



PERTENCIMENTO, SAÚDE MENTAL E IDENTIDADE NA EXPERIÊNCIA MIGRATÓRIA

PERTENENCIA, SALUD MENTAL Y IDENTIDAD
EN LA EXPERIENCIA MIGRATORIA

BELONGING, MENTAL HEALTH AND IDENTITY
IN THE MIGRATORY EXPERIENCE

July Jyotsna Seixas Manghirmalani¹
Bruno Medeiros²

RESUMO: O processo de estabelecimento em novas sociedades traz consigo adaptações, perdas, naturalizações, assimilações e outros métodos de aculturação desses sujeitos que se dividem em mais de uma cultura. Por meio da Análise Temática (Clarke & Braun), esse artigo apresenta os levantamentos realizados por uma pesquisa qualitativa de caráter exploratória, que visa identificar e explorar os fatores psicossociais que produzem e/ou contribuem para a emergência e potencialização de sofrimento psíquico decorrentes de processos migratórios. A pauta migratória e intercultural discorre sobre conhecimentos multidisciplinares que abarcam compreensões sociais e históricas que impactam a cerne psicológica. A justificativa se dá pela busca de adensamento de materiais investigativos sobre esse tópico em pesquisas universitárias na busca de preencher essa lacuna ainda tão pouco referenciada, principalmente ao pensar que muitas pessoas viventes no Brasil possuem origens recentes de imigração.

PALAVRAS-CHAVE: Saúde Mental; Interculturalidade; Aculturação; Imigração;

RESUMEN: El proceso de establecimiento en nuevas sociedades trae consigo adaptaciones, pérdidas, naturalizaciones, asimilaciones y otros métodos de aculturación de estos sujetos que se dividen en más de una cultura. A través del análisis temático (Clarke & Braun), este artículo presenta las encuestas realizadas por una investigación cualitativa de un carácter exploratorio, el cual tiene como objetivo identificar y explorar los factores psicossociales que producen y/o contribuyen a la aparición y mejora del sufrimiento psíquico que surge de los procesos migratorios. La agenda migratoria e intercultural analiza el conocimiento multidisciplinario que abarca la comprensión social e histórica que afectan el núcleo psicológico. La justificación se debe a la búsqueda del engrosamiento de los materiales de investigación sobre este tema en la investigación universitaria en busca de llenar este vacío que aún se hace referencia, especialmente al pensar que muchas personas vidas en Brasil tienen orígenes recientes de inmigración.

PALABRAS CLAVE: Salud mental; Interculturalidad; Aculturación; Inmigración;

ABSTRACT: The process of settling in new societies entails adaptations, losses, naturalizations, assimilations, and other methods of acculturation experienced by individuals who navigate more than one culture. Through Thematic Analysis (Clarke & Braun), this article presents findings from an exploratory qualitative study aimed at identifying and examining the psychosocial factors that generate and/or contribute to the emergence and intensification of psychological distress resulting from migratory processes. The themes of migration and interculturality encompass multidisciplinary knowledge that includes social and historical understandings with a direct impact on psychological experiences. This study is justified by the need to expand the body of investigative material on this topic within academic research, seeking to address a still underexplored gap – especially considering that many individuals living in Brazil have recent immigration backgrounds.

KEYWORDS: Mental Health; Interculturality; Acculturation; Immigration;

¹ Estudante de Psicologia pela Universidade Cruzeiro do Sul, possui mestrado em Imagem e Som pela Universidade Federal de São Carlos, bacharel em Audiovisual pelo Centro Universitário Senac e graduação em Design Gráfico pela Escola Panamericana de Artes e Design. julymalani@gmail.com

² Doutor em Psicologia pela Universidade de Cambridge, Reino Unido, com mestrado em Psicologia Social e do Desenvolvimento pela mesma instituição. Possui também mestrado em Psicologia Social pela Universidade Federal da Paraíba, graduação em Psicologia e licenciatura em Psicologia pelo Centro Universitário de João Pessoa. brunojp@hotmail.com



1 INTRODUÇÃO

Os movimentos migratórios contemporâneos configuram um dos principais fenômenos sociopolíticos do século XXI. Decorrentes de um processo histórico global marcado pela colonização, pela consolidação do capitalismo e pela expansão neoliberal, tais deslocamentos forçados ou voluntários tornaram-se componentes estruturais das dinâmicas internacionais (Singer, 1998). A globalização, ao mesmo tempo em que conecta territórios, acirra desigualdades históricas e assimetrias culturais, criando tensões entre pertencimento e exclusão, entre acolhimento e rejeição. No contexto brasileiro, que se apresenta historicamente como país de imigrantes, esses deslocamentos colocam em evidência a complexidade da integração social, especialmente quando marcados por fatores como raça, gênero, religião e classe social.

Sujeitos migrantes enfrentam não apenas desafios materiais e jurídicos, mas também deslocamentos simbólicos e subjetivos que afetam diretamente sua saúde mental. Ao serem inseridos em contextos culturais distintos, precisam reorganizar narrativas identitárias, ressignificar vínculos e desenvolver estratégias de pertencimento frente a um novo tecido social (Hall, 2011). A psicologia, neste cenário, surge como um campo teórico e prático capaz de compreender esses atravessamentos psicossociais, oferecendo marcos para a análise das tensões entre adaptação, aculturação e sofrimento (Dantas, 2012).

Com base nas contribuições de autores como Stuart Hall (2011), Homi Bhabha (1998) e Sylvia Dantas (2012), compreende-se que o sujeito em diáspora se encontra em constante negociação identitária. A experiência migratória não implica apenas o abandono de um território físico, mas também de quadros referenciais simbólicos e afetivos que sustentam a identidade e o senso de pertencimento. Tais rupturas, especialmente quando atravessadas por processos de xenofobia, racismo e negação cultural, podem produzir quadros significativos de sofrimento psíquico, como ansiedade, depressão, insônia, sentimentos de marginalização, além de impactos na autoestima e na coesão subjetiva (Berry et al., 1992; Dantas et al., 2010).

