

UNIVERSIDADE DE BRASÍLIA

JANAINA AMORIM CORRÊA

A TRADUÇÃO E A INTERPRETAÇÃO COMUNITÁRIA
Tradução Comentada do Manual The Indigenous Interpreter

Brasília
2022

JANAINA AMORIM CORRÊA

A TRADUÇÃO E A INTERPRETAÇÃO COMUNITÁRIA
Tradução Comentada do Manual The Indigenous Interpreter

Relatório final, apresentado ao Curso de Letras –
Tradução – Inglês da Universidade de Brasília -
UnB, como parte das exigências para a obtenção
do título de Bacharel.

Orientadora: Prof^a. Dr^a Alessandra Ramos
de Oliveira Harden

Brasília
2022

JANAINA AMORIM CORRÊA

A TRADUÇÃO E A INTERPRETAÇÃO COMUNITÁRIA
Tradução Comentada do Manual The Indigenous Interpreter

Relatório final, apresentado ao Curso de Letras –
Tradução – Inglês da Universidade de Brasília -
UnB, como parte das exigências para a obtenção
do título de Bacharel.

Brasília, 05 de maio de 2022.

BANCA EXAMINADORA

Prof^a. Dr^a. Alessandra Ramos de Oliveira Harden
UnB

Prof^a. Ms. Fernanda de Deus Garcia
UnB

Prof^a. Dr^a. Alessandra Matias Querido
UCB

Este trabalho é dedicado a Deus, em primeiro lugar, e aos meus filhos Sarah e Rafael.

AGRADECIMENTOS

Em primeiro lugar, agradeço a Deus pela minha vida e por ter permitido chegar onde cheguei. Sou grata a todos os professores que contribuíram com a minha trajetória acadêmica, especialmente a Prof^a. Dr^a Alessandra Ramos de Oliveira Harden, responsável pela orientação do meu projeto, por toda a dedicação, esclarecendo tantas dúvidas, sendo sempre paciente e atenciosa. Sou grata por sua confiança e pelo amparo nos momentos mais difíceis. Também agradeço pela oportunidade de participar desse maravilhoso projeto, não só pelo grande aprendizado que pude obter, mas também pela sua importância e alcance que terá, abençoando a vida de muitas pessoas que poderão se beneficiar desse Manual.

Gostaria também de agradecer aos membros da banca examinadora desta pesquisa, Prof^a. Ms. Fernanda de Deus Garcia e Prof^a. Dr^a Alessandra Matias Querido, pelo interesse e disponibilidade.

Aos meus filhos, presentes valiosos, que Deus me deu, que me motivam a nunca desistir e a querer ser uma pessoa melhor. E ao David.

"Words travel worlds. Translators do the driving."
Anna Rusconi

RESUMO

O tema da migração, no Brasil, tem ganhado relevância à medida que se observa o aumento no número de pessoas que tem entrado no país ao longo dos anos. Boa parte dessas pessoas aponta como uma grande dificuldade, as barreiras linguísticas, que servem de obstáculo para que possam alcançar e reivindicar o que lhes é garantido por lei. Desta forma, surge o papel da tradução e mediação linguística, realizado pelos intérpretes comunitários, em diversos ambientes, para assegurar às pessoas com pouca ou nenhuma proficiência no idioma do país onde são acolhidos, a garantia de direitos civis básicos. No entanto, a área ainda carece de cursos de formação, especialização e políticas públicas que favoreçam àqueles que não dominam a língua portuguesa.

Além da reflexão acerca do assunto, este trabalho teve por objetivo a tradução comentada, do inglês para o português, de uma parte do manual *The Indigenous Interpreter*®, sob a perspectiva da teoria de análise textual voltada à tradução, de Christiane Nord, em que se observam os fatores que impactam de forma determinante, tanto o texto-fonte quanto o texto-alvo.

O manual *The Indigenous Interpreter*®, foi criado pela *Natividad Medical Foundation* com a intenção de formar intérpretes indígenas. Igualmente o grupo MOBILANG já vem trabalhando neste material, por reconhecer a sua importância para as minorias linguísticas e comunidades imigrantes, com a finalidade de proporcionar um material de referência para futuros treinamentos de intérpretes.

Palavras-chave: estudos da tradução. tradução funcionalista. tradução especializada. interpretação comunitária. intérprete indígena. migração. mediador linguístico e cultural.

ABSTRACT

The issue of migration in Brazil has gained relevance as the number of people who have entered the country has increased over the years. Most of these people point out language barriers as a great difficulty, which serve as an obstacle for them to reach and claim what is guaranteed to them by law. In this way, the role of translation and linguistic mediation, carried out by community interpreters, in different environments, emerges to assure people with little or no proficiency in the language of the country where they are hosted, the guarantee of basic civil rights. However, the area still lacks training courses, specialization and public policies that favor those who do not master the Portuguese language.

In addition to a reflection on the subject, this work aimed at the commented translation, from English into Portuguese, of part of *The Indigenous Interpreter*® manual, from the perspective of Christiane Nord's theory of textual analysis focused on translation, in which the factors that decisively impact both the source text and the target text.

The Indigenous Interpreter® manual was created by the *Natividade Medical Foundation* with the intention of training indigenous interpreters. The MOBILANG group has also been working on this material, recognizing its importance for linguistic minorities and immigrant communities, in order to provide reference material for future training of interpreters.

Keywords: translation studies. functionalist theory. specialized translation. community interpreting. indigenous interpreter. migration. Cultural and linguistic mediator.

LISTA DE FIGURAS

Figura 1 - Principais Dificuldades Encontradas por Imigrantes no Brasil	23
Figura 2 – Imagens contidas no Manual <i>The Indigenous Interpreter</i>	52
Figura 3 - Captura de tela demonstrando a interface do <i>Smartcat</i>	54
Figura 4 - Captura de tela demonstrando a interface do <i>Smartcat</i>	58
Figura 5 - Captura de tela do <i>Smartcat</i>	59
Figura 6 - P. 429 do Manual <i>The Indigenous Interpreter</i> (ALLEN, <i>et al.</i> , 2018).....	60

LISTA DE QUADROS

Quadro 1 - Trecho do <i>The Indigenous Interpreter</i> , acompanhado da tradução	41
Quadro 2 - Trecho do <i>The Indigenous Interpreter</i> , acompanhado da tradução	55
Quadro 3 - Trecho do <i>The Indigenous Interpreter</i> , acompanhado da tradução	56
Quadro 4 - Trecho do <i>The Indigenous Interpreter</i> , acompanhado da tradução	60

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

ACNUR - Alto Comissariado das Nações Unidas para Refugiados

CBEAL - Centro Brasileiro de Estudos da América Latina

CCC - Cross-Cultural Communications

CRAI - Centro de Referência e Acolhimento para Imigrantes

FFLCH - USP – Faculdade de Filosofia, Letras e Ciências Humanas da Universidade de São Paulo

IMDH - Instituto Migrações e Direitos Humanos

IPEA - Instituto de Pesquisa Econômica Aplicada

IOM - The International Organization for Migration

NEPO - Núcleo de Estudos de População "Elza Berquo"

OBMigra - Observatório das Migrações Internacionais

SINCRE - Sistema Nacional de Cadastramento de Registro de Estrangeiros

SISMIGRA - Sistema de Registro Nacional Migratório

UnB - Universidade de Brasília

UFPB - Universidade Federal da Paraíba

UNILA - Universidade Federal da Integração Latino-Americana

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO	15
1 O FLUXO MIGRATÓRIO NO BRASIL E NO MUNDO	18
1.1 MIGRANTES, REFUGIADOS E PESSOAS DESLOCADAS	19
1.2 DESAFIOS ENFRENTADOS PELOS MIGRANTES, REFUGIADOS E PESSOAS DESLOCADAS	20
1.2.1 O Acolhimento	21
1.2.2 O Domínio da Língua do País de Acolhimento	22
1.2.3 Xenofobia e Racismo	25
2 TRADUÇÃO E MIGRAÇÃO	27
3 A INTERPRETAÇÃO COMUNITÁRIA E O PROFISSIONAL DA ÁREA	30
3.1 INTERPRETAÇÃO COMUNITÁRIA	30
3.2 O INTÉRPRETE COMUNITÁRIO	31
3.3 O TRADUTOR E O INTÉRPRETE COMUNITÁRIO	32
3.4 A INTERPRETAÇÃO COMUNITÁRIA E A GARANTIA DE DIREITOS PARA MIGRANTES	33
4 ASPECTOS DA OBRA SEGUNDO O MODELO FUNCIONALISTA	38
4.1 FATORES EXTRATEXTUAIS	39
4.1.1 Emissor	39
4.1.2 Intenção	40
4.1.3 Público	41
4.1.4 Meio	42
4.1.5 Lugar, Tempo e Motivo	43
4.1.6 Função	45
4.2 ELEMENTOS INTRATEXTUAIS	46
4.2.1 Assunto	46
4.2.2 Conteúdo	47
4.2.3 Pressuposições	48
4.2.4 Estruturação	49
4.2.5 Elementos Não Verbais	51
4.2.6 Léxico	53
4.2.7 Sintaxe	54
4.2.8 Características Suprasegmentais	57
4.3 FERRAMENTAS USADAS NA TRADUÇÃO	57
CONSIDERAÇÕES FINAIS	62
REFERÊNCIAS	64

ANEXO A – TEXTO-FONTE E TEXTO-ALVO.....	68
MÓDULO 15.....	68
MÓDULO 16.....	117
MODELO 17.....	145
MÓDULO 19.....	174

INTRODUÇÃO

O Brasil recebe imigrantes de diversas partes do mundo, que vem para o país em busca de proteção e apoio. Com nossa atenção voltada para a proteção aos direitos humanos dos que aqui se instalam, notabilizam-se as questões culturais e linguísticas como sendo um dos principais e mais importantes desafios que precisam ser superados. Pensando assim, é de grande importância destacar o quão relevante é a atuação de tradutores e mediadores linguísticos para essas comunidades.

De acordo com os dados do Ministério da Justiça e Segurança Pública, o Relatório Anual do OBMigra registrou o ingresso em território brasileiro, de mais de 700 mil imigrantes entre os anos de 2010 e 2018 (SILVA, *et al.*, 2021), chegando a cerca de 1.504.736 de estrangeiros que se registraram no Brasil até 2020, segundo dados atualizados da NEPO (2020),

foram utilizadas as bases de dados sob gestão da Polícia Federal, Sistema de Tráfego Internacional – Medidas de Alertas e Restrições Ativas (STI-MAR) e da Coordenação-Geral do Comitê Nacional para os Refugiados (CG-Conare), após o Observatório das Migrações Internacionais (OBMigra) conferir o tratamento estatístico necessário para validação de consistência. Ao conjunto de informações organizadas a partir da base de dados da CG-Conare e da Polícia Federal, somaram-se os dados sobre reassentamento de refugiados no Brasil, disponibilizados pelo Alto Comissariado das Nações Unidas para Refugiados (Acnur), além das informações sobre os mecanismos locais de gestão migratória, coletados por ocasião da Pesquisa de Informações Básicas Municipais – Munic 2018. (SILVA, *et al.*, 2021)

Mesmo diante de severas restrições à mobilidade humana internacional, causadas pela pandemia de COVID-19, registrou-se uma variação positiva no ano de 2020 com relação aos anos anteriores. Os dados revelam que grande parte dos solicitantes de reconhecimento da condição de refugiado no Brasil, em 2020, possuíam a nacionalidade venezuelana, correspondendo a cerca de 60,2% do total de solicitações de reconhecimento da condição de refugiado recebidas pelo Brasil, em 2020. A seguir, ressalta-se um número significativo de pessoas de nacionalidade haitiana: 6.613 solicitantes de reconhecimento da condição de refugiado, representados em 22,9% do total de solicitações de reconhecimento da condição de refugiado no Brasil, em 2020. Percebe-se também a diversidade de países de origem de solicitantes de reconhecimento da condição de refugiado no Brasil, tendo sido recebidos, nesse

ano, solicitações de reconhecimento da condição de refugiado de pessoas provenientes de 113 países. (SILVA, *et al.*, 2021)

O estudo realizado para este trabalho, diz respeito à tradução de 60 laudas do manual *The Indigenous Interpreter®: A Training Manual for Indigenous Language Interpreting*, sob a supervisão e revisão da Profa. Dra. Alessandra de Oliveira Harden, com o objetivo geral de apresentar uma tradução comentada pela metodologia funcionalista de Christiane Nord.

O programa de formação *The Indigenous Interpreter®*, juntamente de manual e livro de exercícios, foi concebido em 2018 pela *Natividad Medical Foundation* (Fundação Médica Natividad), na Califórnia, Estados Unidos. Todo o seu programa é voltado para a interpretação comunitária, em especial a interpretação em contexto hospitalar. Em função do importante papel que o programa desempenha nessa área, o grupo MOBILANG despertou o interesse em traduzi-lo para o português, reconhecendo a importância desse material para as minorias linguísticas e comunidades imigrantes. O MOBILANG é um grupo de pesquisa focada no multilinguismo e diferentes tipos de fenômenos linguísticos.

O material consiste em 634 páginas no manual e 342 no livro de exercícios. A organização das tarefas de tradução foi dividida em capítulos para que o processo pudesse ser feito com mais agilidade. É importante salientar que a tradução de outros capítulos do Manual *The Indigenous Interpreter*, para além dos capítulos traduzidos para este estudo, tem sido feita em cooperação com outros alunos, seja por meio Estágio ou Trabalho de Conclusão de Curso.

