina está
abaixo dos valores
da capital paulista**

ARGENTINA

SERVIÇO

Vizinha Argentina atrai profissionais de diferentes áreas; saiba como encontrar a vaga do seu sonho

BRUNA KLINGSPIEGEL E JAYANNE RODRIGUES

Mais de 90 mil brasileiros vivem na Argentina, segundo dados do Ministério das Relações Exteriores. É a terceira maior comunidade estrangeira no país vizinho, ficando atrás apenas da Guiana (91 mil residentes) e do Paraguai (254 mil). A maior parte das vagas é direcionada para as seguintes áreas: tecnologia da informação, finanças, marketing e turismo.

A disponibilidade de oportunidades profissionais depende muito da formação e do campo de atuação do brasileiro. Segundo o economista Renan Pieri, no Brasil, há melhores condições de negócios, especialmente para profissionais mais qualificados. No entanto, para aqueles com salários mais baixos, a Argentina oferece um leque maior de oportunidades.

Brasileiros ouvidos pela reportagem mencionam que é mais vantajoso trabalhar remotamente para empresas de outros países na Argentina. Isso porque recebem remuneração em uma moeda mais valorizada. No entanto, se a decisão for morar no país vizinho independentemente da moeda, existem opções para tentar um trabalho presencial na Argentina.

Vale fazer uma pesquisa individualizada em corporações que contratam estrangeiros. OLX, Walt Disney, KPMG, IBM, PepsiCo, Dell e Sony Pictures Entertainment são algumas opções.

ARGENTINA

ONDE ENCONTRAR VAGAS?

● ZonaJobs:

É um site especializado em ofertas de emprego em todo o país. Nele, você pode cadastrar o currículo e receber notificações.

● Computrabajo:

A plataforma reúne mais de 3 mil vagas abertas somente em Buenos Aires. A maioria é destinada a contratos fixos, por prazo determinado e por temporada.

● Bumeran:

Site que reúne anúncios pagos.

● Indeed:

Serviço gratuito para candidatos, no qual é possível cadastrar o currículo e acompanhar vagas em tempo real.

A maioria exige o idioma espanhol.

MUITO ALÉM DOS ALPES

A large, stylized red number '7' is positioned on the left side of the page. The top horizontal bar of the '7' is slightly slanted upwards to the right. The vertical stem of the '7' is on the right side, and the bottom part curves downwards and to the left.

Com duas das cidades mais caras do mundo, Suíça oferece salário alto e segurança

SUIÇA

JAYANNE RODRIGUES

Foi de forma inusitada que a pedagoga Cristiane Grab, de 47 anos, decidiu sair do Brasil, em 2006. Ela abriu um mapa, fechou os olhos e apontou o destino ao acaso. “Quando botei o dedo no Atlas, deu Alemanha, mas como está colado com a Suíça, acabei vindo para cá. Foi uma escolha aleatória”, conta aos risos. Hoje, quase 20 anos depois, ela faz parte do contingente de 64 mil brasileiros que residem no país europeu, segundo dados do Ministério das Relações Exteriores.

Com uma população de aproximadamente 8,5 milhões de habitantes, a nação da Europa central famosa pelo seus Alpes torna-se atraente para estrangeiros por diferentes razões. Qualidade de vida, poder de compra, sensação de segurança e bem-estar social são alguns dos motivos apontados por brasileiros ouvidos pela reportagem.

Segundo pesquisa da Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Econômico (OCDE), na Suíça, 78% das pessoas se sentem seguras andando sozinhas à noite. Outro atrativo é a remuneração. Embora a nação não tenha um salário mínimo nacional por lei (cada cidade estabelece um piso), o valor médio é superior a outros países.

SUIÇA

Desde janeiro deste ano, por exemplo, o salário em Genebra (segunda maior cidade da Suíça) é de 24,32 francos suíços por hora (ou R\$ 135,12). Supondo que uma pessoa faça uma jornada de 40 horas semanais, a remuneração mensal ficaria em torno de 4.864 francos, o equivalente a R\$ 27.023,46.

Por outro lado, o custo de vida é altíssimo. Não à toa, Zurique lidera como a cidade mais cara do mundo para se viver. A vizinha Genebra assume o terceiro lugar do pódio. Os dados são do índice global da The Economist Intelligence Unit, que levou em consideração algumas variáveis como os altos impostos e os gastos com alimentação.

R\$ 135,12

é o valor da hora de trabalho no país (24,32 francos suíços); valor médio é superior a outros países

Três meses viraram quase duas décadas

Cristiane Grab desembarcou em Zurique para ser uma au pair (babá). Inicialmente, pensava em ficar apenas alguns meses e depois migrar para os EUA. Mas algo não programado aconteceu: duas semanas após a chegada ao país europeu, ela conheceu o atual marido, o suíço Stephan Grab, de 55 anos.