O presente estudo tem como base a pesquisa desenvolvida no âmbito do projeto de Iniciação Científica da Universidade Cruzeiro do Sul, realizada entre 2023 e 2024, sob a orientação da professora Dra. Tátilla Brito e do professor Dr. Bruno Medeiros. A investigação teve como objetivo identificar e analisar os fatores psicossociais que contribuem para a emergência e intensificação do sofrimento psíquico entre migrantes de primeira geração residentes no Brasil. Trata-se de uma pesquisa qualitativa de caráter exploratório, fundamentada em entrevistas semiestruturadas conduzidas com onze participantes de diferentes nacionalidades e contextos socioculturais. A análise dos dados foi realizada por meio da técnica

de Análise Temática (Braun & Clarke, 2006), que possibilitou a identificação de padrões discursivos presentes nas narrativas individuais.

Essa escolha metodológica permitiu uma escuta atenta e sensível das trajetórias migratórias, considerando a singularidade das vivências, ao mesmo tempo em que possibilitou a construção de eixos analíticos coletivos que evidenciam os desafios da integração, os mecanismos de exclusão e as estratégias de enfrentamento utilizadas pelos sujeitos. A Análise Temática, neste contexto, mostrou-se adequada para compreender os efeitos emocionais e identitários da migração, permitindo um diálogo profícuo entre teoria e experiência, entre literatura científica e subjetividade apresentada.

2 IDENTIDADE E ACULTURAÇÃO - BASE TEÓRICA

A compreensão dos processos de identidade e aculturação é fundamental para analisar as experiências subjetivas de pessoas em situação migratória. Ao transitar entre diferentes contextos socioculturais, o indivíduo se depara com tensões, negociações e ressignificações identitárias, que envolvem tanto a manutenção de referências culturais de origem quanto a adaptação a novas normas e valores. Nesse sentido, as teorias da aculturação e da construção social da identidade oferecem subsídios importantes para refletir sobre os impactos psicossociais da migração e os modos como esses sujeitos constroem pertencimentos múltiplos e dinâmicos.

2.1 Psicologia Intercultural e Saúde Mental

A divisão internacional do trabalho, intensificada após a industrialização capitalista e sobretudo no pós-Segunda Guerra Mundial, provocou uma reestruturação global das forças produtivas. A terceirização da produção em países periféricos ou anteriormente colonizados redefiniu os direitos trabalhistas e acentuou formas de precarização. Nesse contexto de globalização e grandes fluxos migratórios, ocorrem não apenas transformações econômicas e políticas, mas também reconfigurações simbólicas nas representações sociais dos sujeitos em deslocamento (Singer, 1998).

A interculturalidade, nesse cenário, refere-se aos processos dinâmicos de troca, assimilação e transformação cultural que emergem nas vivências migratórias. Para compreender tais processos, a Psicologia Intercultural mobiliza contribuições de diferentes campos do saber, como antropologia, sociologia, história e ciências políticas, e propõe uma crítica ao paradigma

eurocêntrico que historicamente estruturou os estudos psicológicos. Como destaca Sylvia Dantas (2012), a cultura não é estática nem hereditária, mas um processo histórico e relacional que se constrói e reconstrói constantemente, sobretudo em contextos de deslocamento. A saúde mental, por sua vez, é atravessada por esses marcos culturais: diferentes sociedades constroem distintos modos de significar o bem-estar e o sofrimento, determinando também os limites do que se entende por adoecimento.

Pessoas migrantes, mesmo aquelas que não enfrentam vulnerabilidade socioeconômica extrema, frequentemente encontram barreiras para satisfazer suas necessidades básicas. Como demonstram Dantas, Santana e Zaia (OIM, 2022), há fatores de proteção e de risco a serem considerados:

FATORES DE PROTEÇÃO	Resiliência; Oportunidades; Recursos Materiais e Financeiro; Educação Superior.
FATORES DE RISCO	<p>Pré-migração: Exposição à guerras e perseguições, dificuldades econômicas;</p> <p>Viagem e Trânsito: Eventos e ameaça à vida, problemas físicos, tráfico humano;</p> <p>Chegada: Residir em um país de destino reconhecido como transitório, pobreza;</p> <p>Integração: Pobreza, problemas de regularização dos documentos, isolamento social, desemprego, ameaça de retorno involuntário.</p>

É fundamental, portanto, que a avaliação psicológica de migrantes se dê de forma ética e contextualizada, evitando a patologização das experiências de deslocamento e trauma. Nesse sentido, Santana (*in* Dantas et al., 2022) propõe áreas prioritárias para a promoção da saúde mental desse público, como o fortalecimento de redes sociais, a mediação cultural, o acesso aos direitos e a qualificação dos profissionais de saúde. O trabalho psicossocial, ultrapassa o atendimento individual e demanda o envolvimento da sociedade como um todo na criação de estruturas de acolhimento. Isso inclui vínculos comunitários, acesso à educação e inserção profissional, além de políticas que reconheçam os direitos e saberes dos grupos migrantes. Falar da migração como fator potencial de sofrimento psíquico não significa reduzi-la ao trauma, mas reconhecer os impactos que contextos hostis e excludentes podem exercer sobre os corpos e subjetividades em trânsito.

2.2. Desenvolvimento de identidade psicossocial

A crise de identidade, segundo Stuart Hall (2011), emerge da fragmentação do sujeito moderno diante da instabilidade das referências culturais que outrora sustentavam sua coerência social. Em um mundo marcado por múltiplas influências, as identidades se tornam fluídas, contraditórias e constantemente renegociadas.

Na psicologia do desenvolvimento, Erik Erikson (1968) compreende a identidade como um processo psicossocial que articula os mundos interno e externo, sendo construída a partir do comprometimento com valores, crenças e metas que dão coesão ao *self*. James Marcia (1966, 1980 *apud* Papalia; Martorell, 2022) aprofunda esse modelo ao propor quatro estados de identidade: difusão, execução, moratória e realização. Esses estados variam conforme a presença ou ausência de crise e de compromisso, e não são fixos, ou seja, os sujeitos podem transitar entre eles ao longo da vida.