Os capítulos pertinentes a este trabalho referem-se aos Módulos 15, 16, 17 e 19 e receberão destaque mais adiante, onde serão trazidos maiores detalhes de cada um. A escolha desse tema de estudo surgiu, por apresentar relevância social, cultural e humanitária, visto que a linguagem pode ser pensada dentro de um cenário mais abrangente do que a simples necessidade da comunicação. Sendo assim, o estudo convida à reflexão sob um olhar crítico no que diz respeito a presença e atuação dos intérpretes na esfera de acolhimento linguístico aos imigrantes que buscam amparo no país. O estudo também elabora uma reflexão sobre o acolhimento linguístico dos estrangeiros que migram para o Brasil, ponderando sobre as questões linguísticas na reconstrução da identidade dos que buscam alcançar uma nova oportunidade na vida fora da própria cultura, partindo da premissa que o idioma tem função essencial na reconstrução da identidade.

O capítulo 1 aborda o tema da imigração no Brasil visando oferecer um breve panorama do contexto atual, buscando uma reflexão para as dificuldades do imigrante no Brasil

e em especial os problemas que as barreiras linguísticas podem ocasionar. O capítulo 2 traz as perspectivas de alguns autores acerca das questões voltadas para a tradução e a migração enquanto o capítulo 3 apresenta o conceito de Interpretação Comunitária e o papel do Intérprete Comunitário dentro da profissão, além de uma reflexão sobre a questão dos Direitos Linguísticos no Brasil. Já, o capítulo 4 trata da obra e seus aspectos, falando sobre os autores e comentando o processo de tradução do texto *The Indigenous Interpreter* segundo o modelo de Cristiane Nord.

1 O FLUXO MIGRATÓRIO NO BRASIL E NO MUNDO

O fenômeno de mobilidade populacional vem apontando mudanças significativas em seu desempenho, não só no Brasil, mas também em outras partes do mundo. Quando falamos em migração, o ponto de partida geralmente são os números, dado eles nos ajudam a entender as mudanças demográficas relacionadas as transformações sociais e econômicas. Segundo a OIM, Organização Internacional para as Migrações, o número estimado de migrantes internacionais aumentou nas últimas cinco décadas. O total estimado é de 281 milhões de pessoas vivendo em um país diferente de seus países de nascimento até meados de 2020, representando 3,6% da população mundial. Esse número corresponde a 128 milhões de pessoas a mais do que em 1990, e mais de três vezes o número estimado em 1970.¹ Essa proporção varia bastante ao redor do mundo. Dos 280 milhões de migrantes que se instalaram pelo mundo, 73,3 milhões vieram para as Américas e destes, 10,9 milhões se instalaram na América do Sul. Num olhar voltado para o Brasil, 1,3 milhão de imigrantes decidiram recomeçar no país.²

Segundo dados da Sincere - Sistema Nacional de Cadastramento de Registro de Estrangeiros e do Sismigra - Sistema de Registro Nacional Migratório (com a aprovação da Nova Lei de Migração, em 2018, o Sincere mudou para Sismigra), entre os anos de 2000 e 2020, cerca de 1.504.736 estrangeiros se registraram no Brasil (NEPO, 2020). Na última década o número de novos migrantes registrados cresceu 24,4%, sendo que os maiores fluxos são da Venezuela, Haiti, Bolívia Colômbia e Estados Unidos. Os dados foram levantados pelo Observatório das Migrações Internacionais (OBMigra) em parceria com o Ministério da Justiça e Segurança Pública e a Universidade de Brasília (UnB).

A Organização Internacional para as Migrações (OIM) a define como “movimento que ocorre fora das normas regulatórias do país de origem, trânsito e recebimento” (OIM, 2011). O OBMigra visa ampliar o conhecimento sobre os fluxos migratórios internacionais no Brasil, mediante estudos teóricos e empíricos, e apontar estratégias para a inovação social de políticas públicas dirigidas às migrações internacionais, através da análise de três cenários que afetam o Brasil na atualidade: a imigração internacional; a emigração brasileira para outros países e os projetos migratórios de retorno dos emigrantes brasileiros. ” (OBMIGRA, 2019)

¹ <https://www.iom.int/about-migration>

² <https://agenciabrasil.ebc.com.br/geral/noticia/2021-12/numero-de-novos-imigrantes-cresce-244-no-brasil-em-dez-anos>

Todas as estimativas e dados acima explicitados se referem a migrantes registrados no Brasil. Estatísticas confiáveis acerca dos fluxos de migrantes irregulares, seu bem-estar, ou até que ponto eles têm acesso a serviços como saúde e educação, geralmente são difíceis de coletar e não estão disponíveis. Não existe uma definição universalmente aceita de migração irregular, portanto todos os dados informados acima, referem-se aos imigrantes registrados.

1.1 MIGRANTES, REFUGIADOS E PESSOAS DESLOCADAS

Segundo o Glossário sobre Migração da OIM existem diferenças entre esses termos. O termo Migrante tem aceitação no âmbito internacional, embora não exista uma definição universalmente aceita para ele. Para a OIM o termo engloba, geralmente,

“todos os casos em que a decisão de migrar é livremente tomada pelo indivíduo em questão, por razões de ‘conveniência pessoal’ e sem a intervenção de fatores externos que o forcem a tal. Então, este termo se aplica às pessoas e membros da família que se deslocam para outro país ou região a fim de melhorar as suas condições materiais, sociais e possibilidades, assim como de suas famílias.” (OIM, 2009, p.43).

O termo Refugiado, como estabelecido pela Convenção de Genebra de 1951, se aplica a qualquer pessoa que, “receando com razão ser perseguida em virtude da sua raça, religião, nacionalidade, filiação em certo grupo social ou das suas opiniões políticas, se encontre fora do país de que tem a nacionalidade e não possa ou, em virtude daquele receio, não queira pedir a proteção daquele país” (OIM, 2009, p. 62).

Pessoas deslocadas referem-se às pessoas que tenham sido obrigadas ou forçadas a fugir ou deixar suas casas ou locais de residência habitual, para os efeitos de conflitos armados, violações de direitos humanos, situações de violência generalizada e também desastres naturais ou de origem humana. A definição abrange deslocamento interno e também o transfronteiriço, segundo a OIM:

Pessoa que abandona o seu Estado ou a sua comunidade por ter medo, ou por correr perigos diferentes daqueles que lhe confeririam o estatuto de refugiado. Uma pessoa deslocada é, com frequência, forçada a fugir devido a conflitos internos ou a desastres ambientais, naturais ou provocados pelo Homem. Em termos de Direito Comunitário, pessoa deslocada é “qualquer pessoa autorizada a permanecer num Estado-membro ao abrigo de uma proteção temporária ou de formas subsidiárias de proteção, ou que

beneficie de outras formas de proteção, de acordo com as obrigações internacionais ou com a lei nacional do Estado-membro, incluindo as pessoas cujos pedidos tenham sido indeferidos com carácter definitivo, mas que ainda não tenham abandonado o território dos Estados-membros. (OIM, 2009, p. 54)

Para o ACNUR (Alto Comissariado das Nações Unidas para Refugiados) é importante essa diferenciação e confundi-los pode acarretar problemas para essas populações trazendo consequências na vida e segurança, especialmente dos refugiados. O ACNUR auxilia, para que se cumpram as responsabilidades no que diz respeito ao refúgio e proteção. Cada país tem legislação própria para tratar com os migrantes em matéria de imigração, assim como para os refugiados, aplicam-se normas sobre refúgio e proteção. Cada país tem também responsabilidades específicas diante de qualquer pessoa que faça solicitação de refúgio dentro de seu território ou fronteiras.³

1.2 DESAFIOS ENFRENTADOS PELOS MIGRANTES, REFUGIADOS E PESSOAS DESLOCADAS

Prescindir do seu país natal, cultura, trabalho, amigos e família é algo que por si só, já é capaz de gerar sofrimento e prejuízos à saúde mental e psicológica. Entretanto, a situação pode piorar quando, chegando no país de destino, com um idioma diferente, o imigrante não encontra o acolhimento que precisa para se estabelecer. As condições em que o refugiado ou imigrante chegam ao Brasil, especialmente vindos de países com crises econômicas importantes, geram muitos problemas no momento de sua inserção na sociedade brasileira, pois chegam ao país em situação de fragilidade social e econômica, muitas vezes possuindo baixa qualificação profissional ou dificuldades para comprovar suas aptidões. Isso influencia no grau de vulnerabilidade dos migrantes e utilização dos serviços essenciais, além de não conhecerem o idioma para poderem se comunicar. Até podem fazer uso de sistemas de serviços públicos básicos, mesmo quando ainda não falam o português, todavia a dificuldade de usarem o nosso idioma impede o acesso pleno aos serviços. Os serviços mais utilizados pelos migrantes estão ligados ao contexto jurídico, de saúde e de assistência social, sendo esta última a que direciona os migrantes aos serviços essenciais. (CEBEAL, 2021)

³ Disponível em: <https://www.acnur.org/portugues/2015/10/01/refugiado-ou-migrante-o-acnur-incentiva-a-usar-o-termo-correto/> Acesso em: 05 mar 2022

O aumento da imigração no país traz consigo alguns problemas e questões que precisam ser discutidas por governantes e pela população, pois os imigrantes ainda são vistos de certa forma como uma ameaça ao mercado de trabalho e à segurança, além de um peso para a economia local. É uma visão distorcida que faz com que governo e sociedades se tornem cada vez mais resistentes à entrada de estrangeiros. Em relação à sua inserção na sociedade brasileira, o acolhimento, o domínio da língua e a questão da discriminação racial e xenofobia são os principais obstáculos constatados e acabam se tornando um empecilho para que imigrantes consigam se inserir na sociedade brasileira, passando a viver excluídos do convívio social. (FERNANDES; SILVA, 2017)

1.2.1 O Acolhimento

A falta de acolhimento é uma das principais barreiras que precisa ser superada. Como já mencionado anteriormente, o número de novos migrantes registrados cresceu 24,4%, na última década, criando uma demanda na ampliação da infraestrutura para o recebimento desses imigrantes. O Governo Federal tem a Operação Acolhida, que é uma resposta do governo à chegada dos venezuelanos ao Brasil. É uma estrutura organizada (junto com ONU e sociedade civil) para recepção de migrantes. Estão concentradas em Roraima e Amazonas e fazem a interiorização para diversos estados do Brasil, com muitos migrantes indo para o Sul, já empregados.⁴

São Paulo está entre as cidades que estão mais voltadas para o acolhimento, possuindo o Centro de Referência e Acolhimento para Imigrantes (CRAI), criada em 2014, que funciona como uma “Casa de Passagem” e oferece vagas para os imigrantes por um determinado período. O Estado de São Paulo também possui uma casa de acolhimento reservada para os refugiados, chamada “Terra Nova”, e oferece vagas, especialmente para famílias que tenham filhos com até 18 anos. Porém, no Brasil, a principal referência na acolhida de imigrantes são os Scalabrinianos, da Igreja Católica. Sua maior obra é a Missão Paz, na cidade de São Paulo. A Missão não apenas acolhe, como também oferece serviços como ensino do português, auxílio no processo de regularização dos imigrantes, direcionamento para emprego além de um centro permanente de estudos migratórios. Em Brasília, destaca-se o Instituto Migrações e Direitos

⁴ <https://brazil.iom.int/sites/g/files/tmzbd11496/files/documents/informe-de-interiorizacao-abril-2022.pdf>

Humanos (IMDH), ligado aos Scalabrinianos, que atua em vários projetos. (FERNANDES; SILVA, 2017)

No ano de 2020 a Cátedra Memorial lançou o minicurso virtual “Promotores comunitários: mediação cultural como instrumento de proteção e integração de pessoas refugiadas no Brasil”, cujo objetivo é oferecer aos pesquisadores e estudantes de diferentes áreas de atuação assim como para a sociedade civil interessada, o acesso a informações sobre migrantes e refugiados no que diz respeito à garantia dos direitos, especialmente os direitos linguísticos, com a intenção de expandir essa temática.⁵

Conforme o Ministério do Trabalho imigrantes e refugiados de várias nacionalidades que estão buscando novas oportunidades, encontram no Brasil um ambiente acolhedor, visto que, através das resoluções normativas, acordos internacionais e a nova Lei de Migração n.º 13.445 de 24 de maio de 2017 fazem parte da gestão migratória do país e demonstram a preocupação do Estado brasileiro com a proteção humanitária dos imigrantes.

A UnB, junto com o grupo de pesquisa e extensão Mobilang, atuante no apoio linguístico à população imigrante que chega ao Distrito Federal, também firmou parceria com a Defensoria Pública da União, na intenção de de criar um setor de tradução no órgão, chamado Nutrad (Núcleo de Tradução) com o objetivo de melhorar a assistência jurídica prestada a brasileiros e a estrangeiros.⁶

1.2.2 O Domínio da Língua do País de Acolhimento

A próxima grande barreira para a promoção da inserção social do imigrante na sociedade, está na falta de domínio da língua do país de acolhimento e isso reflete diretamente no seu processo de socialização, especialmente quando se trata do mercado de trabalho. O Brasil é um país monolíngue (se não contarmos as 154 línguas indígenas que temos no país, além das LIBRAS)⁷, em que a maioria da população não tem o domínio de outra língua além da sua própria, a língua portuguesa, e isso levanta várias barreiras para a socialização dos imigrantes

⁵ Disponível em: <https://memorial.org.br/memorial-da-america-latina-promove-curso-para-migrantes-e-refugiado/> Acesso em 25 mar 2022

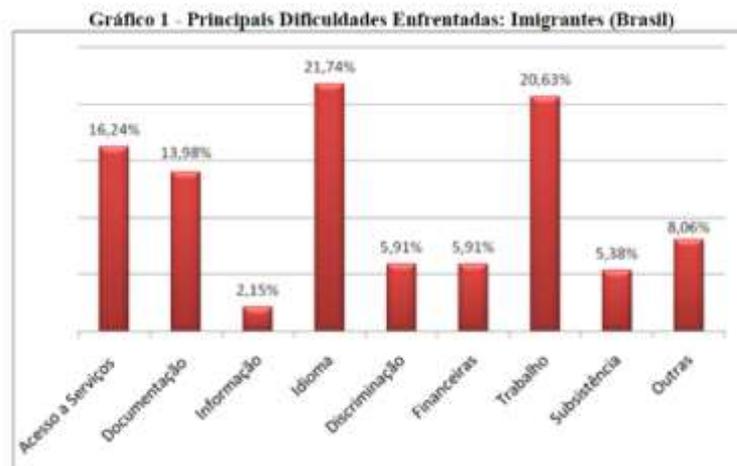
⁶ <https://www.noticias.unb.br/112-extensao-e-comunidade/3407-projeto-da-unb-firma-cooperacao-com-dpu-para-facilitar-relacao-de-estrangeiros-com-servicos-publicos>

⁷ <https://jornal.usp.br/cultura/um-brasil-de-154-linguas/>

aqui no Brasil, especialmente para quem depende de atendimento para serviços públicos essenciais.