Dali em diante, fez faxinas, atuou em festas de rua como garçoneiro, depois montou um buffet de comida brasileira - o negócio não deu certo - e decidiu testar uma empresa de produtos de limpeza, que funcionou por alguns anos.

Mesmo com as inúmeras experiências, foi somente há cinco anos que conseguiu trabalhar na área em que se formou no Brasil, com foco em educação para crianças com necessidades especiais.

Atualmente, Cristiane trabalha de terça a sexta em um regime de 7 horas por dia. “A equipe é superflexível”, diz. Neste ano, a pedagoga se prepara para tirar a licença premium de um mês (oferecida a cada cinco anos). No Brasil, o benefício só é comum para funcionários públicos. Em relação ao período de descanso, Cristiane tem direito a 12 semanas de férias por ano, que costumam ser no verão. Seu salário é por hora trabalhada, e ela não revelou o valor.

SUIÇA

Casal vai deixar Suíça para viver aposentadoria mais confortável

A vida na Suíça após a aposentadoria pode ser um problema. “O que é ruim na Suíça? Ficar velho. Porque aqui só funciona quando você trabalha. Dá para viver, mas não é o mesmo padrão de vida, e queremos fugir do frio”, diz Cristiane.

A pedagoga e o marido planejam se mudar para Portugal daqui a dois anos. Um dos motivos para a transição é o receio de não conseguir manter o mesmo estilo de vida. “Mesmo que a gente tenha um padrão superior em Portugal, o custo de vida lá é menor, quase 1/4 do que gastamos na Suíça.”

Mais de 200 mil aposentados vivem abaixo da linha da pobreza na nação europeia, conforme revelou uma pesquisa da Pro Senecture, organização especializada em serviços para idosos na Suíça. Para se aposentar no país existem três modalidades em vigência: previdência social (apoio do governo para subsistência), fundos de pensão e previdência privada.



*O que é ruim na Suíça?
Ficar velho. Porque
aqui só funciona
quando você trabalha.
Dá para viver, mas
não é o mesmo
padrão de vida.”*

Cristiane Grab,
pedagoga

Qualidade de vida compensa, mas diferença cultural é um desafio

O casal de curitibanos Helena Spina, de 28 anos, e Guilherme Araújo, de 29, confirma os atributos do país dos Alpes. Guilherme chegou à Suíça em 2018 para expandir a empresa da família no ramo hospitalar, fechada durante a pandemia. Helena desembarcou na Europa poucos anos depois, em 2020, indo para a Itália, que logo se tornou um dos primeiros epicentros da covid-19 na região. A crise sanitária uniu as duas histórias: ela buscou abrigo com parentes de Guilherme que moravam em Verona, onde ele passava o fim de semana.

SUIÇA

Da convivência na quarentena surgiu o relacionamento. Assim que as restrições à circulação afrouxaram, os dois decidiram morar juntos na Suíça. Hoje vivem em Romont, cidade de 4 mil habitantes localizada no Cantão de Friburgo e que tem o francês como língua predominante.

No início, como Helena não dominava o idioma, o casal treinava diálogos em casa como preparação para a primeira entrevista de emprego. Ela logo conseguiu uma vaga em uma rede de supermercados.



A gente brinca que o primeiro trabalho do imigrante é em pé, pesado e sujo.”

Guilherme Araújo

trabalha na área de logística de uma rede de supermercados

Desde então, ela trabalha na mesma empresa. Começou como preparadora de comandas (organizava caixas em pallets) no depósito. Depois seguiu para a área do congelador, desempenhando a mesma função. Assumiu o cargo de cozinheira, e hoje atua como operadora de logística. Enquanto isso, Guilherme trabalha em outra rede de supermercados na área de logística. “A gente brinca que o primeiro trabalho do imigrante é em pé, pesado e sujo”, conta.

A jornada semanal de Helena alcança 24 horas, num contrato parcial. Assim como a pedagoga Cristiane Grab, ela recebe por hora trabalha-

da. O contrato 100% é de 40 a 45 horas por semana, com uma média de 8 horas por dia, de segunda a sexta-feira.

“Muitas empresas, como essa em que trabalho, não contratam por período integral. Por isso, não gosto quando dizem que o salário aqui é de 4 mil francos. Só consegue esse valor se trabalhar 100% das horas, mas a maioria dos contratos de imigrantes é de 50%”, explica a brasileira, que recebeu cerca de 1.800 francos (ou R\$ 9.995,74) no primeiro salário.