Jean Phinney (1998) adapta essa teoria ao desenvolvimento da identidade étnica, observando que sujeitos pertencentes a grupos minoritários enfrentam especificidades no processo de identificação. A consolidação de uma identidade étnica realizada, resultado do enfrentamento da crise e da valorização de suas origens está associada a benefícios importantes, como autoestima elevada, maior bem-estar e menor vulnerabilidade a sintomas depressivos. Conforme afirmam Papalia e Martorell (2022), o fortalecimento do pertencimento étnico favorece a saúde física e mental, especialmente em contextos de discriminação e assimetria cultural. No entanto, a construção dessa identidade é frequentemente desafiada pela estigmatização e pelas barreiras de aceitação por parte de grupos hegemônicos, o que reforça a importância de políticas e práticas que valorizem a diversidade cultural.

2.3. Aculturação

A aculturação é um conceito que descreve vias de ressocialização de sujeitos em novas sociedades. Esse processo complexo trata das formas de adaptação cultural advindas de teias complexas de negociação da própria identidade com novas expectativas sociais. Com isso, estressores como diferentes hábitos e vivências, métodos educacionais divergentes para criação dos filhos, traumas intergeracionais, fatores de gênero, entre outras questões de caráter cultural, atravessam pessoas imigrantes, que precisam "lidar com um duplo quadro de referência, de sentido e pertencimento, cotidianamente" (Dantas et al, 2010, p. 49).

Para entender os sofrimentos causados por processos migracionais, a Psicologia Intercultural utiliza dois conceitos-chave para a investigação: a aculturação psicológica e o estresse de aculturação. A aculturação fala sobre fenômenos ocasionados pela interação direta e contínua de sujeitos de diferentes culturas que acarretam mudanças estruturais através de um processo de assimilação de uma outra cultura, ou seja, a ressocialização em forma de aculturação. (Dantas, 2012)

Seguindo os pensamentos de Marcia (1980) e Phinney (1998), a psicóloga Sylvia Dantas (2012) descreve quatro variedades desse processo, no qual as polaridades estão entre a aproximação e o distanciamento do referencial cultural matriz com a cultura agora inserida. Esses são:

1. Assimilação: a estratégia de cooptação com uma nova cultura.
2. Separação: com grande vínculo pela cultura originária, há dificuldade intensa de se inserir em uma nova cultura.
3. Integração: método de manutenção da cultura primária enquanto converge com uma nova cultura.
4. Marginalização: ocorre quando há pouco interesse ou possibilidade de manutenção da cultura matriz, mas também pouca vontade ou oportunidade de entrar em contato com novas culturas. Nesse caso, o sujeito muitas vezes fica entre conflitos pessoais e sociais de ordens culturais.

Uma mudança cultural pode gerar níveis profundos de dissociação e sofrimento. Nesse sentido, o conceito de estresse de aculturação refere-se ao tempo e processo da aculturação em si, em que há possibilidades de abalos graves na saúde mental, tais quais

aumento da ansiedade, depressão, sentimentos de marginalização e alienação, aumento de sintomas psicossomáticos, confusão identitária. O estresse de aculturação exerce influência na saúde dos indivíduos, portanto, em vários aspectos: físico, psicológico e social. Importante ressaltar, no entanto, que este será maior ou menor dependendo de uma série de fatores pessoais e situacionais (Dantas, 2012, p. 119).

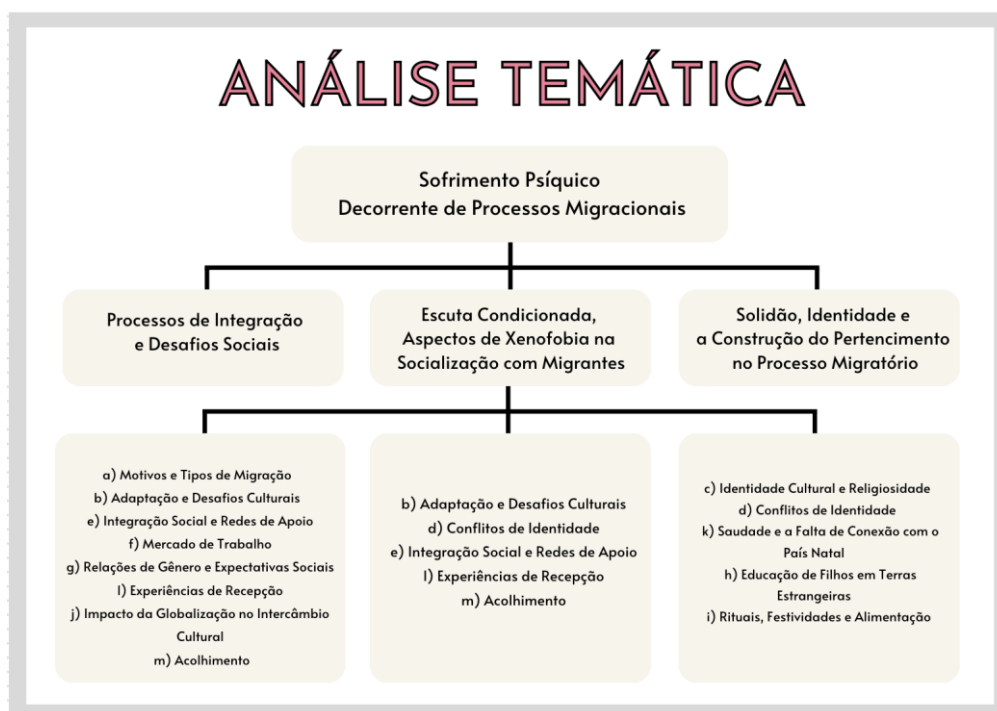
Processos traumáticos como perda de habitação, cidadania, vínculos familiares, representações e outros quadros simbólicos culturais, tão importantes para compreensão de sofrimentos mediados pelas questões sociais, são alguns dos temas que a Psicologia Intercultural observa e investiga. Portanto, a proposta desse projeto foi a identificação de fatores psicossociais que contribuem para potencialização de sofrimento em imigrantes e, por fim, apontar possíveis

lacunas e demais necessidades de pesquisas sobre o tema que se encontra necessário em tempos contemporâneos.