De acordo com uma pesquisa realizada com o Ministério da Justiça, em 2015, o Instituto de Pesquisa Econômica Aplicada destacou o idioma como a principal dificuldade enfrentada pelos imigrantes, o idioma, sendo ela maior até mesmo que a dificuldade de inserção no mercado de trabalho como podemos observar no gráfico a seguir. (IPEA, 2015)

Figura 1 - Principais Dificuldades Encontradas por Imigrantes no Brasil



Fonte: IPEA/Ministério da Justiça, 2015, p.138.

A primeira dificuldade encontrada é a língua, que interfere em sua autonomia e prejudica a integração social. Também tem a dificuldade de legalização, o racismo e preconceito, já que essa nova onda de imigração é marcada pela cor negra e morena; a distância dos familiares, a saudade que isso gera; problema de moradia, dificuldade de pagar o aluguel, entender o contrato e necessidade de compartilhar com outras pessoas lugares pequenos; adaptação ao clima rigoroso do inverno, entre outros. (MIGRAMUNDO, 2020)

As dificuldades de aprender o idioma podem surgir por vários motivos: o imigrante pode estar apenas de passagem pelo país sem planos de se estabelecer; condições emocionais, de tempo e financeiras de se locomover para aprender o idioma; impedimentos devido à idade ou gênero, que possam limitar a interação com as pessoas ao seu redor; acesso limitado aos locais; questões relacionadas à religião; fazer parte de uma comunidade que quer preservar sua língua e cultura, entre outras razões (ORIGUELA, 2020). Ainda para a autora, no caso dos falantes de espanhol, em que há a similaridade linguística, o imigrante encontra seu próprio

jeito de se comunicar e a mediação linguística acaba parecendo dispensável, porém os problemas de comunicação podem acontecer mesmo entre idiomas similares.

A matéria do site Esquina Online relata histórias interessantes, em que imigrantes passaram por situações constrangedoras ao serem enganados por não terem o domínio da língua portuguesa:

“Há cinco anos vivendo no Brasil, Yainy, 38, veio da Venezuela em busca de um recomeço e, porque temia a extrema divisão política no país. O que não esperava era que passaria por situações que a levariam a se questionar se migrar foi uma escolha certa. Na primeira vez que se sentiu enganada, no episódio da loja de roupas, a atendente a convenceu a assinar um contrato que mal conseguia ler por causa do idioma. O documento incluía um seguro de vida do qual ela não precisava e nem pensava em ter.”

A imigrante colombo-venezuelana continuou a pagar por este contrato sem conseguir resolver a situação. Só solucionou o problema através da ajuda de uma aluna do curso de idiomas em que era professora, sendo avisada de que aquilo era errado. As duas foram para a loja e aluna falou no lugar de Yainy. (LUSTOZA, 2018) Ela também relata que em outro momento, fazendo um financiamento para a compra de um carro, “o atendente fez venda casada para forçar a contratação de um seguro de vida. Yainy deixara o marido acertar o financiamento e levou um susto quando recebeu a ligação dele. “Não sei qual o relacionamento, mas é o Brasil. Se minha gerente recomendou, então tá”, pensou. Outra aluna de Yainy, advogada, percebeu a fraude e foi com eles até o banco para tentar resolver a situação. (LUSTOZA, 2018)

“Rafael Maurício Bustamante, 19 anos, é boliviano e veio ao Brasil por causa do trabalho do pai. Ele chegou em 2008 quando tinha oito anos de idade. Passou os primeiros anos no Rio de Janeiro e depois se mudou para Brasília. “No começo, a principal diferença e o principal problema era o idioma”, afirmou. “O único problema que ainda persiste é a documentação. Quando ia à Polícia Federal, ao banco e até ao aeroporto, percebia que as pessoas não sabem lidar com documentos de estrangeiros.” (LUSTOZA, 2018)

Pela falta de conhecimento do idioma, o imigrante fica impedido de apresentar suas necessidades, não conseguindo expor ou demonstrar sua bagagem cultural, e por isso não consegue se afirmar como sujeito dentro da comunidade, pois o acesso ao idioma é fundamental para sua integração na sociedade. (PEREIRA, 2017) A língua de um país é uma importante

manifestação cultural, que fundamenta e fortalece a identidade de um povo, mas também é um dos elementos essenciais no processo de integração do imigrante dentro da sociedade.

1.2.3 Xenofobia e Racismo

O terceiro entrave a ser dominado pelo imigrante são as questões relacionadas ao preconceito, racismo e a xenofobia. Apesar de sermos uma sociedade onde a população é miscigenada e com traços de culturas variadas, não há garantias de que o migrante será aceito na sociedade brasileira, especialmente se este for negro, pobre e em situação de extrema vulnerabilidade social. (FERNANDES; SILVA, 2017) Da mesma forma que o racismo, a xenofobia pode ser expressada diretamente ou de maneira sutil, acompanhada por agressão verbal ou física, baseada em questões ligadas a origem nacional ou regional.

O Alto Comissariado das Nações Unidas para Refugiados (ACNUR), define a xenofobia como “atitudes, preconceitos e comportamentos que rejeitam, excluem e difamam as pessoas com base na percepção de que são estrangeiros à comunidade ou sociedade nacional” (MPPR, 2020). Em outras palavras, é a aversão ao migrante, suas características e peculiaridades, com atitudes e comportamentos discriminatórios gerando atitudes de rejeição e violência praticados por nacionais. É comum que, por trás dos casos de xenofobia, haja também o racismo implícito, pois, a origem do imigrante implica uma etnia diferente. Aliás, muitas vezes, é difícil determinar até onde a xenofobia existe por conta própria ou foi baseada no racismo. No Brasil, os atos discriminatórios que acontecem no meio social, não costumam ser definidos como tal, mas são entendidos como “brincadeiras”, sem o propósito de configurar atos racistas. No entanto, ironias e deboches, principalmente dirigido aos negros, são de fato um tipo de violência, facilmente classificadas como física e psicológica. (MPPR, 2020).

O Brasil teve um avanço significativo em 2017 com a aprovação da nova Lei da Migração (nº 13.445/2017)⁸, em que “dispõe sobre os direitos e os deveres do migrante e do visitante, regula a sua entrada e estada no País e estabelece princípios e diretrizes para as políticas públicas” (BRASIL, 2017). Na norma, estão ratificados a não criminalização da migração, o repúdio e prevenção à xenofobia, ao racismo e a quaisquer formas de

⁸ Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2015-2018/2017/lei/113445.htm Acesso em 16 mar 2022

discriminação, bem como as práticas de expulsão ou de deportação coletivas. (MAZZOTTO, 2017) O Estatuto do Estrangeiro de 1980, baseado no modelo de segurança nacional, que considerava uma ameaça as pessoas que vinham de outros países, deu espaço para a nova lei que começou mudando o seu nome de “estrangeiro” que em sua origem, significa estranho, inspirando a hostilidade. A Lei de Migração, diferentemente, trata o imigrante como um sujeito de direitos, e não como ameaça, determinando tratamento igualitário a brasileiros e às pessoas vindas de fora.

É habitual o discurso anti-imigrante ser alimentado pelo grande medo da competição por emprego e também pelo aumento da criminalidade. Devido à pandemia da COVID-19, a extrema pobreza e a desigualdade de renda poderão aumentar, o que poderá alimentar mais ainda esse discurso. Integrar não é apenas o simples reconhecimento da condição jurídica, e apesar de os direitos dessa população estarem previstos na Constituição Federal, isso não lhes dá a garantia de acesso às necessidades importantes como trabalho, habitação, saúde, alimentação, e muito menos lhes dá uma situação de igualdade e aceitação pelos brasileiros. (ICMPD, 2021)

É de suma importância que a sociedade tenha o entendimento de que os imigrantes não representam uma ameaça e nem tampouco são fonte de problemas sociais que impactam negativamente as comunidades que os recebem, como muitos acreditam. Migrantes e refugiados têm seus sonhos e planos, como qualquer outro indivíduo comum, que deseja integrar-se à comunidade e contribuir com a sociedade que os está acolhendo. Desejam acessar o mercado de trabalho, para poderem gerar renda e estabelecer a sua própria autonomia. Por isso, “os problemas sociais não decorrem propriamente da incorporação do indivíduo imigrante, mas sim da compatibilização interativa que esse mesmo indivíduo irá registrar junto das comunidades de acolhimento.” (FONTES, 2010).

Os migrantes internacionais trazem uma contribuição significativa ao desenvolvimento econômico dos países onde se radicam, com frequência atendendo às necessidades específicas do mercado de trabalho e suprimindo taxas de natalidade decrescentes em certos países. Invariavelmente, os migrantes pagam impostos, movimentam economias locais e difundem suas respectivas culturas nas sociedades que são abertas à diversidade. (VENTURA e YUJRA, 2019, p.18 apud ORIGUELA, 2020, p.21)

2 TRADUÇÃO E MIGRAÇÃO

No decurso da história da humanidade, muitos países tiveram sua demografia alterada por movimentos migratórios. Esta realidade se construiu ao longo dos séculos, não só de forma pacífica, mas também de forma violenta. A sociedade multicultural que existe atualmente, foi gerada dessa realidade, desde os descobrimentos, as invasões, as colonizações até, mais recentemente, a crise de refugiados (INGHILLERI, 2017). Embora a migração seja frequentemente vista como algo negativo, o ser humano possui disposição e capacidade de adaptação e mudança (INGHILLERI, 2017). Segundo a autora, todos os seres humanos estão migrando em certo grau, pois faz parte de ser humano, o mover-se pela vida. Sua capacidade de adaptar-se a diferentes ambientes evidencia a maleabilidade humana. (INGHILLERI, 2017)

Em relatório citado pela mesma autora, *Fatal Journeys: Tracking Lives Lost During Migration* (BRIAN e LACZKO 2014 apud INGHILLERI), publicado pela OIM, antes ainda de os sírios iniciarem sua fuga do conflito, calculou-se que, globalmente, ao menos 4.077 migrantes perderam suas vidas em 2014, tentando chegar em outros destinos, e pelo menos 40.000 morreram desde o ano 2000 (podendo ser este número maior, devido às mortes que possivelmente não foram registradas) (INGHILLERI, 2017). Para grande parte das 232 milhões de pessoas ao redor do mundo que hoje vivem fora de seu país de nascimento, migrar significa buscar oportunidades de uma vida melhor para si e suas famílias, contudo a falta de meios para a migração segura e regular acaba guiando os possíveis migrantes para as mãos de contrabandistas, colocando suas vidas à mercê de bandidos. Os migrantes não são criminosos e, sim seres humanos que, como qualquer outro indivíduo, necessitam de proteção e assistência, e merecem respeito. (INGHILLERI, 2017)

Os que tiverem sorte para conseguirem legalizar seu status permanente no lugar que escolheram viver ainda precisam enfrentar outro problema: a possibilidade de serem percebidos como uma ameaça potencial à identidade cultural e nacional dos residentes daquele país. O fenômeno da migração pode ser compreendido positivamente, pois promove a diversidade, cria oportunidades econômicas e integração social ou negativamente quando é associado à invasão, competição indesejada, dependência ou formas de exclusão não controladas, porém é na linguagem que os contornos de inclusão e exclusão se tornam mais visíveis. (INGHILLERI, 2017) Os migrantes sofrem transformações por meio das comunidades e sociedades das quais eles fazem parte, e a tradução tem um papel central nesse processo. Com a ajuda de diferentes

tipos de tradução, indivíduos que são estranhos às culturas e línguas uns dos outros percebem suas diferenças, assim como seus valores e experiências anteriores. (INGHILLERI, 2017)

Gorovitz (2014) afirma que o bilinguismo se tornou um fenômeno mundial, em que existem mais línguas em contato umas com as outras, por intermédio de falantes que estão em mobilidade crescente, do que países. Com a circulação cada vez mais intensa de pessoas, os falantes precisam empregar, além da sua própria língua, a língua da comunidade em que estão inseridos. O indivíduo que se desloca, seja por quais motivos for, precisa fazer uso de um idioma que não é o seu. Diferente da visão simplista que vê a tradução como um processo de transgressão de fronteira, em que se passa uma mensagem de uma língua para outra, Gorovitz (2014) acredita que o foco deve estar na relação que a operação tradutória estabelece entre duas línguas. Ela coloca

“em presença duas línguas por meio de um processo que, apesar de comparativo, contrastivo e diferenciador, é principalmente de ampliação. Nesse contexto, a tradução é o momento privilegiado da tomada de consciência da especificidade com que cada língua apreende e expressa a realidade.” (GOROVITZ, 2014, p.81).