SUIÇA

“É um salário alto se comparado com a mesma posição em outros países. Mas aqui é tudo muito caro”, pondera Guilherme. O casal paga 1.280 francos (R\$ 7.108,08) no apartamento onde vive. “A gente paga caro, mas confia no sistema. Temos um poder de compra enorme no mundo inteiro. Não somos ricos, mas temos muitos luxos que não tínhamos. É também ter a qualidade de vida de andar na rua sozinha sem medo”, afirma Helena.

O maior desafio, contam eles, são as relações. “É muito difícil fazer amizade aqui. Eles são educados, mas ninguém quer ser amigo. Isso pesa bastante, ninguém quer criar vínculo”, comenta o casal. Ainda assim, ambos não veem motivos para deixar a Suíça.

Quanto custa morar na Suíça?

Um pessoa que reside em São Paulo com uma renda mensal de aproximadamente R\$ 14 mil teria de receber em torno de 7.711 francos suíços (ou R\$ 42.840,85) para morar em Zurique com o mesmo padrão de vida, segundo cálculo do site Numbeo, especializado em custo de vida.

O aluguel em Zurique chega a ser 289% maior se comparado ao valor praticado na capital paulista. Em contrapartida, o poder de compra da cidade suíça chega a ser 454,9% maior do que em São Paulo.

289%

maior é o valor do aluguel em Zurique comparado ao valor de São Paulo

SUIÇA

SERVIÇO

Pronto para mudar de vida? Saiba onde achar vagas na Suíça

JAYANNE RODRIGUES

A Suíça tem um dos salários mais altos do mundo e posições na área de tecnologia, como engenheiros de softwares, comunicação com governos, profissionais especializados em inteligência artificial e ciência de dados, estão entre os setores com mais demanda em multinacionais, avalia Nicolas Ferro, especialista sênior em aquisição de talentos executivos e inteligência de mercado da Philip Morris International (PMI).

“São áreas que vêm crescendo bastante nas empresas. Na Philip, por exemplo, temos uma procura alta em cargos de operação, que são posições de laboratório para quem vai fazer o desenvolvimento dos novos produtos, porque a empresa está passando por uma transformação muito forte”, afirma.

Dentro deste recorte, finanças, farmacêutica e manufatura também entram no leque de áreas com mais oportunidades para profissionais qualificados.

“Tem uma demanda forte por esses perfis e uma escassez de talentos no país, porque há uma competitividade muito alta. Então, acabamos trazendo pessoas de fora para a Suíça, não só pela escassez, mas também para desenvolver esses profissionais”, ressalta Ferro.

>> Como se preparar para as vagas

Na Suíça são falados quatro idiomas, a depender da região: alemão, francês, italiano e romanche, além de inglês. Antes de se candidatar a uma vaga, é importante avaliar a língua usada na cidade onde a empresa atua.

O currículo entra como forte aliado para se diferenciar de concorrentes. Segundo Nicolas Ferro, os detalhes do documento variam de acordo com o país. O primeiro passo é ter um material simples de ler e que não seja muito longo.

“Não precisa se prender a uma única página, até porque os profissionais seniores vão ter mais dificuldade em resumir tudo. Precisa ser estruturado e estar

vinculado à posição e ao objetivo da empresa. É importante fazer essa conexão”, orienta.

Em relação ao visto de trabalho, existem duas alternativas.

● **Cidadania:**

A primeira e mais rápida é para brasileiros que têm cidadania de algum país europeu. Neste caso, a pessoa tem direito a passar três meses na Suíça. Depois desse período, é preciso comprovar vínculo empregatício para garantir autorização de residência.

● **Contrato de trabalho:**

Já para brasileiros que não têm cidadania europeia, é obrigatório ter um contrato de trabalho na Suíça antes do pedido de visto.

SUIÇA

>> Panorama de profissionais que atuam na Suíça

Cerca de 4 mil profissionais formados em universidades brasileiras (cadastrados no LinkedIn) atuam no mercado de trabalho da Suíça, conforme dados da ferramenta Talent Insights.

Zurique, Genebra e Lausanne são as cidades com mais vagas, segundo informações da ferramenta. As cinco universidades brasileiras com mais egressos empregados na Suíça são de São Paulo. A Fundação Getúlio Vargas (FGV) lidera o ranking.

Administração, economia, direito, marketing e comércio estão entre as profissões predominantes nas vagas ocupadas, aponta o relatório do LinkedIn. Conforme sugere o levantamento, as soft skills também se tornam atributos essenciais para trabalhadores que almejam disputar cargos mais altos.