3 ANÁLISE TEMÁTICA

Participaram da pesquisa onze pessoas dos países de origem: Índia (2), Venezuela (1), Coreia do Sul (1), Síria (1), China (2), Líbano (1), Cuba (1), Chile (1), Nigéria (1); com idades entre 24 e 82 anos; com tempo de estadia no Brasil de 06 a 60 anos; dez residentes do Estado de São Paulo e uma residente do Distrito Federal; sendo três homens cisgêneros e oito mulheres cisgênero, destes, nove pessoas se identificam como heterossexuais, uma homossexual e uma pansexual; no momento da entrevista, descreveram-se dois solteiros, uma viúva e oito casados; em autodeclaração racial, uma pessoa se identifica como “branca”, duas como “preta”, uma como “parda”, três como “amarela” e três como “outros”; oito possuem Ensino Superior Completo, duas Ensino Médio Completo e uma Ensino Médio Incompleto; 27,3% encontram-se nas classes B, C e D, cada, e 9.1% nas classes A e E, respectivamente.

Na etapa de identificação de temas, foi necessário unir códigos e categorizações utilizados ao longo das leituras das entrevistas e que estão interligados na experiência desses migrantes, para formular os possíveis impactos na saúde mental referente ao deslocamento que viveram. Os temas definidos foram:



3.1 Desafios sociais nos processos de integração

Os dados da pesquisa revelam que o processo de integração de migrantes de primeira geração no Brasil é atravessado por assimetrias estruturais que impactam diretamente sua saúde mental. Os participantes relataram barreiras como o idioma, diferenças culturais, preconceito, insegurança e experiências interseccionais de discriminação racial, religiosa, de gênero e sexualidade.

Idioma e isolamento cultural aparecem como os principais obstáculos iniciais. A maioria dos entrevistados afirmou que a falta de domínio do português dificultou desde ações cotidianas até a inserção no mercado de trabalho e a construção de vínculos afetivos. Migrantes oriundos de países cuja língua materna não tem raízes latinas enfrentam ainda mais dificuldades, especialmente diante da pouca presença de outras línguas (como o inglês) no cotidiano e histórico colonial brasileiro.

As diferenças culturais, como expressões físicas de afeto, causam incômodos e conflitos de valores e esse contexto foi relatado pela maioria dos participantes de origens externas à América Latina. Mulheres de países asiáticos e muçulmanas relataram desconforto com gestos comuns na cultura brasileira, como abraços e beijos entre desconhecidos, frequentemente sem abertura da sociedade local ao diálogo intercultural. Esses relatos apontam para uma integração pautada na assimilação forçada e não em trocas recíprocas.

A islamofobia foi apontada como um fator relevante de sofrimento psíquico, especialmente por mulheres muçulmanas visivelmente identificáveis pelo uso do véu. Os relatos indicaram experiências de hostilidade em espaços públicos e estigmatização crescente, associada a estereótipos globais e discursos xenofóbicos. Tal fenômeno reflete o entrelaçamento de preconceitos religiosos, raciais e de gênero. A pesquisadora Francirosy Campos Barbosa (2022) aponta que esse discurso de ódio pode ser visto sob três prismas: racismo, xenofobia e intolerância religiosa, com ênfase nas questões de classe social e gênero. Enquanto homens muçulmanos enfrentam menos visibilidade em relação à islamofobia, as mulheres são as mais vulneráveis, frequentemente sofrendo agressões físicas, sexualização e perda de oportunidades, principalmente se forem mulheres trabalhadoras e que utilizam transportes públicos. Para a pesquisadora, a islamofobia global é impulsionada por quatro fatores principais: a supremacia branca; a xenofobia; os orientalismos europeu e americano; e o imperialismo dos Estados Unidos em países islâmicos.

Depoimentos de experiências de racismo foram apresentados com intensidade por pessoas negras. Episódios sutis e explícitos de exclusão, como evitar sentar ao lado no

transporte público ou o tratamento desigual em trabalhos e instituições, foram apontados como naturalizados socialmente. A percepção de um racismo “maquiado” no Brasil surgiu de forma recorrente, gerando sentimentos de não pertencimento e apartamento social. S. T., nigeriana, com 07 anos no Brasil, relata sua experiência ao chegar no país:

Na Nigéria, nunca foi uma preocupação ser uma mulher negra. Mas quando eu cheguei aqui, percebi que sou diferente. Peguei um ônibus e ninguém quis sentar ao meu lado. [...] Eu sou uma mulher negra retinta, quando alguém me vê, já sabe que essa mulher é negra. Aí, quando eu abro minha boca pra falar, eles já percebem o sotaque. Se for em uma escala, me deixa “olha, essa menina não é brasileira, é africana. Não sou dos Estados Unidos”. Então, entendeu? Aí, já começa esse negócio também. [...] Aí, quando chega aqui no Brasil, vê que eu sou diferente. Eu não queria ser diferente. Aqui no Brasil, o racismo é muito maquiado. É uma coisa de “Não existe racismo”. Quando o Vinícius Júnior sofre racismo, você vê vários brasileiros indo lá atacar a Liga, não sei o quê. O pior racismo é o do Brasil. I'm sorry. Porque aqui, o racismo ninguém lá te chama de macaco, não. Macaco é uma coisa antiga. É só português, Portugal, que vai falar. Aqui no Brasil, o racismo é tão enfiado no nosso dia-a-dia que vocês não percebem.