Da mesma forma Inghilleri compreende a tradução como sendo o meio pelo qual os indivíduos distinguem de que forma eles divergem ou não em relação às crenças que vivenciam como significativas e verdadeiras. “A possibilidade de acordo ou desacordo com os outros repousa na suposição de suas crenças e sobre elas.” (INGHILLERI, 2017, p.65)

Polezzi (2014) parte da tradução como atividade linguística, para compreender de que forma as práticas linguísticas ligadas à migração podem ser vinculadas à tradução. Coloca a voz e a localização como elementos estratégicos para determinar o papel que a tradução desempenha na vida dos migrantes, para averiguar que figurações de tradução e de migração emergem desse encontro. Para ela, nós, como indivíduos e como grupos, marcamos os limites que definem quem somos, a sua união mantém a promessa de mudança, mas também nos expõe abertamente à diferença, despertando medos profundos ecoados em palavras como invasão e contágio. (POLEZZI, 2014)

Para a autora a tradução pode se tornar um componente central da ação e da justiça política através da exterioridade bakhtiniana – em que, se colocando como sujeito enunciador, revela sua própria imagem, com seus próprios valores, revelando informações que considera relevantes, olhando sua própria trajetória, a partir de uma outra posição (CASSANA, 2014) – e

com questões acerca do que é e o que não é "estrangeiro", abre espaços importantes dentro de grupos ou sociedade para a elaboração da diferença e do trabalho dedicado ao seu entendimento. (POLEZZI, 2014)

Nesse contexto, os tradutores têm a possibilidade de se qualificarem como atores políticos, destacando a complexidade, a mutabilidade e a intimidade inscritas na comunicação social pela presença das linguagens humanas em toda a sua pluralidade, e também, como testemunhas das questões que dizem respeito a migração, em que suas vozes podem ser ouvidas onde outras vozes poderiam ser silenciadas, trazendo à tona a experiência do migrante, assim como a compreensão de ser “humano”, indo contra a natureza desumanizante do poder contemporâneo e suas tentativas de conter as vozes, os corpos, o movimento migratório. (POLEZZI, 2014)

Polezzi (2014), ainda descreve que esse ato de testemunhar só fará sentido como parte de uma cadeia de práticas que sustentam as muitas línguas e vozes, que lutam para tornar visível e audível a complexidade do polilinguismo, desmascarando o mito do monolinguismo como norma, abandonando a visão de tradução como um processo isolado, linear e controlado, pois assim servirá apenas de instrumento de contenção, ajudando a materializar as diferenças e restaurando a distinção entre quem pertence e quem não pertence. (POLEZZI, 2014)

3 A INTERPRETAÇÃO COMUNITÁRIA E O PROFISSIONAL DA ÁREA

3.1 INTERPRETAÇÃO COMUNITÁRIA

A Interpretação Comunitária viabiliza a comunicação entre indivíduos ou grupos que não falam o idioma oficial ou dominante dos serviços prestados pelo governo local, possibilitando-lhes o acesso para que possam dialogar com os prestadores desses serviços⁹. Os altos índices migratórios atuais trazem à discussão as especificidades desse campo e a importância de serem disponibilizados os seus serviços para as pessoas que chegam ao país.

Afinal, o que vem a ser Interpretação Comunitária?

O ramo da interpretação dentro dos Estudos da Tradução é tradicionalmente entendido como a tradução falada em contraste com a tradução escrita e, portanto, apresenta características e desafios distintos. Enquanto a tradução escrita parte de um texto pronto, entregue por completo para o tradutor, a interpretação é momentânea. Seja qual for a modalidade da interpretação (simultânea de cabine, consecutiva, sussurrada, ou a comunitária), o intérprete trabalha com a produção do discurso em tempo real, a partir de uma mensagem efêmera. (GARCIA, 2019, p.33)

Para Origuela (2014), a Interpretação Comunitária está ligada a qualquer tipo de interpretação que é direcionada ao usuário e ao prestador de serviços em um cenário hospitalar, jurídico, educacional ou outro. Serve aos imigrantes ou aos que buscam asilo político, como os refugiados, para poderem se comunicar e terem acesso aos serviços públicos do país em que passaram a residir, já que não tem o domínio do idioma daquele lugar e, por isso necessitam da ajuda de um intérprete. Essa modalidade não ocorre nas negociações sobre grandes decisões políticas internacionais e nem em importantes conferências sobre recentes descobertas científicas, mas sim em ambientes onde são discutidas questões mais pessoais e significativas ligadas ao dia a dia dos indivíduos: seja num consultório médico, numa conversa com um assistente social ou advogado ela leva a intérprete às esferas mais privadas do ser humano. (HALE, 2007)

⁹ Disponível em: [Hertog: Community interpreting \(benjamins.com\)](https://www.benjamins.com) Acesso em: 23 mar 2022

3.2 O INTÉRPRETE COMUNITÁRIO

É aqui que observamos o Intérprete Comunitário desempenhar o seu papel. Esse profissional é alguém que interpreta oralmente, à prima vista, de forma simultânea ou consecutiva, de um idioma para outro, em tempo real, fazendo uma mediação linguística para que os imigrantes tenham acesso aos serviços que buscam, em consequência de estarem impossibilitados de se comunicarem, de organizarem suas necessidades de modo geral, por não falarem a língua do país.

Garcia (2019) ressalta que, embora hajam cursos livres, feitos por grupos de pesquisa como os do Mobilang, não existe, no Brasil, um treinamento acadêmico específico para o intérprete comunitário. A formação em interpretação comunitária é um tema bastante difícil de tratar no campo da interpretação. Existem muitas questões relacionadas a esta área, como a falta de formação necessária, falta de formação obrigatória, programas curtos ou insuficientes para atender as necessidades locais, etc. Para Hale (2007), os intérpretes profissionais precisam não só acatar o código de ética, mas também, obter conhecimentos linguísticos e habilidades interpretativas importantes para que tenham ciência dos ambientes em que trabalham assim como dos propósitos das linguagens empregadas em cada configuração comunicativa.

Os intérpretes, em tese, deveriam ser profissionais especializados em traduzir os diálogos entre pessoas que não falam a mesma língua. E, traduzir, aqui, não significa apenas converter palavras, mas também manifestar características culturais envolvidas na comunicação. No entanto, não há, dentro dos cursos de Letras – Tradução, uma formação específica para a área de interpretação comunitária. Não existe uma obrigatoriedade de formação ou treinamento, pois na maior parte das situações “a área da interpretação, assim como da tradução, é permeada pela ideia errônea de que qualquer pessoa bilíngue possa desempenhar os papéis de intérprete e de tradutor.” (ORIGUELA, 2021) O fato de pessoas já atuarem na área, sem treinamento, apenas por serem bilíngues faz com que acreditem não precisarem de formação por pensarem que não têm mais o que aprender. Dentre esses voluntários bilíngues que atuam na área de interpretação comunitária, estão os interpretes *ad hoc*, ou não profissionais que podem ser os amigos ou conhecidos do migrante, pessoas da mesma família, do círculo religioso ou da comunidade linguístico-nacional). (ORIGUELA, 2021)

Hale (2007) defende que, pelo fato de os intérpretes trabalharem com outros profissionais na prestação de seus serviços, em muitas situações podem acontecer mal-entendidos sobre as tarefas, funções, necessidades e expectativas de cada pessoa. Quando o intérprete não tem treinamento, isso pode levar à falta de entendimento sobre o raciocínio por trás dos procedimentos, das perguntas específicas ou do modo de entrega nos diferentes ambientes, assim como também sobre o significado das respostas do leigo, fazendo com que os prestadores de serviços primários acabem não desempenhando suas funções da forma adequada. Como afirma Smirnov (1997, p. 215), “infelizmente, não é a vida de um intérprete, mas a de seu cliente que pode se tornar o preço pago por uma má interpretação.” (apud HALE, 2007, p.26)

Para Hale (2007), as poucas opções de treinamento, as condições precárias de remuneração e de trabalho, o pouco apreço pelo trabalho do intérprete comunitário, assim como a falta de entendimento do seu papel, dificulta seu desempenho na esfera profissional. Ela também afirma que confiar ao leigo bilíngue o papel de realizar uma interpretação como se o fato de ele saber outra língua, já seja suficiente, significa perpetuar a ideia de que esta tarefa não exige capacitação, desconsiderando a necessidade de habilidades especializadas e dando a entender que os profissionais não compreendem que uma interpretação ruim e imprecisa vai afetar sua capacidade de desempenho das próprias funções, seja na saúde, no judiciário, na educação ou com qualquer outro serviço público. Portanto, a educação para intérpretes é indispensável para garantir os melhores resultados.

3.3 O TRADUTOR E O INTÉRPRETE COMUNITÁRIO

O tradutor pode atuar como intérprete comunitário e mediador cultural ou cada um deve cumprir seu papel, isentando-se de qualquer atividade fora do seu escopo de atuação? Ainda que as duas áreas estejam relacionadas, ambas possuem características distintas. Enquanto o tradutor, que recebe o material pronto, tem a responsabilidade de traduzir o texto escrito, o intérprete traduz oralmente uma breve mensagem, em tempo real. (GARCIA, 2019)

Segundo Darin (2015) a identidade do tradutor está ligada aos valores e crenças “como conhecimento da língua de partida e de chegada, conhecimento geral, precisão, perfeição, paciência, equivalência, exatidão, fidelidade ao original, invisibilidade e trabalho individual”, procurando reproduzir as palavras do texto de partida em busca da equivalência e sentidos entre

os termos. Já o intérprete, que promove a mediação cultural define-se a partir de seus “valores culturais, contexto social, função do texto, interpretação, diferença, tolerância, mediação, flexibilidade, biculturalismo, valores e sentimentos pessoais, visibilidade, iniciativa e envolvimento com os outros participantes do processo de tradução”, tentando situar o texto no contexto dos princípios e ideias das culturas relacionadas. (KATAN, 2004 apud DARIN, 2015, p.69)

3.4 A INTERPRETAÇÃO COMUNITÁRIA E A GARANTIA DE DIREITOS PARA MIGRANTES

Essa modalidade de interpretação ainda tem sido pouco apreciada no Brasil, porém apesar do pouco prestígio, a interpretação comunitária como profissão e como objeto de estudo vem despertando a atenção. Sua história começa com a implantação da interpretação na modalidade simultânea, que ganhou importância e notoriedade com a política de igualdade linguística da União Europeia e o seu uso em instituições internacionais de destaque, como OIT, ONU, UE, etc. Esse foi o impulso que deu início ao movimento de profissionalização dos intérpretes. (SILVA, 2020)

A AIIC, sigla em francês para International Association of Conference Interpreters, atuante desde 1953, e que possui mais de três mil membros, profissionais da área da interpretação, é uma organização que norteia o código ético da atividade de interpretação de conferência. Ela desempenha um papel importante na definição das boas práticas, tanto no que diz respeito à formação do intérprete, quanto à atuação profissional. Seu regimento e orientações parametrizaram outras instituições surgidas nos anos 50 e 60, sendo relevantes no setor, até os dias atuais (PÖCHHACKER, 2004).

A título de comparação e para compreendermos melhor a que distância estamos de um modelo apropriado a ser adotado, a Suécia adota práticas na área da interpretação comunitária desde 1968. Em 2014, a Suécia recebeu 81 mil pedidos de refúgio, sendo 47% deles vindos da Síria e 21% do Chifre da África (Eritreia e Somália). Em 2017, cerca de 180 mil indivíduos migraram para a Suécia e, em 2019, foram 115 mil em razão do controle de fronteira. As línguas com mais imigrantes na Suécia são: árabe (18.900), somali (10.500), persa (7.200), tailandês (5.700), inglês (4.800), espanhol (4.500), tigrínia (3.700), turco (3.100) e curdos (3.100) (NORDIN, 2021). Além disso, outros serviços como assistência médica e escolas de condução

estão disponíveis em vários idiomas, com os testes teóricos e práticos disponibilizados em árabe, somali, persa, tailandês, inglês, espanhol, tigrina, turco ou curdo. (NORDIN, 2021)

Ainda segundo Nordin (2021), mesmo a Suécia sendo um país muito menor que o Brasil, eles oferecem vários serviços em diversas línguas para atender a essas comunidades, entre elas estão: aula da língua materna uma vez por semana para crianças a partir de seis anos; professor (intérprete) na língua materna; reunião de pais e alunos, para que o aluno possa preparar seu próprio portfólio de rendimento escolar para mostrar para os pais; reunião de pais e mestres, que é a oportunidade de solicitação de um intérprete para que os pais possam falar com os professores. Tudo isso pode ser realizado em árabe, somali, persa, tailandês, inglês, espanhol, tigrínia, turco ou curdo. Após a crise migratória de 2015 na Suécia, todo esse contexto começou a ser repensado e o país começou a promover o endurecimento das políticas migratórias. No novo projeto, os refugiados poderão receber permissões de residência de três anos, que somente serão transformados em direitos de residência permanente se forem cumpridos requisitos como o conhecimento da língua ou ter renda suficiente. Antes disso, as permissões para adquirir a residência permanente eram bastante comuns na legislação do país.¹⁰

Brasil e Suécia participam de quase todas as convenções de direitos humanos existentes, sendo a única diferença que a Suécia é signatária do tratado da Convenção Europeia dos Direitos do Homem, enquanto o Brasil faz parte da Convenção de São José da Costa Rica, um tratado americano de direitos humanos que reconhece a necessidade de um intérprete estar presente em situações de fragilidade da linguagem. No entanto, o Brasil, mesmo estando ciente de suas responsabilidades, ainda está aquém no que diz respeito à profissionalização do intérprete e à aplicação desta habilidade nos serviços comunitários (NORDIN, 2021). Algumas iniciativas vêm aparecendo, como a do Memorial da América Latina, em São Paulo, que ofereceu, em outubro de 2021 um curso de Formação de Tradutores e Intérpretes Comunitários visando formar intérpretes e tradutores para atuarem como mediadores linguísticos entre solicitantes de refúgio, refugiados, apátridas, migrantes, indígenas, pessoas surdas ou ensurdecidas no contexto migratório e instituições governamentais e sociais. A iniciativa partiu do Centro Brasileiro de Estudos da América Latina (CBEAL), em parceria com pesquisadores do projeto MOBILANG, da Universidade de Brasília (UnB) e do Programa de Extensão da

¹⁰ https://www.em.com.br/app/noticia/internacional/2021/04/08/interna_internacional,1254988/projeto-de-lei-na-suecia-para-promover-normas-migratorias-mais-rigidias.shtml

UNILA, contando também com o apoio dos professores do Departamento de Letras Modernas (FFLCH – USP) e da Universidade Federal da Paraíba (UFPB).