“Vemos a gestão de tecnologia e de clientes como habilidades importantes. Essas competências acabam sendo mais relevantes até do que as competências técnicas. Porque o quesito técnico conseguimos desenvolver, mas o comportamental é um pouco mais difícil”, aponta Ferro.

ONDE ENCONTRAR VAGAS?

● Jobs:

Bom para quem procura vagas em construção, arquitetura e engenharia, seguido por medicina e psicologia. Em terceiro lugar, vendas e atendimento ao cliente.

● Swiss:

A plataforma é gerenciada pela Secretaria de Estado dos Assuntos Econômicos (Seco), órgão suíço responsável por assuntos do mercado de trabalho no país. No site, é possível filtrar por campo de atuação e tipo de contrato (jornada integral ou parcial).

● Jobup:

O site oferece mais de 70 mil vagas. Indústria, manufatura, construção, engenharia civil, tecnologia e medicina lideram a maioria das oportunidades.

● Outra opção é se candidatar em vagas divulgadas no LinkedIn. “Quando falamos de posições a partir de média gerência, o LinkedIn acaba sendo a principal plataforma para ter acesso a esses profissionais”, aponta o especialista Nicolas Ferro.

8 TERRA DOS VULCÕES

Mesmo com custo de vida alto, Islândia atrai brasileiros com salário de mais de R\$ 15 mil

ISLÂNDIA

BRUNA KLINGSPIEGEL E JAYANNE RODRIGUES

Um salário tentador foi o que motivou o youtuber Junior Guimarães, de 49 anos, a se mudar com a família para a Islândia, país europeu famoso pelas paisagens vulcânicas, gêiseres e auroras boreais, com 370 mil habitantes, o que corresponde a 3,2% da população da cidade de São Paulo. Cerca de 240 brasileiros decidiram percorrer mais de 9 mil quilômetros para viver na ilha isolada no Mar do Norte, segundo dados do Ministério das Relações Exteriores.

O fenômeno de imigração é algo novo no território. No último ano, o país nórdico ultrapassou a marca histórica de 60 mil estrangeiros. Destes, poloneses (34,2%) representam o maior contingente, seguidos por imigrantes da Lituânia (5,6%) e da Romênia (4,1%).

Eles são atraídos pelos altos salários. Não há um salário mínimo obrigatório, e o valor é negociado pelos sindicatos, mas é possível conseguir no mínimo de R\$ 15 mil a R\$ 18 mil brutos por mês. Segundo o portal Hagstofa Íslands, a média salarial da Islândia ficou em torno de 4.250 euros (o equivalente a R\$ 23,5 mil) em 2021. O imposto é de cerca de 40%, dependendo do cargo.

ISLÂNDIA

Primeiro Portugal e depois a Islândia

O brasileiro Junior Guimarães foi um dos 17 mil imigrantes que desembarcaram na Islândia em 2022. Esta não seria a primeira mudança radical. Desde 2019, ele, a mulher, Mirelle Candeloro, de 38 anos, e a filha Úrsula, de 8, não viviam mais em Porto Alegre (RS).

Com uma reserva de 12 mil euros, Portugal foi o país escolhido. Inicialmente, a renda do casal era integralmente do canal de games que ambos administram no YouTube, com quase 2 milhões de inscritos. “Não fomos para trabalhar, fomos para viver”, conta Junior.

A pandemia, no entanto, transformou o padrão de vida. A monetização das plataformas caiu drasticamente, e o brasileiro começou a atuar como entregador para complementar a renda. A oportunidade de morar na Islândia veio com o convite de um primo da mulher, que havia conseguido trabalho temporário em um hotel. Ao saber o salário, não pensaram duas vezes.

Mirelle, com cidadania italiana, foi a primeira a conseguir uma vaga no país por meio de um site de emprego. Saíram da cidade portuguesa Viseu para Reykholt, localidade com apenas 280 habitantes. Junior foi contratado no mesmo local, uma espécie de complexo que reúne hotel, restaurantes, espaço de conveniência e loja de roupas e acessórios. Em Portugal, o profissional recebia em torno de 700 euros (cerca de R\$ 3.800). Na Islândia, a remuneração foi para cerca de 2.800 euros (ou R\$ 15,3 mil).

À primeira vista, a rotina de trabalho não parece tão diferente da praticada no Brasil. A jornada é das 10h às 18h. Mas, para além da barreira do idioma, há um detalhe curioso: “Saio de noite e volto de noite. Às vezes, são 24 ho-



*Saio de noite e
volto de noite.
Às vezes, são 24
horas de noite.”*

Junior Guimarães,
youtuber

ISLÂNDIA

ras de noite”, diz Junior. “Muitas vezes, a estrada está fechada por causa da neve. Já aconteceu de não poder trabalhar ou ter de ir mais cedo porque havia previsão de vento ou de neve mais forte.”