A burocracia institucional também foi identificada como fonte de sofrimento, sobretudo por participantes com marcadores sociais de grupos minorizados, como negros e pessoas de comunidades LGBTQIAPN+. Alguns referem abordagens discriminatórias por agentes estatais e dificuldades na regularização documental, sentindo-se tratados como suspeitos ou “criminosos”, mesmo quando com documentação em ordem.

Segundo a OIM (2021), mudanças nos papéis e dinâmicas familiares são comuns entre refugiados e migrantes. Gerações mais velhas podem se tornar dependentes de filhos e netos, que, ao aprenderem o idioma local mais rapidamente, assumem o papel de intérpretes. Para Leifert (2022), jovens podem enfrentar responsabilidades extras, como a necessidade de trabalhar para sustentar a família, gerando estresse e conflitos.

Os mais jovens podem viver o aumento da responsabilidade com estresse e raiva pela pressão de sustentar suas famílias, enquanto os idosos podem desenvolver baixa autoestima e sentimento de não pertencer à comunidade, ou sentir-se frustrados e sem função. Por outro lado, essas mudanças na dinâmica também podem estimular os membros da geração mais jovem, levando-os a ser proativos na aprendizagem de novas habilidades necessárias em casa, flexíveis e adaptáveis às mudanças, favorecendo seu amadurecimento e desenvolvimento. (Leifert, 2022)

Em relação à adaptação cultural intergeracional, G.K., de origem indiana, que está no Brasil há 15 anos, relata a dificuldade em equilibrar os valores de sua cultura de origem com a

realidade do cotidiano brasileiro: "Meu filho estuda em uma escola brasileira. Então, ele tem mais contato com a cultura brasileira do que com a indiana que temos em casa. Agora, começa o desafio. Eu preciso ensinar a ele os valores da Índia, mas ao mesmo tempo ele vive a cultura brasileira." Essa dualidade entre manter a identidade cultural e se integrar ao novo ambiente é um desafio recorrente para famílias migrantes, principalmente no contexto escolar, que possui um ensino formal da cultura e idioma, diferente da cultura familiar que não tem reflexos e reiteraões na cultura dominante, tornando-se então escassa de referências e de manutenção, facilitando o descompromisso e rompimento.

A dificuldade com o idioma e os preconceitos culturais são comuns com migrantes em idade escolar, e muitos alunos são rotulados com base em sua origem. Isso pode gerar retração e silenciamento, ocasionando a sensação de desvalorização e exclusão. Além disso, a pressão para abandonar o idioma materno em prol do português pode deslegitimar a cultura familiar e romper laços afetivos. A escola, ao não considerar a diversidade cultural, corre o risco de invisibilizar ou patologizar a identidade migrante, mantendo uma separação entre "nós" e "eles". Um ambiente escolar inclusivo e respeitoso pode ser fundamental para integrar essas crianças e fortalecer sua relação com a própria história e comunidade. (Joia, 2021)

A questão também laboral apareceu como um dos eixos de maior frustração: os participantes trouxeram a dificuldade de exercer suas profissões no Brasil e a conseqüente necessidade de redirecionar seus projetos de vida. Isso afeta diretamente sua autoestima e sensação de propósito, em especial quando há uma desvalorização simbólica do saber profissional trazido do país de origem.

Por fim, foi possível observar um sentimento recorrente de estrangeirismo permanente mesmo entre migrantes residentes há décadas no Brasil. Esse sentimento se traduz em uma percepção de constante deslocamento simbólico: são vistos como "outros" tanto no país de acolhida quanto no país de origem. Esse entre-lugar, que pode ser um espaço de criatividade identitária (Bhabha, 1998), também carrega ambigüidade, insegurança e sofrimento.

D.M., venezuelano, residente há 10 anos no Brasil, reflete sobre a percepção da migração em território brasileiro que, para ele, ainda está muito ligada à ideia de passado histórico e não como uma realidade cotidiana: "Agora, a migração me dá a impressão de que para muitos brasileiros ela é vista como uma origem cultural e não como uma realidade atual. O Brasil é um país que capta migrantes de diversas nacionalidades todos os dias [...]. É um fenômeno que é invisível para muita gente." Pelo relato de D.M., é possível perceber como a falta de informação e conhecimentos sobre as próprias políticas internas brasileiras mascaram muitas relações entre

culturas e suas influências na identidade cultural e nacional, perpetuando estados de estrangeirismo em novos residentes ou descendentes.

A análise mostra que a integração, tal como vivenciada pelos participantes, está longe de ser apropriada. Ela é marcada por exigências de adaptação unilaterais e sustentada por estruturas que reproduzem desigualdades históricas e culturais. Os dados indicam a urgência de políticas públicas que considerem os marcadores sociais da diferença, a escuta qualificada e o acolhimento institucional ético, na busca por evitar retraumatizações e fortalecer o pertencimento de todas, todos e todes.

3.2 Escuta condicionada e barreiras simbólicas à integração social

Um dos principais achados da pesquisa refere-se à escuta condicionada, conceito que emergiu dos dados apresentados sobre como há a tendência do Brasil, como a sociedade de acolhimento a interpretar comportamentos, palavras e aparências dos migrantes por meio de estereótipos prévios, desconsiderando suas singularidades culturais. Esse padrão contribui para experiências de exclusão simbólica e compromete os processos de integração e pertencimento.

Embora os participantes majoritariamente reconheçam a imagem do Brasil como país acolhedor, eles também relataram episódios recorrentes de xenofobia velada, expressa em piadas, exotizações ou comentários que reduzem suas identidades e nacionalidades, religiões ou aparências. Essa ambivalência entre simpatia e alterização estrutural foi observada em todos os relatos. O sotaque foi uma marca identitária frequentemente associada a rejeição, falta de inteligência, infantilização ou deslegitimação social, funcionando como marcador de diferença e provocando constrangimento. Comentários sobre sotaques, erros linguísticos ou “curiosidades” estereotipadas foram relatados como micro agressões que reforçam a sensação de não pertencimento.