Partiu também do Grupo MOBILANG a iniciativa de propor ao parlamento, um projeto de lei, para que o Estado reconheça a sua obrigação no sentido de oferecer assistência linguística, seja ela oral, por meio de intérpretes, e escrita, por meio de tradutores – assegurando o diálogo entre, os serviços fundamentais, de um lado, e as pessoas em situação de vulnerabilidade, do outro, pessoas estabelecidas no país, mas que não falam o português do Brasil e que, nos vários contextos, necessitam acessar os serviços públicos de saúde, justiça, educação, entre outros, essenciais para sua integração na sociedade e para viverem com dignidade. (ORIGUELA, 2021) O projeto, já mencionado anteriormente neste estudo, foi acolhido pelo senador Paulo Paim (PT), e está atualmente tramitando no Congresso. Trata-se do projeto de lei nº 5182/2020, que tem por objetivo o reconhecimento e regulamentação da profissão do intérprete comunitário, “tornando obrigatória a inserção de tradutor e de intérprete comunitário em ambientes institucionais de atendimento ao público para prover assistência linguística a todas as pessoas que não falam português brasileiro.” (BRASIL, 2020)

É de extrema urgência, para o Brasil, o reconhecimento dos direitos linguísticos como parte dos direitos fundamentais, elencando os direitos que estas pessoas têm de participarem linguisticamente nas circunstâncias em que a língua é o meio principal, sejam na área da saúde, educação, jurídica ou qualquer outra que se faça necessária (GOROVITZ, 2021), despertando a consciência de que as pessoas que não tem o português como idioma principal, também têm o direito de falar, entender, tomar decisões e interagir com segurança, à medida que buscam e usufruem dos serviços essenciais.

Para Origuela (2020) não é possível organizar os serviços linguísticos, essenciais para o acesso aos serviços públicos, na esfera privada, porém na esfera pública, a comunicação é um “problema de todos”, e por isso é fundamental que governança e vida institucional estejam operando corretamente para que a comunidade, ou boa parte dela, funcione de forma efetiva. Além da importância da implementação de políticas públicas, é também imprescindível que a formação e orientação dessa profissão estejam estabelecidos em pesquisas sobre o que significa traduzir e interpretar e sobre os limites de atuação desses mediadores. (GOROVITZ, 2021)

A interpretação comunitária viabiliza a participação linguística de todas as minorias linguísticas, sejam elas imigrantes, indígenas ou surdos, pois a atuação de um mediador linguístico qualificado pode facilitar o envolvimento e a presença linguística desses grupos.

Desta forma, consentir que falantes bilíngues sem treinamento atuem na área, como tem acontecido, significa desrespeitar os direitos fundamentais dessas pessoas. (BALESTRO, 2021) A carência de políticas públicas que garantam a presença de um mediador linguístico, traz riscos para a manutenção dos direitos linguísticos e humanos dessas pessoas (FERNANDES; SILVA, 2017). Saber o idioma do país para onde se está migrando é um aspecto extremamente importante para que se possa ter acesso a direitos, tais como obter documentação, poder usufruir dos serviços de saúde, educação, entre outros. Pensando neste aspecto, é primordial que o Estado brasileiro tome para si a obrigação de prover apoio linguístico ao imigrante, garantindo a interação justa entre pessoas imigrantes e minorias linguísticas que ainda não podem se comunicar em português, mas que precisam de apoio na sua relação com as instituições públicas, no que diz respeito ao acesso a direitos de saúde, justiça, educação, etc. Seus benefícios não são apenas para o usuário, mas se estendem ao provedor de serviço, visto que possibilitam a autonomia comunicativa para os dois lados com a presença linguística do sujeito naquele local. O intérprete comunitário pode fazer com que o imigrante esteja presente linguisticamente em uma situação que, sem essa presença, poderia trazer problemas à liberdade e necessidades dessa pessoa, viabilizando a participação ativa do imigrante na conversa. (NORDIN, 2021)

A presença linguística é um direito fundamental que visa garantir ao não falante da língua oficial, serviços públicos locais. Apenas um mediador linguístico profissional qualificado pode proporcionar, por meio da interpretação bidirecional, a participação e presença linguística de imigrantes, para que possam acessar serviços de saúde, educação, justiça etc. no país anfitrião. Direitos fundamentais tem por definição a garantia do mínimo necessário para que um indivíduo possa viver de forma digna em uma sociedade, sendo, portanto, um direito protetivo. Esses direitos se baseiam no princípio da dignidade da pessoa humana, um conceito abstrato e filosófico cuja motivação é estabelecer maneiras de fazer com que cada pessoa tenha seus direitos assegurados pelo Estado, dando-lhe autonomia e proteção, independentemente de condições pessoais específicas. (FACHINI, 2021)

Poderíamos definir direitos fundamentais como os direitos considerados básicos para qualquer ser humano, independentemente de condições pessoais específicas. São direitos que compõem um núcleo intangível de direitos dos seres humanos submetidos a uma determinada ordem jurídica. (CAVALCANTE FILHO, 2011, p. 6)

Eles colocam em pauta a essencialidade do intérprete, dado que a falta de proficiência em uma determinada língua não pode servir de impedimento para que se tenha acesso às estruturas que garantem a cidadania no país onde o migrante é acolhido. O reconhecimento da língua como um direito humano é o pré-requisito para considerar a interpretação como a fase de implementação ou o meio pelo qual esse direito humano é respeitado. (GENTILE, 2012)

4 ASPECTOS DA OBRA SEGUNDO O MODELO FUNCIONALISTA

Depois de abordadas as questões pertinentes à interpretação comunitária no que diz respeito à sua importância na promoção dos serviços linguísticos adequados às minorias linguísticas, bem como a necessidade da implantação de políticas linguísticas voltadas à garantia dos direitos linguísticos por meio da interpretação comunitária, serão abordados neste capítulo os aspectos da tradução da obra, segundo a visão do modelo funcionalista de Nord.

Em seu livro *Análise textual em tradução: bases teóricas, métodos e aplicação didática*, Christiane Nord parte da Teoria Funcionalista, modelo que aborda a análise textual voltada para a tradução, para tratar de uma das abordagens mais recentes dos Estudos da Tradução. Essa teoria tem como foco principal a função inerente ao texto e às suas traduções, determinando o método, bem como as soluções tradutórias apresentadas no texto. Entre os fatores textuais utilizados no processo, estão os extratextuais e intratextuais, de acordo com Nord (2016), que apresentamos a seguir:

Os fatores extratextuais referem-se:	Os fatores intratextuais relacionam-se com:
<ul style="list-style-type: none"> - ao emissor ou redator (Quem?) - à intenção comunicativa ou emissora (Para quê?) - ao destinatário (Para quem?) - ao canal ou meio transmissor (Através de que meio?) - ao lugar, tempo e motivo (Onde?, Quando?, Por quê?) - à função (Com que função?) 	<ul style="list-style-type: none"> - à temática (Sobre que tema trata o texto?) - ao conteúdo (Que informação apresenta?) - à informação considerada como conhecida dos destinatários (A partir de que pressupostos?) - à composição ou macroestrutura (Em que ordem?) - aos elementos não verbais que acompanham o texto (Quais elementos não verbais são utilizados?) - às características do léxico (Que palavras são utilizadas?) - à sintaxe (Que tipo de frases são empregadas?) - à prosódia e entonação (Com que tom?)

Fonte: (NORD, 2016)

Os fatores extratextuais são observados antes da leitura do texto, examinando a situação em que o texto é utilizado, a partir das informações sobre o autor ou emissor do texto (quem?), a intenção do emissor (para que?), o público para o qual o texto é destinado (para quem?), por que intermédio o texto é comunicado (por qual meio?), o lugar (em qual lugar?), o tempo da produção e recepção do texto (quando?) e o motivo da comunicação (por que?). Todas essas informações, ligadas aos fatores extratextuais, dão ao leitor uma resposta para a última questão, (com qual função?), relativo à função que o texto pode alcançar. Já, os fatores intratextuais, observados através da leitura do texto, são estudados a partir das informações sobre o tema do texto (sobre qual assunto?), o seu conteúdo (o quê?), as conjecturas do autor (o que não?), a estrutura do texto (em qual ordem?), os elementos não linguísticos ou paralinguísticos constantes no texto (utilizando quais elementos não verbais?), as características lexicais (com quais palavras?), as estruturas sintáticas do texto (com/em quais orações?) e as características suprasegmentais de entoação e prosódia (com qual tom?). (NORD, 2016)

4.1 FATORES EXTRATEXTUAIS

Os fatores extratextuais devem ser analisados com base nas informações obtidas sobre o emissor do texto, qual a sua intenção, para qual público esse texto é dirigido, qual o meio pelo qual o texto é comunicado, o lugar, o tempo e o motivo. Esses elementos são externos ao texto e o conjunto dessas informações, que se referem a esses elementos, nos fornece uma resposta a última questão “com qual função”, que diz respeito a função que o texto pode alcançar. (NORD, 2016)

4.1.1 Emissor

Segundo Nord (2016, p. 84) o emissor e o produtor podem ser elementos distintos, onde o emissor é a pessoa ou instituição que transmite um texto para veicular certa mensagem, para um determinado fim e o produtor é o autor do texto, que está seguindo as instruções do emissor. Em alguns casos pode acontecer de o emissor e o produtor serem a mesma pessoa, o que é o caso do manual *The Indigenous Interpreter*. Além de os autores terem sido os produtores do material, são também os organizadores de um programa de formação para intérpretes

indígenas, tendo a intenção de transmitir a mensagem que traz o manual, sendo, por isso também, os emissores.

Katharine Allen é intérprete e treinadora de intérpretes comunitários na Califórnia. Graduada pelo Instituto Middlebury de Estudos Internacionais em Monterey, ela é co-fundadora da InterpretAmerica, uma organização de defesa da profissão de intérprete, bem como consultora líder de treinamento para o programa *The Indigenous Interpreter*®.

Marjory Bancroft, é a fundadora e diretora da Cross-Cultural Communications (CCC), uma agência nacional de formação para interpretação comunitária e médica. É coautora de vários livros didáticos, teve participação em comitês internacionais de interpretação e foi a líder mundial do projeto de um padrão de interpretação internacional.

Angélica Isidro é co-fundadora da *Indigenous Interpreting+*® e é também intérprete da equipe *Mixteco* no *Natividad Medical Center* em Salinas, Califórnia. Foi apresentada no *Los Angeles Times* por sua influência na comunidade em Greenfield, Califórnia, e foi recentemente apresentada no “*Communique*” do *Middlebury Institute of International Studies*.

Victor Sosa é co-fundador da *Indigenous Interpreting+*®, serviço nacional de interpretação de línguas indígenas, atuando como diretor de 2014 - 2015. Desenvolveu um programa progressivo de acesso ao idioma no *Hospital Natividad* em Salinas, Califórnia, e foi a força motriz por trás do desenvolvimento do programa de formação do Intérprete Indígena. Em 2013, Victor recebeu um importante prêmio, o *Language Access Champion* do *National Council on Interpreting in Health Care*. Sosa é também intérprete forense certificado e intérprete médico certificado.