Adaptação cultural

Há nove anos na Islândia, a empresária Anne Litla, de 36 anos, saiu de João Pessoa, na Paraíba, ao lado do marido islandês, em busca de um sistema de ensino adequado para o filho de 6 anos com diagnóstico de TDAH.



Você chegou aqui e já está em outro mundo. Tudo é muito diferente, desde a alimentação até como as pessoas se comportam no dia a dia.”

Anne Litla
empresária

A adaptação não foi fácil. Anne já tinha visitado o país algumas vezes, mas a mudança foi um choque tanto para ela quanto para a família do seu companheiro. A empresária lembra das diferenças culturais, como a estranheza dos islandeses ao ver brincos em sua filha recém-nascida, ou a prática de deixar bebês dormindo ao ar livre no meio do frio. “Você chegou aqui e já está em outro mundo. Tudo é muito diferente, desde a alimentação até como as pessoas se comportam no dia a dia”, conta.

Essa adaptação também se estendeu à vida profissional. Inicialmente, Anne trabalhou na pousada da família do marido, mas com o tempo resolveu abrir o próprio negócio. Sua loja, especializada em fantasias e produtos infantis, começou em casa e se expandiu para a capital, Reykjavik.

ISLÂNDIA

Igualdade salarial na Islândia surpreende

Outro aspecto que surpreendeu a brasileira foi a igualdade salarial. Não importa se a pessoa trabalha como caixa de supermercado ou em uma loja, os salários são parecidos e só mudam um pouco com carreiras diferentes, como na área de TI.

Conforme a pessoa avança na carreira e o salário aumenta, também passa a pagar mais impostos. Assim, a disparidade salarial não é tão evidente. A ilha é considerada a nação com a melhor distribuição de renda em uma lista de 44 países, conforme levantamento da Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Econômico (OCDE).

“Ao chegar à Islândia pela primeira vez, é estranho não conseguir distinguir quem tem dinheiro de quem não tem. A diferença não é muito evidente, porque todo mundo vive de forma semelhante”, conta Anne.

Ela diz que a média salarial lá é de cerca de 2.800 coroas islandesas por hora, o que dá 18,6 euros por hora (cerca de R\$ 103). Considerando uma jornada diária de 8h, com 22 dias de trabalho por mês, o valor mínimo pode chegar a R\$ 18 mil brutos.

A Islândia frequentemente enfrenta tremores e risco de erupção de vulcões, mas isso não preocupa Anne e se tornou parte da rotina. “Nunca pensei sobre isso antes de vir morar aqui.”

Imigrantes na Islândia têm contrato de trabalho temporário

A maioria dos contratos de imigrantes é temporária. O de Junior Guimarães é indeterminado. Ele recebe por hora trabalhada. Durante o verão, costuma ter uma jornada de 9 horas por dia e faz hora extra. Nesse período, a renda é um pouco maior. Ainda assim, não é possível cravar o valor exato. “Não tem um mês fixo. Às

R\$ 103

é o valor da hora
de trabalho no
país (2800 coroas
islandesas)

ISLÂNDIA

vezes, também pedimos folgas para fazer algumas coisas”, explica.

A questão financeira é a principal razão para permanecerem no país europeu. Porém, algumas características devem ser levadas em consideração, avalia o brasileiro. “Tem gente que gosta de uma vida mais calma, não se importa com a ausência do sol. Algumas pessoas sentem muito isso. Mas aqui se ganha muito bem, então é mais fácil juntar dinheiro para poder ir para outro lugar”, afirma.

Além do salário vantajoso, a empresária Anne Litla comenta que há uma abordagem mais flexível em relação ao trabalho, com a valorização do tempo de descanso e da qualidade de vida. “Os islandeses não se sobrecarregam de trabalho. Durante o dia, eles têm várias pausas para tomar café, criando um ambiente muito mais relaxado.”

Quanto custa morar na Islândia?

Na mesma medida que a remuneração é superior em relação a outros países europeus, o custo de vida na ilha remota é significativamente maior do que a cidade de São Paulo, por exemplo.

O aluguel em Reykjavik, capital da Islândia, é, em média, 189,8% maior do que na capital paulista, conforme informações do Numbeo, site especializado.