Muitos entrevistados identificaram uma tendência à redução de suas culturas a produtos de consumo, como a comida libanesa, os trajes indianos ou o “sofrimento africano”, o que cria imagens rasas e essencializadas, especialmente de países não ocidentais. Essa percepção também apareceu em experiências de idealização ou depreciação de origem, como no caso de mulheres árabes vistas simultaneamente como submissas e perigosas, ou africanos percebidos exclusivamente como pobres ou carentes.

A. Z., libanesa, observa que, ao mencionar sua ascendência, a reação comum é: “Ai, eu adoro comida libanesa!”, revelando uma visão superficial e limitada da sua identidade cultural, fechada unicamente à comida, ou seja, a um produto. Já R. A., refugiada síria, relata experiências

de discriminação explícita, incluindo insultos como “você é mulher de bomba” e situações de exploração financeira simplesmente por ser árabe. Ela comenta que a percepção de árabes no Brasil é muito limitada a dois vieses, ou são extremistas religiosos ou são ricos. Esse tipo de tratamento demonstra como a imagem de determinados grupos é socialmente construída e perpetuada, muitas vezes de maneira negativa e aversiva.

S.T., imigrante nigeriana, compartilha sua frustração ao perceber que a imagem predominante sobre a África é de pobreza extrema, anulando qualquer reconhecimento da diversidade e complexidade dos países do continente. Ela relata uma situação em que uma colega brasileira disse ao sobrinho: “Ah, quando você quer jogar comida fora, eu falo pra ele que lá na África eles estão querendo comer isso.” A generalização da experiência africana em torno da miséria econômica não apenas proporciona um possível olhar condescendente, mas também desumaniza a vivência individual de cada migrante. Para S.T., existe uma característica recorrente da relação de superioridade brasileira que não está disposta a ouvir com profundidade sobre sua vida. Para ela, as pessoas querem e esperam ouvir sobre tristeza e pobreza, como na fala a seguir:

Eu percebo esse negócio de eles não quererem conversar sobre minha vida, sempre, “ah, pobreza, pobreza”. Eu sei que você tá querendo ajudar, mas acho que às vezes, se alguém não pedir ajuda, fica quietinha pra não passar vergonha. Porque você acaba deixando a pessoa constrangida. [...]“Eu sei que você precisa de ajuda, né? Entra um grupo de cesta básica”. Eu, pessoalmente, agora, eu quero uma cesta básica. Quem quer me dar, eu adoro! Quem não gosta de compras? Mas eu não pedi. Tinha pessoas lá fazendo trança. Então, fica quieta. Entendeu? Eu percebo isso. E quando um africano fala “ah, onde eu morava, meus pais tinham casa, carros, empresas.”, “Ah, você não é humilde”. Eles querem que a gente sofra, sabe? De chorar, entendeu?

A escuta condicionada também se manifesta na percepção seletiva da modernidade e do desenvolvimento de determinados países. S.S., indiano, comenta que muitos brasileiros ainda enxergam a Índia por meio de imagens antigas e exotizadas. Ele aponta que poucos têm conhecimento sobre os avanços tecnológicos e sociais do país, um reflexo do filtro midiático que perpetua representações distorcidas. Essa falta de reconhecimento da modernidade de países não ocidentais reforça a visão de inferioridade e distancia ainda mais os migrantes da integração plena:

aqueles que viajaram ou são instruídos sabem mais sobre a Índia moderna. Mas, para muitos, a Índia ainda é vista através de estereótipos antigos - yoga, cobras, misticismo. Uma vez tive um motorista do Uber perguntando se as crianças na Índia brincam com cobras! As pessoas também reconhecem a comida indiana e

até Bollywood [a indústria de cinema], mas sabem menos sobre os avanços tecnológicos da Índia, democracia ou programas sociais. Por exemplo, o maior programa social da Índia foi inspirado na Bolsa Família do Brasil, mas muito poucos brasileiros sabem disso. Essa falta de conscientização se deve em parte à mídia, que não destaca esses aspectos da Índia. Da mesma forma que muitos indianos pensam no Brasil apenas em termos de futebol - Pelé, Zico, Neymar - ou Carnaval e Samba. Quando os jornalistas indianos visitaram o Brasil durante a Copa do Mundo e as Olimpíadas, ficaram chocados ao ver como algumas áreas foram desenvolvidas. Eles esperavam algo completamente diferente. (S.S., 15 anos no Brasil; tradução livre, conversa ocorreu em Inglês).

Os participantes associaram a escuta preconceituosa à falta de conhecimento prévio sobre suas culturas, muitas vezes alimentada por narrativas midiáticas ou por representações escolares e acadêmicas superficiais. Perceberam que pessoas mais escolarizadas ou viajadas tendem a demonstrar maior abertura e respeito, o que evidencia a importância de ações educativas interculturais.

Por fim, a escuta condicionada também se manifestou na relação política entre os países, revelando como a nacionalidade dos migrantes pode ser usada para rotulá-los conforme narrativas de fracasso, atraso ou dívida moral. Isso foi particularmente evidente nos relatos de migrantes da Venezuela, Síria, Cuba e Índia, cujas experiências foram frequentemente interpretadas sob o filtro da crise ou do exotismo. Essas camadas de escuta condicionada revelam que o acolhimento simbólico permanece fragilizado no Brasil. A integração plena exige mais do que tolerância; requer escutas não hierárquicas, reconhecimento das subjetividades migrantes e disposição para confrontar os próprios paradigmas culturais.

3.3 Solidão, identidade e construção de pertencimento no processo migratório

Outro eixo emergente da análise foi o sentimento de desenraizamento e a busca por pertencimento entre migrantes de primeira geração. O deslocamento geográfico, segundo os depoimentos, produz uma sensação de suspensão entre dois mundos, resultando em experiências de isolamento, conflitos identitários e reconfigurações subjetivas.