4.1.2 Intenção

Para verificar a proporção da intenção, é necessário perguntar que função o emissor quer que o texto cumpra, e que efeito ele quer que tenha sobre o receptor através da transmissão do texto. A intenção é estabelecida pela concepção do emissor, que deseja atingir um determinado propósito com o texto, porém fica a cargo do receptor, completar a ação comunicativa, no uso do texto para determinada função, resultando na configuração de todos os fatores situacionais, que incluem a própria expectativa do leitor e a intenção do emissor. (NORD, 2016)

O *The Indigenous Interpreter* é um material de capacitação e faz parte de um programa inovador chamado *Indigenous Interpreting+*, que busca orientar intérpretes de línguas indígenas com relação à ética, protocolos e modos de interpretação nos ambientes comunitários e médico-hospitalares. Não apenas isso, mas o livro também procura trazer informação e ensino a qualquer leitor, interessado na profissão do intérprete, por curiosidade, ou desejando formação, ou especialização nessa área. O público-alvo para esse livro inclui homens e mulheres, de diferentes idades e com diferentes níveis de estudo, tendo por função comunicativa a de informar e preparar aspirantes a intérpretes. Na primeira página do livro é possível encontrar esse tipo de informação, como se observa no trecho do quadro a seguir:

Quadro 1 - Trecho do *The Indigenous Interpreter*, acompanhado da tradução

Texto-Fonte	Texto-Alvo
<p>“The manual is written for indigenous people who want to be professional interpreters. It is part of The Indigenous Interpreter training program, but it has great value on its own. It is written in plain language, because many indigenous interpreters speak English as a second or even third language. Whether you are reading it as part of a training program or on your own, you can use the information in this manual to improve your interpreting skills.”</p>	<p>“O manual é escrito para os indígenas que pretendem ser intérpretes profissionais. Ele faz parte do programa de formação de O Intérprete Indígena, mas tem também grande valor por si só. Está escrito em linguagem simples, pois muitos intérpretes indígenas falam inglês como segunda ou até mesmo terceira língua. Seja sua leitura como parte de um programa de formação ou como recurso para estudar sozinho, você pode usar as informações deste manual para melhorar suas habilidades de interpretação. ”</p>

Fonte: *The Indigenous Interpreter* (ALLEN, et al., 2018)

4.1.3 Público

Para Nord o receptor é o fator mais relevante na análise. Há o público destinatário e receptor eventual, sendo que o que diferencia é que, o primeiro é aquele para quem o emissor se dirige e o segundo é aquele que pode receber a mensagem ocasionalmente. Para o texto traduzido, seu receptor é diferente do receptor do texto-fonte. O tradutor tem que buscar no

texto-fonte elementos voltados para o receptor do texto-fonte e então buscar um modo de traduzi-lo ou adaptá-lo para o texto-alvo. Ter conhecimento sobre idade, ambiente social, gênero, educação, origem geográfica, *status* social, papel desempenhado junto ao emissor etc. dos receptores-alvo é bastante importante para determinar como será a tradução, acrescentando detalhes ou omitindo itens pressupostos no texto-fonte, mas que não correspondam à bagagem do receptor-alvo. Informações acerca do público possibilitam ao tradutor alcançar um grau mais eficiente no processo comunicativo. O tradutor deve analisar não só os atributos do público do texto-fonte, mas também do texto-alvo, “cujas expectativas irão influenciar a organização estilística do texto-alvo” (NORD, 2016, p. 99-103).

Logo no prefácio do Manual, encontramos informações sobre o público de destino. Idealmente, o público-alvo do *The Indigenous Interpreter* seria voltado apenas para a comunidade indígena, no entanto, há também os receptores eventuais, dado que o Manual pode se tornar maior e ter um alcance maior do que os autores esperavam, tendo como exemplo o auxílio para intérpretes que trabalham com grupos de imigrantes ou refugiados que residem no Brasil e que não falam o nosso idioma.

4.1.4 Meio

Por “meio” a autora refere-se ao veículo que transmite uma mensagem para o leitor. Para o tradutor as distinções técnicas são menos importantes enquanto os aspectos da perceptibilidade, o armazenamento de informações e os pressupostos da interação comunicativa são mais relevantes. A primeira pergunta a ser feita é se o texto está sendo transmitido por meio da comunicação oral ou por escrito. O meio de transmissão afeta, além das condições de recepção, mais particularmente as condições de produção e também pode oferecer pistas sobre a intenção que tem o emissor e o motivo dessa comunicação. Discernir o meio direciona o tradutor quanto a identidade do receptor e outras informações que o guiam em relação às escolhas da estrutura do texto, o que inclui o nível de explicitação, arranjo dos argumentos, escolha dos tipos de frase, características de coesão, uso de elementos não verbais como mímica e gestos etc. (NORD, 2016) A autora ainda acrescenta que as categorias de fala e escrita não podem ser totalmente separadas, pois, há textos falados que são reproduzidos em uma forma escrita (por exemplo, a declaração de uma testemunha) e textos escritos que são falados (por exemplo, palestras).

Como mencionado anteriormente, o *The Indigenous Interpreter* é um livro totalmente didático. Sua elaboração compreendeu processos orais, pois o livro foi criado para e a partir de um curso de capacitação de intérpretes indígenas; foi sofrendo atualizações e sendo melhorado conforme ia recebendo feedback dos primeiros alunos, que testavam o material e auxiliavam nesse processo. O gênero didático possui características de uma escrita simples e objetiva, em que um leitor com breve conhecimento, segundo o nível do texto, consegue entender a mensagem de forma clara. (TODO ESTUDO, 2022)

4.1.5 Lugar, Tempo e Motivo

A combinação das dimensões do tempo, do espaço e do motivo em uma dimensão global é chamada de “pano de fundo geográfico, histórico e sociocultural” ou “pressupostos (situacionais) implicados”. (NORD, 2016, p.113)

A dimensão do espaço não está ligada apenas ao lugar em que o texto foi produzido, mas também, ao lugar de sua recepção por determinado público. Da mesma forma, não apenas os aspectos linguísticos devem ser considerados, mas também as condições culturais e políticas. Através da análise desse elemento podem ser descobertos detalhes a respeito do meio, assim como informações sobre o motivo do autor para produzir o texto. Também é possível descobrir detalhes de possíveis características intratextuais, como gírias ou dialetos locais. (NORD, 2016).

As informações sobre o Lugar nem sempre estão colocadas de forma aberta, mas é possível buscar pistas através das informações a respeito do emissor, como o seu local de nascimento, de trabalho ou onde mora. (NORD, 2016). Deduzir o local de emissão através do público destinatário, procurar saber qual é o meio utilizado ou ainda descobrir o motivo para a publicação, também são informações úteis que auxiliam na percepção da dimensão do espaço. (NORD, 2016).

A dimensão do tempo diz respeito a quando o texto foi feito e publicado. É um aspecto importante, pois revela a situação histórica do local e também traz informações sobre o idioma e como ele estava em determinado período. Qualquer idioma passa por mudanças quanto a seu uso e normas. O tempo da produção do texto constitui um sinal importante no desenvolvimento linguístico que o texto representa. A sua compreensão pode esclarecer a comunicação entre o emissor e o público-alvo, oferecendo pistas para que seja possível entender a intenção do

emissor. (NORD, 2016) As referências temporais dentro do próprio texto podem, às vezes, confundir o leitor dependendo do contexto, por isso é importante estar atento. É possível obter as informações sobre a dimensão do tempo a partir da data da publicação do texto ou de outras pistas contidas no paratexto, ou ainda a partir das características que representam uma variedade histórica da língua. (NORD, 2016)

A dimensão do motivo diz respeito a significação do motivo na produção e recepção do texto. Para alguns tipos de texto, essa questão é relativamente fácil de resolver, porém, essa dimensão se aplica muito mais à ocasião para a qual o texto foi produzido, do que apenas a razão pela qual um texto foi produzido. (NORD, 2016)

Para Nord (2016) o tradutor, ao comparar a motivação da produção do texto-fonte com a razão da produção do texto-alvo, pode avaliar o impacto que essas diferenças têm em suas escolhas tradutórias. Enquanto o motivo da produção do texto-fonte pode ser encontrado no ambiente do autor, a motivação para a produção do texto-alvo deve ser inferida a partir do que é sabido sobre a situação de tradução. A autora ressalta que nem sempre é relevante para a tradução prestar atenção nesse aspecto especificamente, ou seja, o motivo que levou o autor a escrever determinado texto nem sempre é importante ou afeta o texto significativamente. No entanto, é necessário observá-lo, mesmo que seja apenas para descartar como irrelevante. Algumas vezes o motivo é sugerido no texto ou mencionado no paratexto. Este é o caso do Manual *The Indigenous Interpreter*.

O livro foi elaborado entre os anos de 2014 e 2018, sendo, portanto, uma obra bastante atual. Possui uma natureza didática, com linguagem clara, direta e simples, e ocupa-se de questões relacionadas à prática da interpretação comunitária, retratando situações da vida real ou hipotéticas para auxiliar na assimilação do conteúdo por parte do leitor. A idealização do Manual teve início, em conjunto com um livro de exercícios, para o programa de formação de intérpretes indígenas, originado pelo *Indigenous Interpreting+*®, um programa da *Natividad Medical Foundation* em Salinas, junto com as comunidades indígenas locais ao redor do hospital *Natividad Medical Center*, no estado da Califórnia, Estados Unidos, lugar onde o material foi publicado e experimentado pela primeira vez. O *Natividad Medical Center* é um dos 21 sistemas de saúde da rede de segurança pública da Califórnia, que durante décadas, prestou cuidados a trabalhadores agrícolas e famílias latinos. Assim como muitos outros hospitais na Califórnia e nos Estados Unidos, o *Natividad Medical Center* enfrentou o desafio de atender um número crescente de pacientes que falam inglês limitado. Muitos deles falam

línguas indígenas. A ideia dos autores era a de fornecer material de estudo para a formação de intérpretes indígenas em consequência da falta destes profissionais.

4.1.6 Função

O texto-fonte e o texto-alvo fazem parte de diferentes sistemas culturais e, portanto, as suas funções têm de ser analisadas de forma separada, considerando especialmente a situação de recepção de cada texto. A função textual é representada pela combinação das funções comunicativas apresentadas em um texto nas situações distintas de produção e recepção. Nord (2016) afirma que a função se origina da configuração específica de fatores extratextuais (papel do autor, sua intenção, o público-alvo e suas expectativas, o suporte, o lugar, o momento, o motivo). Determinadas configurações (funções textuais) são tão frequentes que os textos podem constituir gêneros, entretanto a sua função comunicativa está mais ligada ao fator situacional da comunicação, enquanto a noção de gênero está ligada ao aspecto estrutural do texto. O conhecimento da função do texto-fonte ajuda o tradutor a se manter fiel às intenções do autor, ou seja, é percebendo a finalidade do texto-fonte, que o tradutor poderá fazer a transição para cumprir a finalidade do texto-alvo.

Segundo a autora, existem quatro funções básicas de comunicação em que quase todos os textos acabam se encaixando. A função referencial (denotativa ou cognitiva), privilegia o referente da mensagem e foca no contexto ao qual refere-se o texto buscando transmitir informações objetivas sobre seu referente. É uma função predominante em textos científicos e jornalísticos; a função expressiva ou emotiva é voltada para o emissor, onde ele imprime as marcas de suas emoções ou sua atitude pessoal para o referente: emoções, avaliações, opiniões; a função apelativa (operativa, conativa, persuasiva ou vocativa) está focada na orientação do texto para o receptor e busca organizar o texto de forma a envolver o receptor da mensagem e persuadi-lo; e a função fática, tem por finalidade entrar em contato com o receptor, mantendo vivo o canal comunicativo. Além do espaço, do tempo e da cultura, a influência dessas funções básicas compõe o “mundo” de um texto, formando o quadro sistemático para as possíveis questões que podem ser colocadas no que se refere aos fatores situacionais do modelo analítico. (NORD, 2016)

Para determinar qual será a relação entre o texto-fonte e o texto-alvo é preciso considerar o modo como a tradução será feita. Nord (2016) distingue dois tipos de tradução em

que um está focado na fidelidade (tradução-documento) e o outro tipo está focado na liberdade (tradução-instrumento). O primeiro pretende relatar e documentar a comunicação entre o emissor e o receptor do texto-fonte e o segundo transmite a mensagem do emissor do texto-fonte de forma direta para o receptor do texto-alvo, por meio das línguas e culturas. (NORD, 2016)

Não foi difícil determinar a função comunicativa que o Manual *The Indigenous Interpreter* desempenha, tanto como texto-fonte, como texto-alvo. Por intermédio dos fatores já analisados e das próprias informações expostas no livro, é possível afirmar que sua função comunicativa é a de instruir e capacitar aspirantes a intérpretes, tendo por situação comunicativa a informação e a didática, já utilizadas para diversos outros fins, o gênero de um texto didático está consolidado.

4.2 ELEMENTOS INTRATEXTUAIS

Nord (2016) acredita que a intenção do autor é o princípio orientador para as escolhas textuais. Para a tradução, o tradutor, que tem a sua visão particular da mensagem, deve depreender do texto a intenção do autor. Na perspectiva de Nord (2016), quando o emissor produz um texto, existe um propósito comunicativo e, para alcançar esse propósito, ele precisa aferir quais elementos são adequados ou convenientes de modo a serem usados na sua produção, considerando quem é o seu destinatário.

4.2.1 Assunto

Esse é um aspecto fundamental para a abordagem de análise textual orientada à tradução e, uma análise minuciosa precisa ser feita pelo tradutor. Ele precisa identificar se o “assunto domina consistentemente todo o texto”, pois “trata-se de um indício de que o texto é coerente”; se a sua inserção “em um contexto cultural específico pode indicar possíveis pressuposições e sua relevância para a tradução”; se a realidade extralinguística de um texto “capacita o tradutor a decidir se possui conhecimento especializado exigido para compreensão e tradução do texto e/ou que tipo de pesquisa deverá ser realizada antes de traduzi-lo”; se é possível demonstrar a traduzibilidade do texto partindo da análise do assunto, assim como reconhecer a função do título e cabeçalho e questionar sobre o assunto, que “revela informações

sobre certos fatores extratextuais quando estes não estiverem sido determinados por uma análise externa” (NORD, 2016, p.154) Existem convenções textuais que facilitam o processo para descobrirmos qual o assunto do texto, pois demandam que o título, o cabeçalho ou o contexto do título e subtítulos contenham as informações referentes ao tema. Quando isso não acontece, é possível buscar no início do texto, se há alguma informação a respeito do que será abordado. E se isso não se aplicar a nenhum caso descrito acima, para desvendar o seu assunto, é preciso investigar, partindo da análise dos fatores intratextuais (NORD, 2016).

Temos por título do Manual: *The Indigenous Interpreter: A Training Manual for Indigenous Language Interpreting* (que tem por tradução “O Intérprete Indígena: Um Manual para a Formação de Intérpretes de Línguas Indígenas) e esta informação já nos dá a percepção de qual é o assunto e o que será apresentado. Para além disso, não há outra temática relacionada ao assunto principal e o Manual trata apenas das questões relativas à capacitação dos intérpretes de línguas indígenas.