Confira o preço de alguns itens em Reykjavik (em 2023):

R\$ 17,99

Pão branco fresco (500g)

R\$ 94,20

Filé de frango (1kg)

R\$ 78,22

McDonald's (ou refeição combinada equivalente)

R\$ 8.650,29

Aluguel de apartamento (1 quarto) no centro da cidade

ISLÂNDIA

SERVIÇO

Saiba como encontrar vaga de emprego na Islândia

BRUNA KLINGSPIEGEL E JAYANNE RODRIGUES

A Islândia é considerada o país mais amigável do mundo para os imigrantes, segundo o Índice de Aceitação da Gallup. A ilha alcançou a marca de 60 mil estrangeiros em 2022. Destes, pelo menos 240 são brasileiros, segundo dados do Ministério das Relações Exteriores. Se interessou por lá? Saiba como encontrar vagas de emprego no país que tem 15% do território formado por geleiras e mais de 20 vulcões ativos.

Os salários são de no mínimo R\$ 15 mil brutos, em média, segundo brasileiros que moram lá, mas os impostos e o custo de vida são altos. Em 2018, a Islândia alcançou um feito histórico: a criação de uma lei que exige a igualdade de salários entre homens e mulheres. Embora o país tenha sido pioneiro em todo o mundo, a lei ainda não foi capaz de equiparar por completo os ganhos. Apesar disso, o país lidera o ranking do Fórum Econômico Mundial com a maior igualdade de gênero.

Valorização da língua local

Anne Litla mora no país há 9 anos e afirma que a Islândia é receptiva a trabalhadores estrangeiros, mas pode ser desafiador encontrar empregos em escritórios. Ela explica que a língua pode ser uma barreira, mas muitos islandeses falam inglês, facilitando a adaptação. Aprender islandês, no entanto, é importante para uma integração mais completa.

“Eles são bem firmes em relação à língua. Você não terá dificuldade em vir para cá só falando inglês. Você consegue trabalhar, mas no dia a dia você pode sofrer para ir ao mercado ou resolver coisas mais técnicas”, diz.

ISLÂNDIA

Existem diversas opções de cursos de islandês disponíveis, muitos dos quais são gratuitos e online, permitindo que futuros residentes comecem a aprender o idioma antes mesmo de seguir para lá. Um dos exemplos é o Icelandic Online, da Universidade da Islândia. No momento em que for concorrer a uma vaga verifique se há exigência de falar a língua islandesa.

ONDE ENCONTRAR VAGAS?

É possível permanecer na Islândia por 90 dias sem solicitar visto. No entanto, depois de encontrar um emprego, é preciso fazer o pedido do documento para o governo.

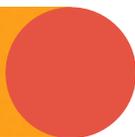
Pesca, indústria alimentícia, de alumínio e processamento de produtos marítimos e de lã são as atividades predominantes no país. Outras profissões também ganharam evidência nos últimos anos para imigrantes, segundo a plataforma global de empregos Indeed:

- **Comércio atacadista e varejista, armazenagem, restaurantes e hotelaria**
- **Construção e engenharia civil**
- **Turismo**
- **Administração pública, saúde e serviços sociais**
- **Serviços de manufatura, mineração, operações de serviços públicos e gerenciamento de resíduos**
- **Tecnologia da informação e telecomunicações**
- **Negócios imobiliários**
- **Alfredo:** A plataforma é uma das opções para mapear vagas no país europeu. O site é voltado exclusivamente para o mercado de trabalho islân-

dês. O candidato consegue filtrar por localização, área de atuação e modelo de trabalho (tempo integral, meio período, emprego de verão, temporário, voluntário e apenas no Natal).

● **Job.is:** Outro site de empregos famoso no país. Ele também oferece vários filtros para a busca de vagas, permitindo que os usuários refinem as pesquisas de acordo com suas preferências e necessidades. Os filtros incluem categorias de emprego, como saúde, educação, serviços técnicos, entre outros, além de opções de tipo de contrato (tempo integral, meio período, etc.). Também é possível pesquisar por localização, facilitando a busca de empregos em regiões específicas da Islândia.

OPINIÃO



Por que o jovem brasileiro quer se mudar do País?

BRUNO SOLLER*

Se há um consenso que congrega bolsonaristas e lulistas das camadas mais jovens da população é a vontade de abandonar o País. A completa falta de crença na melhoria da situação brasileira faz com que muitos jovens, independentemente da classe social, sonhem em buscar oportunidades em outras nações. Salários baixos, medo da violência e pouca qualidade de vida são os elementos que mais motivam o brasileiro a querer emigrar. Nem mesmo o medo da xenofobia, crescente em várias partes do mundo, parece ser um empecilho para o planejamento de muitos, que garantem estar economizando recursos para conseguir partir rumo a uma nova vida.