A ausência de enraizamento emocional e cultural foi identificada como fonte significativa de sofrimento. Como aponta Weil (1950), a ruptura com os referenciais simbólicos do território de origem pode gerar alienação, especialmente quando não há redes de apoio no país de acolhida. Para muitos participantes, a tentativa de reconstruir pertencimentos passa por elementos como rituais familiares, alimentação, educação dos filhos e uso do idioma materno, práticas que ajudam a manter laços identitários mesmo diante da pressão pela aculturação.

A sensação de estar entre dois mundos foi reiterada em vários depoimentos. Os participantes descreveram a experiência de “estrangeiro permanente”, como no relato de A.Z., de origem libanesa, que se sente simultaneamente desconectada do país de origem e do de acolhida. A ideia de que o migrante precisa representar sua cultura diante dos outros, como relatado pela argentina A.C. e seu filho, revela a pressão simbólica que recai sobre essas identidades, marcadas por um “fardo representativo” e não por um reconhecimento plural.

Muitos relataram que, mesmo entre compatriotas, há afastamento da cultura de origem. G.K., por exemplo, menciona a dificuldade de manter tradições indianas em solo brasileiro, pois outros migrantes frequentemente aderem à cultura dominante, esvaziando o senso de comunidade. Essa diluição cultural pode impactar especialmente as novas gerações, como observado nos relatos sobre nomes adaptados, conflitos escolares e sentimentos de vergonha em relação às próprias origens. A criação de um “nome social brasileiro”, relatada pelos participantes chineses, é uma estratégia de adaptação que, embora facilite a convivência, também pode representar um apagamento cultural. Isso evidencia os efeitos subjetivos da tentativa de adequação, especialmente quando acompanhada por discriminação ou desvalorização dos saberes e práticas de origem.

O sentimento de perda dos rituais culturais, como encontros familiares ou celebrações tradicionais, também emergiu como marcador de sofrimento. A saudade e a dificuldade de manter práticas cotidianas do país de origem, como refeições típicas e reuniões familiares, foram apontadas como fontes de nostalgia e descontinuidade.

Por outro lado, algumas pessoas relataram estratégias de resistência simbólica, como a escolha de manter o sotaque, o ensino da cultura de origem aos filhos e a recusa a adaptar-se integralmente aos moldes culturais dominantes. Essas estratégias refletem esforços conscientes de preservação identitária e autoestima étnica, especialmente em contextos onde a diferença é vista como deficitária.

Esses dados dialogam com os conceitos de terceiro espaço (Bhabha, 1998) e de identidade diaspórica (Hall, 2011), que reconhecem a identidade cultural como uma construção fluida, relacional e em constante negociação. A migração, longe de ser uma simples transição cultural e geográfica, transforma-se em um processo contínuo de adaptação simbólica e reposicionamento subjetivo, onde pertencimento, cultura e identidade são tensionados a cada nova interação.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A presente pesquisa, motivada por inquietações éticas, clínicas e políticas sobre os efeitos psicossociais da migração, propôs-se a investigar como a experiência do deslocamento impacta a saúde mental de migrantes de primeira geração no Brasil. Partindo da escuta de onze participantes de diferentes origens étnicas, culturais e trajetórias, buscou-se compreender as dinâmicas intersubjetivas, sociais e institucionais que atravessam o processo de enraizamento e pertencimento em território estrangeiro. Em diálogo com o referencial da psicologia e sociologia, os dados indicam que os efeitos da migração são profundamente marcados por fatores como desigualdade, xenofobia, racismo, barreiras linguísticas e apagamentos simbólicos, aspectos que atravessam as identidades dos sujeitos e reverberam em sua saúde mental.

A migração, conforme evidenciado nesta análise, não se trata apenas de uma travessia física entre territórios, mas de uma reorganização simbólica profunda. A ruptura com os quadros de referência do país de origem, somada à pressão por assimilação cultural no país de acolhida, gera uma série de tensões que impactam a forma como os indivíduos se veem, se relacionam e são percebidos. A escuta condicionada, conceito emergente a partir dos relatos, revelou-se como uma das principais formas de exclusão simbólica e subjetiva, marcando o cotidiano dos migrantes com exotizações, estigmas e invalidações da alteridade. Tais experiências resultam não apenas em sofrimento psíquico, mas em uma erosão contínua dos sentidos de pertencimento e reconhecimento.

Nesse contexto, o sofrimento mental não pode ser interpretado como algo exclusivamente individual ou patológico, mas como efeito de processos históricos, sociais e relacionais. A literatura analisada e os depoimentos dos participantes apontam para a importância de se compreender o sofrimento dos migrantes como expressão legítima de respostas a uma realidade atravessada por deslocamentos, exclusões e desafios interseccionais. A construção de uma identidade étnica saudável, como demonstrado, exige não apenas esforço dos sujeitos, mas também um ambiente que acolha a diferença como valor e não como ameaça.

Por fim, espera-se que este estudo não apenas fomente novas pesquisas sobre a temática, mas também convide psicólogos, estudantes e profissionais da saúde a ampliarem suas escutas, práticas e políticas a partir de uma perspectiva realmente intercultural. Ao reconhecer que o sofrimento migratório é um fenômeno coletivo, relacional e politicamente situado, afirma-se a urgência de políticas públicas de acolhimento ético, da valorização da diversidade e da

construção de vínculos comunitários que fortaleçam a presença migrante em sua potência, não como exceção, mas como parte constitutiva da sociedade.