4.2.2 Conteúdo

Refere-se ao conteúdo explícito ou subentendido apresentado por intermédio da informação semântica das palavras, das informações gramaticais e também do que não é verbalizado. No caso de um texto traduzido, por se tratar de uma comunicação intercultural, pode acontecer que as informações subentendidas, introduzidas pelo autor, estejam além do entendimento do receptor da cultura-alvo, devido à diferença da bagagem sociocultural que ambos carregam. Por isso, o tradutor tem por função não somente a tradução de um texto para a língua alvo, mas é necessário, também, acomodar o texto para o nível do conhecimento prévio do receptor, daí a importância da competência bicultural de um tradutor. (NORD, 2016)

Quando o conteúdo não é imediatamente óbvio, pode ser feita a análise no nível lexical, através de resumos ou paráfrases do texto-fonte. Todavia é crucial que seja feito com prudência, para que isso não resulte na criação de um novo texto, que se torne independente do texto original. (NORD, 2016). É importante manter-se atento aos mecanismos de coesão presentes no texto, como anáforas, catáforas, recorrências ou substituições, quando for fazer a análise do conteúdo, pois eles demonstram mais profundamente a realidade interna do texto e o que o autor quis apresentar. Não somente estes, mas qualquer pequeno significado interno do texto, conotativos e denotativos, deve ser examinado, para que nenhuma informação tenha mais

relevância em prejuízo de outra (NORD, 2016). Já no título do Manual *The Indigenous Interpreter: A Training Manual for Indigenous Language Interpreting*, podemos verificar um indicador claro no que se refere ao seu conteúdo, o que é possível confirmar, em sua sequência, na leitura do prefácio.

4.2.3 Pressuposições

Para Nord (2016) a pressuposição é “uma informação não verbalizada”, que muitas vezes se faz entender por meio do subtexto, por não estar explícita no texto. Analisando a cultura do texto-fonte, é possível, para o tradutor, transmiti-la melhor, especificando o que poderia estar subentendido a partir disso. As pressuposições frequentemente se referem a objetos e fenômenos da cultura a qual pertence o emissor. Em textos muito complexos, fictícios ou não, o emissor pode reforçar algumas informações que não tenham ficado muito claras, para auxiliar a compreensão do leitor. A autora afirma que as pressuposições abrangem todas as informações que o emissor espera, pois pressupõe-se serem parte do horizonte do receptor. Dado que o emissor deseja que o enunciado seja compreendido, parece lógico que ele pressuponha somente as informações que acredita que o receptor consiga “reconstruir”. (NORD, 2016). Para reconhecer as pressuposições de um texto, devemos analisar a distância entre os receptores do texto-fonte e do texto-alvo, o nível de explicitação ou de redundâncias existentes, e também o contexto cultural. (NORD, 2016).

Segundo a autora:

As pressuposições podem se referir não só aos fatores e condições da situação e realidades da cultura fonte, mas também abranger fatos da biografia do autor, teorias estéticas, tipos de textos comuns e suas características, disposições métricas, detalhes sobre o assunto, motivos, a iconografia e os argumentos preferidos de certos períodos literários, ideologia, religião, conceitos mitológicos e filosóficos, condições político-culturais de uma época, meios e formas de representação, situação educacional ou a história da recepção de um texto antigo. (NORD, 2016, p.172)

O texto didático é um gênero textual com objetivos pedagógicos e está organizado de forma que todos os leitores possam chegar à mesma conclusão. Por este motivo, é considerado um texto utilitário. A elaboração de um texto didático é feita de maneira conceitual, primando pela necessidade do interlocutor de compreender o assunto exposto com base. Antes de analisar

a linguagem desse tipo de texto, é importante saber qual a função de um texto de um modo geral. (OLIVEIRA, 2018)

Nos anos escolares aprendemos a lidar com textos didáticos, apresentados a nós desde o primeiro ano de escola, por isso quando ao nos depararmos com um livro didático, já criamos determinadas expectativas a seu respeito. Para o estudo e prática do *The Indigenous Interpreter*, é possível acompanhar e compreender suas orientações mesmo sem conhecimento. A ideia dos produtores desse material é a de alcançar um grande número de pessoas interessadas no assunto, independentemente de seu nível de formação, podendo o material fazer parte do programa de formação *The Indigenous Interpreter* ou ser usado para estudos independentes, para melhorar as habilidades de interpretação do estudante. (ALLEN, *et al.*, 2018) Não há informações implícitas no livro que precisem de explicações profundas e por se tratar de um livro de gênero didático e, não fictício, está pautado na realidade tendo seu subtexto escrito de maneira bastante simplificada.

4.2.4 Estruturação

A relevância da análise desse aspecto para a análise textual da tradução orientada se dá da seguinte maneira: se um texto é constituído por diferentes segmentos com condições situacionais distintas, cada segmento pode demandar diferentes estratégias de tradução em conformidade com suas funções distintas; b) o início e o final de um texto possuem um grande valor em sua interpretação e compreensão, devendo ser analisados meticulosamente, para assimilar como processo de recepção é orientado por eles, influenciando o efeito do texto; c) as convenções são culturais para alguns tipos de texto, sendo assim, a análise da composição textual pode resultar em informações importantes a respeito do tipo textual e/ou sua função; também, o tradutor deve respeitar as convenções de cada língua e adaptando-as à língua de destino; d) a análise das informações macro e microtextual ajudam a elucidar qual o assunto do texto ou qual a informação mais relevante, em textos mais complexos ou incoerentes. (NORD, 2016)

Olhando para o aspecto macroestrutural, o *The Indigenous Interpreter* está dividido em 20 Módulos, tendo um tema próprio para cada um deles, focado no preparo e formação do intérprete comunitário. Cada tema incluiu orientações direcionadas para solucionar as dificuldades que intérpretes indígenas encontram diariamente em muitos ambientes de

diferentes áreas da prestação de serviços às comunidades indígenas. Antes dos Módulos estão o Prefácio, os Agradecimentos, a Introdução, uma sessão dedicada aos Autores, os Objetivos da Aprendizagem e, por fim, o Glossário, trazendo em seu conteúdo o contexto pelo qual o Manual foi criado, o seu propósito e o que se pode esperar do material. Possui uma estrutura narrativa factual e não ficcional, fundamentada em fatos provenientes do que se conhece convencionalmente como “realidade”, de acordo com Nord (2016). Isso aparece especialmente no início do Manual, em que é exposto o que levou o material a ser criado. Mais adiante, ao iniciarem-se os módulos do *The Indigenous Interpreter*, as situações narrativas aparecem em exemplos, descritos para auxiliar a compreensão do leitor.

A estrutura sintática considerada por Nord (2016) diz respeito ao tamanho e a construção das frases, a distribuição das orações principais e subordinadas, a ordem dos componentes da oração e a conexão de orações e frases. Por ser de gênero textual didático, a organização das suas orações é direcionada para possibilitar a assimilação de quem o lê e, por isso as informações são colocadas com escrita simples, utilizando um léxico simples com frases curtas e objetivas. Não são percebidas ao longo da leitura, quebras de regras gramaticais. Em sua tradução buscou-se manter a mesma simplicidade de fala, sem uso de vocabulário muito rebuscado, pois os nossos indígenas, que podem se interessar em fazer esse curso, muitas vezes não tem um alto nível de português, de leitura e também de oralidade.

Os capítulos traduzidos para este trabalho foram os Módulos:

15 – Mental Health Interpreting

16 – Introduction to Consecutive Note-Taking

17 – Introduction to Simultaneous Interpreting

19 – Trauma and Interpreter Self-care

O módulo 15 trata de questões relacionadas com a interpretação de saúde mental, abordando os conceitos de saúde e doença mental que, quem interpreta neste campo, precisa conhecer, assim como devem entender como os transtornos mentais são tratados no sistema de saúde norte-americano. Apresenta alguns dos principais problemas nesta área da saúde, trazendo situações comuns ao ofício do intérprete e exemplos de entrevistas em saúde mental que requerem a presença do profissional de interpretação.

O módulo 16 mostra como fazer anotações para interpretações consecutivas, para tornar mais precisa e completa a interpretação, com menos erros e trazendo um aspecto mais profissional ao trabalho do intérprete, enquanto o módulo 17 oferece uma breve introdução à interpretação simultânea explicando como ela funciona e oferecendo algumas estratégias para a sua prática.

O módulo 19 expõe o estressante trabalho do intérprete comunitário e o quanto seus serviços, interpretando histórias de trauma, ajudando as pessoas nos melhores e piores momentos de suas vidas, podem eles mesmos experimentarem traumas secundários. São ensinadas estratégias para o gerenciamento do estresse e do trauma durante todo o processo de interpretação das atribuições para que o profissional possa ter uma carreira mais produtiva e saudável.

4.2.5 Elementos Não Verbais

Nord (2016) caracteriza os elementos não verbais como “signos oriundos de outros códigos não linguísticos, empregados para suplementar, ilustrar, desambiguar ou intensificar a mensagem do texto”, fornecendo informações complementares. Esses elementos podem ser fotos, ilustrações, símbolos, logos, fontes especiais ou coloridas, por exemplo. Cada um deles desempenha uma função, como acompanhar um texto, no caso de um layout; exercer uma função complementar, como as tabelas e gráficos; podem estabelecer uma parte independente, como ocorre com as tirinhas ou quadrinhos; ou até mesmo substituir certos elementos textuais como o [*] que é usado no lugar de palavras consideradas tabu. Já as características de entonação, pausas e os mecanismos gráficos são consideradas características que realizam funções análogas na comunicação escrita (por exemplo, pontuação, uso de maiúsculas, itálicos, etc.) e, por isso são classificados como “características suprasegmentais”. (NORD, 2016)

O Manual *The Indigenous Interpreter* apresenta diversos elementos não verbais, como o uso de fotos, imagens, gráficos, mapas mentais e fontes coloridas, assim como nos exemplos abaixo. Elementos não verbais são geralmente encontrados em livros didáticos, tanto em nossa cultura como na cultura norte-americana, por isso, não houve a necessidade de realizar qualquer alteração no processo de tradução.

Figura 2 – Imagens contidas no Manual *The Indigenous Interpreter*

Module 15 Mental Health Interpreting

Learning Objectives
 After completing this module, you'll be able to:

- Learning Objective 15.1**
Define and discuss mental health and behavioral health.
- Learning Objective 15.2**
Explore the concept of the therapeutic alliance.
- Learning Objective 15.3**
Adapt professional interpreting protocols and practices to mental health interpreting.

Therapist + Patient = Therapeutic Relationship

Therapist + Patient + Interpreter = Therapeutic Threesome?

How do I build trust with the interpreter in the middle?

- Therapists often are unsure how to interact with the interpreter.
- They are used to being alone and communicating directly with their patients.

Mental health and Latino immigrants

17.8% of the U.S. population is estimated to be Latino or Hispanic.

Of those, over 15% had a diagnosable mental illness in the past year.

That is over 8.9 million people.

MORE than the number of people who live in New York City.

Signs of Addiction

1. Tolerance
2. Obsession
3. Increased Intake
4. Loss of control
5. Abuse despite harm
6. Withdrawal symptoms

Emotional Effects on Family

Stress, Denial & shame, Anger, Guilt.

You

Social life and entertainment, Where you live, Money, Profession, Well-being, Personal growth.

Source: 103 and 104

87 The following section is based on CDC (2013).

Fonte: *The Indigenous Interpreter* (ALLEN, et al., 2018)

4.2.6 Léxico

Assim como todos os outros elementos, as características do léxico desempenham um papel importante em todas as abordagens de análise textual orientadas a tradução, com ênfase para os aspectos semânticos, estilísticos e formais. As características lexicais de um texto fornecem informações a partir dos fatores extratextuais e intratextuais, revelando detalhes que dizem respeito a dimensão do conteúdo e das características suprasegmentais. (NORD, 2016)