Um levantamento exclusivo feito pela RealTime Big Data ao blog De Dados em Dados, do **Estadão**, mostra que 67% dos brasileiros entre 16 e 35 anos sairiam do Brasil se pudessem. Segundo a pesquisa, que ouviu 1.000 pessoas entre 16 e 35 anos em 117 cidades de todo o Brasil, 18% admitem estar decididos a buscar alternativas no exterior ainda em 2024. São números assustadores e crescentes.

OPINIÃO

Em uma pesquisa nomeada Branding Brasil, de 2022, o número era de 55%. A mudança governamental impulsionou eleitores identificados com o bolsonarismo a quererem buscar guarida em outros países. Mesmo com toda a propaganda nacionalista do governo Bolsonaro, que utilizou de elementos nacionais, como as cores da Bandeira, o próprio pavilhão e a camisa da Seleção Nacional de Futebol, a realidade se impõe de maneira mais forte na hora da decisão.

Antes apenas desejo das classes mais endinheiradas, que viam no exterior a possibilidade de conseguir melhor educação e formação para os filhos, a emigração brasileira mudou completamente de perfil. A maioria dos jovens que querem se aventurar no estrangeiro é das classes C1 e C2 e eles vislumbram trabalhos que não exijam qualificação universitária. Estados Unidos e Portugal são as terras prometidas para esse público. Experiências anteriores de amigos e familiares dão segurança para que se arrisquem nesses países.

Apesar dos números divulgados pelo governo Lula, de controle inflacionário, de aumento no número de empregos, o concreto é que tudo parece uma grande quimera. A população não sente essa melhora, e 71% dos entrevistados não viram mudanças positivas em suas vidas financeiras neste ano. Os custos dos alimentos e de serviços básicos, como luz, gás de cozinha e combustível, são os vilões dessa história. Essa percepção não atinge só a população, mas escancara o descontentamento do mercado financeiro com a gestão atual que, segundo pesquisa Quaest, mostra que 90% dos economistas, analistas e tomadores de decisão do segmento acreditam que o País caminha para o rumo errado.

O acúmulo de maus resultados econômicos desde o governo Dilma Rousseff tem gerado desesperança nas pessoas. O retorno de Lula acendeu uma chama em brasileiros que tinham uma lembrança positiva de seu período, mas que até agora não conseguiram enxergar mudanças substanciais em suas vidas e viram o desejo de

**LEVANTAMENTO
DO REALTIME BIG
DATA MOSTRA
QUE 67% DOS
BRASILEIROS ENTRE
16 E 35 ANOS SAIRIAM
DO BRASIL SE
PUDESSEM**

OPINIÃO

voltar a comer picanha e tomar sua cervejinha, promessa eleitoral de Lula, ainda não concretizado. Uma quebra de expectativas, que tem feito a defesa do governo diminuir.

Com a falta de empregos formais que seduzam os jovens, muitos têm partido para uma alternativa: os aplicativos de entrega e de transporte. Com uma certa autonomia de horários, os jovens conseguem mesclar atividades e buscar uma renda para sobreviverem nesse cenário econômico ruim. A tentativa do governo de regulamentar essas atividades, no entanto, tem causado profunda irritação na maioria

dos trabalhadores de aplicativos. Apesar da defesa de direitos trabalhistas, a possibilidade de ganhos menores tem levado muitos desse público a buscar oportunidades fora.

**SALÁRIOS
BAIXOS, MEDO DA
VIOLÊNCIA E POUCA
QUALIDADE DE VIDA
SÃO ELEMENTOS
QUE MOTIVAM O
BRASILEIRO
A EMIGRAR**

Há que se entender que os péssimos serviços de saúde, educação, transporte e segurança não seduzem o brasileiro a pagar mais impostos. Há uma ideia de perda. Quando se demora 6 meses para conseguir uma consulta ou a marcação de um exame, anos para uma cirurgia, muitos cidadãos têm recorrido a clínicas populares, pagando novamente por um serviço em nome de certa agilidade.

Creches clandestinas em bairros têm sido alternativa para as mães que precisam trabalhar e não conseguem vagas nas estruturas municipais, gerando mais um custo para o seu cotidiano.

Os ônibus, lotados e perigosos, têm sido substituídos por aplicativos de transporte, caronas pagas e até mesmo mototáxis irregulares, que custam mais, mas geram mais conforto. Com a rotatividade de empregos na área dos serviços, cada vez menos o brasileiro quer garantias trabalhistas e mais dinheiro limpo sobrando no bolso.