REFERÊNCIAS

- AMIN-KHAN, Tariq. **New Orientalism, Securitisation and the Western Media's Incendiary Racism**. *Third World Quarterly*, v. 33, n. 9, p. 1595–1610, 2012.
- APÓSTOLO, João Luís Alves; MENDES, Aida Cruz; AZEREDO, Zaida Aguiar. Adaptación para la lengua portuguesa de la depression, anxiety and stress scale (DASS). **Revista latino-americana de Enfermagem**, v. 14, p. 863-871, 2006.
- BALSAM, Kimberly F. et al. Measuring multiple minority stress: the LGBT People of Color Microaggressions Scale. **Cultural Diversity and Ethnic Minority Psychology**, v. 17, n. 2, p. 163, 2011.
- BARBOSA, Francirosy Campos (Coord.). **Relatório de Islamofobia no Brasil** [livro eletrônico]. São Bernardo do Campo, SP: Ambigrama, 2022. PDF. Disponível em <https://worldmigrationreport.iom.int/msite/wmr-2024-interactive/>. Acesso em 17 jan. 2025.
- BERRY, J. W., POORTINGA, Y. H., SEGALL, M. H., & DASEN, P. R. **Cross-cultural psychology: Research and applications**. Cambridge University Press, 1992.
- BHABHA, H. K. **O local da cultura**. London, New York. 1998.
- BRASIL. **Constituição da República Federativa do Brasil de 1988**. Brasília, DF: Presidência da República, 1988. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/constituicao/constituicao.htm. Acesso em 08 de setembro de 2024.
- BRAUN, Virginia; CLARKE, Victoria. **Using thematic analysis in psychology**. *Qualitative Research in Psychology*, v. 3, n. 2, p. 77-101, 2006. DOI: 10.1191/1478088706qp063oa.
- DANTAS, Sylvia Duarte (org.). **Diálogos Interculturais: Reflexões Interdisciplinares e Intervenções Psicossociais**, São Paulo, Instituto de Estudos Avançados da Universidade de São Paulo, 2012.
- DANTAS, Sylvia Duarte; UENO, Laura; LEIFERT, Gabriela; SUGUIURA, Marcos. **Identidade, migração e suas dimensões psicossociais**. *Rev. Inter. Mob. Hum.*, Brasília, Ano XVIII, Nº 34, p. 45-60, jan./jun. 2010.
- DANTAS S. D., SANTANA C.L., ZAIA M. (org). **Guia em saúde mental e atenção psicossocial para população migrante e refugiada no Brasil**. Brasília: Organização Internacional para as Migrações, 2022.
- ERIKSON, Erik H. **Identity, youth and crisis**. New York: W. W. Norton Company, 1968.
- FERREIRA, Alisson V. S. e BORGES, Lucienne M. **Metamorfoses Interculturais: O Impacto na Saúde Mental de Imigrantes Universitários Latino-Americanos**. *EDUR. Educação em Revista*, Belo Horizonte, VI. 38, 2022.

HALL, Stuart. **A identidade cultural na pós-modernidade**; Rio de Janeiro: DP&A, 2011.

HALL, Stuart. **Da diáspora: identidades e mediações culturais**. Belo Horizonte: Editora UFMG, 2013.

LEIFERT, G. Família e Imigração. In: DANTAS, S. D. (org.) **Diálogos Interculturais: Reflexões Interdisciplinares e Intervenções Psicossociais**. São Paulo: Instituto de Estudos Avançados da Universidade de São Paulo, 2012.

JOIA, J. H. **Infâncias imigrantes, silêncios e fronteiras do cuidado em um CAPS infanto-juvenil**. Estilos da Clínica, 26(1), p. 145-159. 2021. Recuperado de <https://pepsic.bvsalud.org/pdf/estic/v26n1/a12v26n1.pdf>

MARCIA, J. E. **Development and validation of ego identity status**. Journal of Personality and Social Psychology, 3, 551-558. 1966.

MANGHIRMALANI, J. **Vivências Asiático-Brasileiras: Raça, Identidade e Gênero**. São Paulo: Editora Mandaçaia, 2023.

OBMIGRA. Brasil. Ministério da Justiça e Segurança Pública. Portal de Imigração: Observatório das Migrações Internacionais. 2024. Disponível em: <https://portaldeimigracao.mj.gov.br/pt/observatorio/1715-obmigra>. Acesso em: 10 outubro de 2024.

PAPALIA, Diane E. e MARTORELL, Gabriela. **Desenvolvimento Humano**. Porto Alegre: AMGH Editora Ltda. 2022.

PHINNEY, J. S. **Ethnic identity and acculturation**. In K. M. Chun, P. Balls Organista, & G. Marín (Eds.), *Acculturation: Advances in theory, measurement, and applied research* (pp. 63–81). American Psychological Association. 2003.

PHINNEY, Jean S. **Stages of Ethnic Identity Development in Minority Group Adolescents**. The Journal of Early Adolescence, 1989.

PHINNEY, Jean S. **Psychological Variables as Predictors of Perceived Ethnic Discrimination Among Minority and Immigrant Adolescents**. Journal of Applied Social Psychology, 1998.

PRASHAD, Vijay. **As riquezas ignoradas do trabalho dos imigrantes**. Tradução de Revista Opera. Globetrotter. 10 de junho de 2024. Disponível em <https://outraspalavras.net/outrasmidias/as-riquezas-ignoradas-do-trabalho-dos-imigrantes/>. Acesso em 12 janeiro de 2025.

PRASHAD, Vijay. **Os trabalhadores migrantes geram riqueza para o mundo**. Revista Opera. 9 junho 2024. Disponível em <https://revistaopera.operamundi.uol.com.br/2024/06/09/vijay-prashad-os-trabalhadores-migrantes-geram-riqueza-para-o-mundo/>. Acesso em 12 janeiro de 2025.

PRASHAD, Vijay. **Três novos tipos de refugiados em um mundo de migrantes.** Brasil de Fato. 9 setembro de 2024. Disponível em <https://www.brasildefato.com.br/2024/09/09/tres-novos-tipos-de-refugiados-em-um-mundo-de-migrantes>. Acesso em 11 janeiro de 2025.

SAYAD, Abdelmalek. **Imigração ou os paradoxos da alteridade.** São Paulo, Edusp, 1998.

SINGER, Paul. **Globalização e Desemprego: Diagnóstico e Alternativas.** 4. ed. São Paulo: Contexto, 1998.

WEIL, Simone. **O enraizamento: Prelúdio a uma declaração dos deveres para com o ser humano.** Trad. Vera Ribeiro. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1950.