Para 65% dos entrevistados no estudo Branding Brasil, o brasileiro consegue se reerguer após qualquer dificuldade. Essa resiliência mostra um povo capaz de se adaptar a qualquer realidade para sobreviver. Os fluxos migratórios internos, em

OPINIÃO

um país continental, são uma explicação para isso. Um cearense de Quixadá, que vive num clima semiárido, consegue se estabelecer em Curitiba, no Paraná, com clima subtropical e com estações de outono e inverno secas e frias.

De certa forma, isso ajuda o emigrante brasileiro a se convencionar às mais diferentes culturas e ambientes. O motivador financeiro tem levado parte desse contingente para países vizinhos que estão em franca expansão econômica. O Paraguai tem sido um destino muito procurado por jovens, que conseguem emprego, bons locais de formação e a custo acessível, vida barata e energia abundante e em conta. É o terceiro destino mais procurado por brasileiros.

Estados Unidos, Portugal, Paraguai, Reino Unido e Japão são, em ordem, os cinco destinos prioritários dos brasileiros. Se os emigrantes fossem um Estado, seriam o décimo terceiro mais populoso do Brasil. O fluxo de expatriados só tende a aumentar, e isso mostra muito sobre como o País se encontra e a baixa perspectiva de futuro que se tem.

Na briga política pelo poder, esqueceu-se do mais fundamental: as pessoas. Não há governo ruim, na democracia, que consiga manobrar o desejo popular. Se o país não reagir após uma década de maus resultados, a incidência dos que pretendem abandoná-lo só tende a crescer. O orgulho de ser brasileiro, bradado outrora em cânticos de estádio de futebol, pode até não esmorecer, mas estar no Brasil nem sempre será bom. Cada jovem brasileiro que sai é um possível talento que o País desperdiça. Para construir o futuro, urge olhar para o presente e reverter um quadro de desesperança que assola os construtores desse amanhã.

SE O PAÍS NÃO
REAGIR APÓS UMA
DÉCADA DE MAUS
RESULTADOS,
O NÚMERO DOS
QUE PRETENDEM
ABANDONÁ-LO SÓ
DEVE CRESCER

* **Bruno Soller** é estrategista eleitoral. Especializado em pesquisas de opinião pública, é graduado em Relações Internacionais pela PUC-SP, com especialização em Comunicação Política pela George Washington University. Trabalhou no governo federal, Câmara dos Deputados e Comissão Europeia.

LEIA MAIS

- **Emprego na Alemanha: saiba onde e como conseguir informações para trabalhar na Europa**

<https://www.estadao.com.br/economia/sua-carreira/emprego-alemanha-onde-procurar/>

- **Salário médio é de R\$ 12 mil na Itália; brasileiros contam como é viver e trabalhar lá**

<https://www.estadao.com.br/economia/sua-carreira/italia-trabalhar-viver-imigrar/>

- **Quer trabalhar nos EUA? Saiba quais áreas têm mais oportunidades e como entrar no mercado**

<https://www.estadao.com.br/economia/sua-carreira/como-trabalhar-nos-estados-unidos/>

- **Quais são os países preferidos por brasileiros para trabalhar? Conheça os dez mais citados**

<https://www.estadao.com.br/economia/sua-carreira/portugal-trabalhar-no-exterior-carreira-estrangeiros-boston-consulting-group-nprei/>

- **Brasileira conta como é trabalhar em um navio de expedição turística na Antártida**

<https://www.estadao.com.br/economia/sua-carreira/antartida-trabalhar-navio-turismo-expedicao/>

LEIA MAIS

- **Veja ranking dos 10 melhores países para viver após parar de trabalhar**

<https://www.estadao.com.br/economia/sua-carreira/aposentadoria-2024-melhores-lugares-viver/>

- **Viajar pelo mundo ganhando em dólar: brasileiros contam como é trabalhar em cruzeiros internacionais**

<https://www.estadao.com.br/economia/sua-carreira/como-trabalhar-cruzeiro-na-vo-quanto-ganha/>

- **Cinco dos dez melhores países para viver após parar de trabalhar ficam na América; veja lista**

<https://www.estadao.com.br/economia/sua-carreira/onde-melhor-pais-do-mundo-aposentadoria-indice-anual-global-aposentadoria-revista-international-living-2024-custo-de-vida-assistencia-medica-infraestrutura-nprei/>

- **Itália tem novo visto para nômades digitais; veja regras e como funciona**

<https://www.estadao.com.br/economia/sua-carreira/italia-novo-visto-nomades-digitais-regras-como-funciona-entenda-home-office-trabalho-remoto-nprei/>

- **Canadá, Dubai, Irlanda, Malta: qual o melhor custo-benefício para intercâmbio**

<https://www.estadao.com.br/economia/sua-carreira/intercambio-custo-beneficio/>



O ESTADO DE S. PAULO