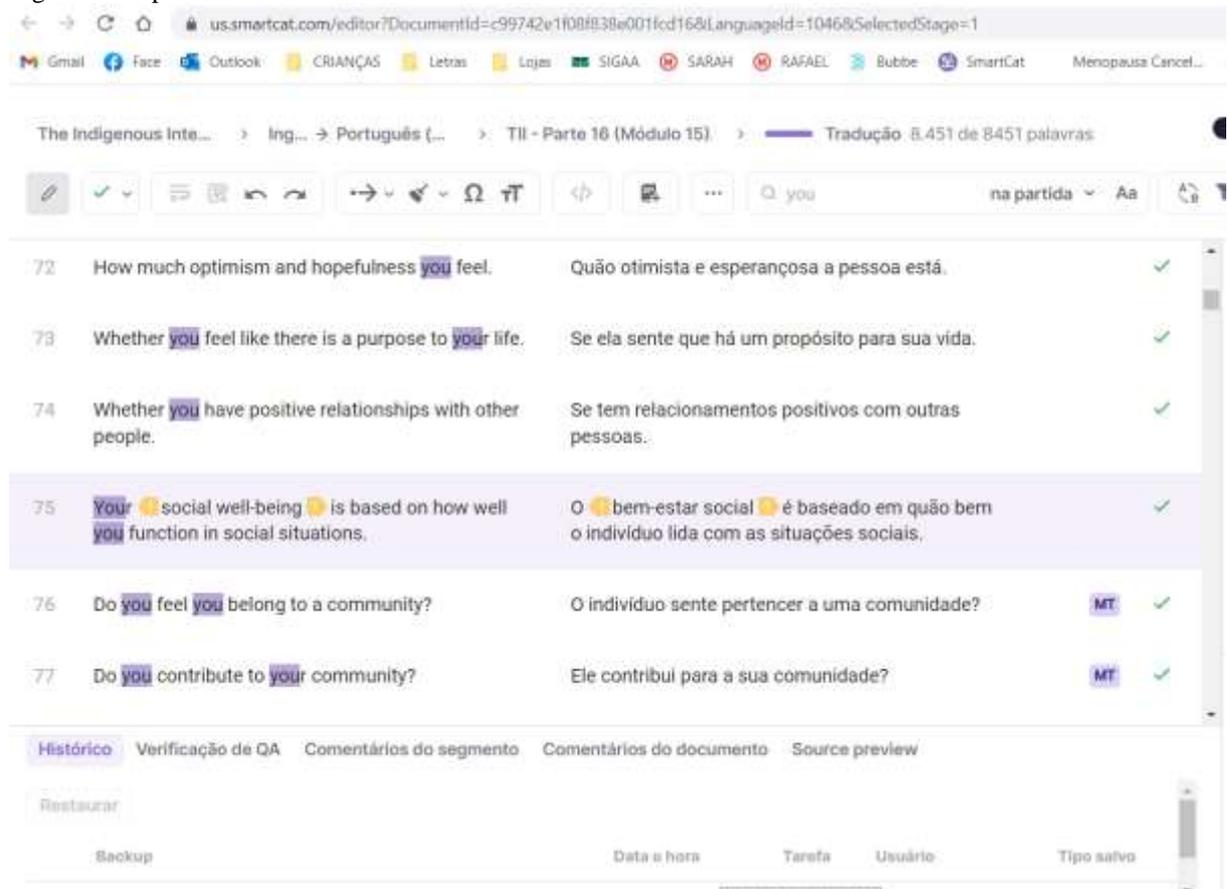
Levando em conta o aspecto intratextual, o léxico está fortemente ligado ao assunto e ao conteúdo discutido, visto que, dependendo do assunto, determinados campos semânticos aparecem com mais frequência do que outros. Alguns aspectos morfológicos (sufixos, prefixos, palavras compostas, acrônimos, etc.) também são bastante comuns, e demandam maior atenção e discernimento no processo tradutório, em função da motivação das escolhas feitas pelo autor do texto-fonte (siglas, emprego de diminutivos, etc.). Já com relação aos aspectos extratextuais, pode ou não ser confirmada no texto a expectativa criada no que se refere ao emissor e suas escolhas, trazendo frustração para o leitor ou exercendo um efeito proposital do texto. (NORD, 2016)

São requeridas habilidade e sensibilidade do tradutor para identificar se o emprego das palavras escolhidas pelo emissor é de uso ordinário e padronizado para aquele tipo de texto ou se ele se configura em um estilo particular do autor. Se o escopo da tradução sugerir a manutenção do léxico, o tradutor deve subordinar as suas escolhas à essa finalidade, preservando os itens lexicais. Nord (2016) sugere que o léxico e a sintaxe sejam analisados junto com os aspectos estilísticos ou linguísticos da análise textual, que englobam as figuras retóricas, como metáforas, comparações, formação criativa de palavras, elipses etc., assim como os níveis de estilo, convenções de gênero e a “organização artística” de textos literários. (NORD, 2016) Como já mencionado, o léxico empregado no *The Indigenous Interpreter* é intencionalmente escolhido para cumprir uma função simples e direta, facilitando assim o entendimento do leitor, ou seja, um livro didático, que tem por finalidade a formação de intérpretes.

De acordo com Nord (2016) um texto orientado ao público revela-se, principalmente, através das escolhas lexicais: emprego de palavras de registros específicos, dialetos e estilos que não são determinados pelo emissor ou pela inserção de explicações.

O receptor também pode ser mencionado no texto ou, às vezes, o autor dirige a palavra ao receptor. São comumente usadas as formas pronominais de tratamento na segunda pessoa — como, *você*, *tu* ou infinitivos em função de imperativo (NORD, 2016). Esse foi o caso do Manual, em que basicamente o autor se dirige ao receptor a todo o momento ao longo do livro. Vários ajustes tiveram que ser feitos para adaptar a língua de partida à língua de chegada, trazendo um pouco de impessoalidade para o texto, como é possível observar os exemplos, na imagem abaixo:

Figura 3 - Captura de tela demonstrando a interface do *Smartcat*.



Fonte: *SmartCat*

4.2.7 Sintaxe

A forma como as orações são organizadas e se relacionam é essencial e por meio de sua análise é possível fazer correlações, por exemplo, com a complexidade do assunto, as pressuposições, a estruturação e as características suprasegmentais, além de alguns fatores

extratextuais. Nord (2016) aponta como aspectos relevantes no processo de análise textual “a construção e complexidade de orações, a distribuição de orações principais e subordinadas no texto, a extensão das orações e o uso de focalizações e mecanismos de coesão na superfície do texto.” No entanto, pode acontecer de um texto ser escrito de forma a não preservar as características sintáticas e gramáticas, de acordo com a norma padrão de sua língua, por isso o tradutor deve dar especial atenção para perceber se isso acontece no texto analisado, se foi proposital ou apenas um descuido. A tradução vai passar por adequações linguísticas e sintáticas que serão diferentes do texto-fonte em conformidade com os fatores extratextuais e intratextuais da língua de chegada o que irá caracterizá-la como tradução. (NORD, 2016)

O texto do Manual *The Indigenous Interpreter* possui natureza conceitual, com termos empregados de forma simples e direta, tendo por objetivo ensinar ou explicar um conteúdo específico. Por se tratar de um material de caráter didático e não literário, nenhuma norma gramatical foi quebrada e o entendimento do que está escrito tem prioridade em detrimento do aspecto estilístico. Alguns mecanismos de coesão foram percebidos ao longo do texto, como a anáfora que é uma figura de linguagem que tem como característica a repetição de uma mesma palavra ou expressão no início de cada oração, ou sentença, como vemos no exemplo abaixo:

Quadro 2 - Trecho do *The Indigenous Interpreter*, acompanhado da tradução

TEXTO-FONTE	TEXTO-ALVO
<p>Note-taking for community interpreters is important for two reasons:</p> <p>It promotes direct communication.</p> <p>It supports the four main consecutive interpreting skills: active listening, message analysis, message conversion and delivery.</p>	<p>A tomada de notas é importante, para intérpretes da comunidade, por dois motivos:</p> <p>Promove a comunicação direta.</p> <p>Dá suporte as quatro principais habilidades de interpretação consecutivas: escuta ativa, análise de mensagens, conversão e entrega de mensagens.</p>

Fonte: *The Indigenous Interpreter* (ALLEN, et al., 2018)

O sujeito da oração, “Note-Taking” é retomado pelo pronome “it” de forma consecutiva nas orações seguintes, uma característica comum nos textos em inglês, mas que no português, afeta substancialmente a coesão textual. Ao traduzir o texto para o português, a escolha foi retirar o pronome pessoal, pois a sua repetição causava monotonia, quebrando o

ritmo e diminuindo a energia das frases, o que poderia também desviar a atenção do leitor. Esse tipo de exemplo, acontece em vários outros momentos ao longo do livro. Na análise sintática, o tradutor precisa identificar quais são os fatores presentes, quais os que precisam ser mantidos e quais devem ser modificados.

Além dos pontos aqui já mencionados, vale apontar algumas pequenas modificações feitas no Manual durante o processo tradutório. Neste caso, referenciado no Quadro 1, abaixo, ao apresentar uma lista de características referentes aos sintomas da dependência química, o autor utilizou frases individuais, sem maior ligação entre elas. Para dar fluidez e para acompanhar as características dos textos traduzidos anteriormente por outros alunos, desse mesmo manual, foi utilizado letra minúscula para iniciar cada aspecto e ponto-e-vírgula para separa-los, com um ponto final, encerrando a lista.

Quadro 3 - Trecho do *The Indigenous Interpreter*, acompanhado da tradução

TEXTO-FONTE	TEXTO-ALVO
<p>Symptoms include:</p> <p>The strong need to use alcohol or drugs every day.</p> <p>The need for more and more of the substance.</p> <p>Loss of control over when and how much to take – such as drinking first thing in the morning.</p> <p>Strong denial that the addiction is causing problems (and even blaming others).</p> <p>Problems at home, with family and friends, at work or at school.</p> <p>Not being able to stop even when addiction leads to losing a job, divorce, financial problems and bad health.</p>	<p>Os sintomas incluem:</p> <p>Uma forte necessidade de usar álcool ou drogas todos os dias;</p> <p>necessidade cada vez maior da substância;</p> <p>perda do controle sobre quando e quanto usar – como beber logo pela manhã;</p> <p>forte negação de que o vício está causando problemas (inclusive culpando os outros);</p> <p>problemas em casa, com a família e amigos, no trabalho ou na escola;</p> <p>não ser capaz de parar mesmo quando a dependência leva à perda de um trabalho, ao divórcio, dificuldades financeiras e problemas de saúde.</p>

Fonte: *The Indigenous Interpreter* (ALLEN, et al., 2018)

4.2.8 Características Suprasegmentais

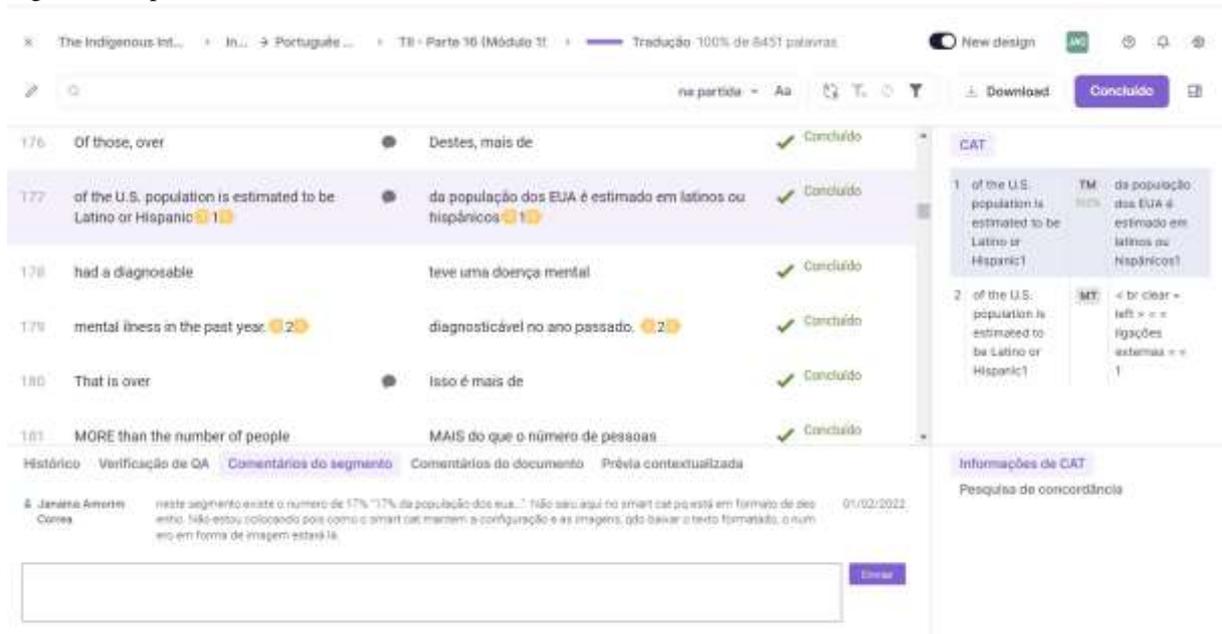
Essas características apresentam palavras escritas em negrito, itálico ou espaçadas, traços, aspas, parênteses entre outros exemplos que Nord caracteriza como o tom específico do texto, que são capazes de desempenhar o formato da configuração fonológica ou entoacional da mensagem para retirar a ambiguidade, revelando as intenções do autor. Elas distinguem-se dos elementos não verbais, pois em vez de fornecerem informações complementares, elas desempenham funções análogas à comunicação, revelando quais tons e nuances são entregues a partir desses elementos textuais. (NORD, 2016)

O *The Indigenous Interpreter* apresenta características suprasegmentais, como o uso de parêntesis, que isolam semanticamente os elementos inseridos ali, para trazer informações acessórias como observações dos autores, adendos, curiosidades, siglas ou significados de palavras, ou informações técnicas, dando uma relação de proximidade entre autor e leitor, resultando inclusive, numa diferença de entonação ao fazer a leitura do texto oralmente como se fossem “faladas em um tom mais baixo e a uma velocidade mais alta do que na oração subjacente” (NORD, 2016),

4.3 FERRAMENTAS USADAS NA TRADUÇÃO

A ferramenta mais usada para este trabalho, foi o software online *SmartCat*, em conjunto com a pesquisa em dicionários específicos e sites institucionais relacionados ao projeto. Na figura a seguir é possível verificar como se dá o layout do software.

Figura 4 - Captura de tela demonstrando a interface do *Smartcat*.



Fonte: *SmartCat*

O *Smartcat* é uma plataforma que conecta empresas e tradutores, neste caso, a UnB e o aluno, criando um fluxo de trabalho colaborativo, facilitando a comunicação entre o professor e os alunos envolvidos no trabalho em um ciclo contínuo. É uma ferramenta de fácil utilização, que oferece vários benefícios, como a separação automática do texto em segmentos e a confecção de um glossário integrado. A plataforma também dispõe de um serviço de tradução automática dos segmentos, onde o tradutor pode optar ou não, por utilizar a sugestão feita pelo programa. Apesar de servir de auxílio no processo de tradução, o software não oferece uma tradução perfeita, necessitando com frequência de alguma correção ou ajuste.

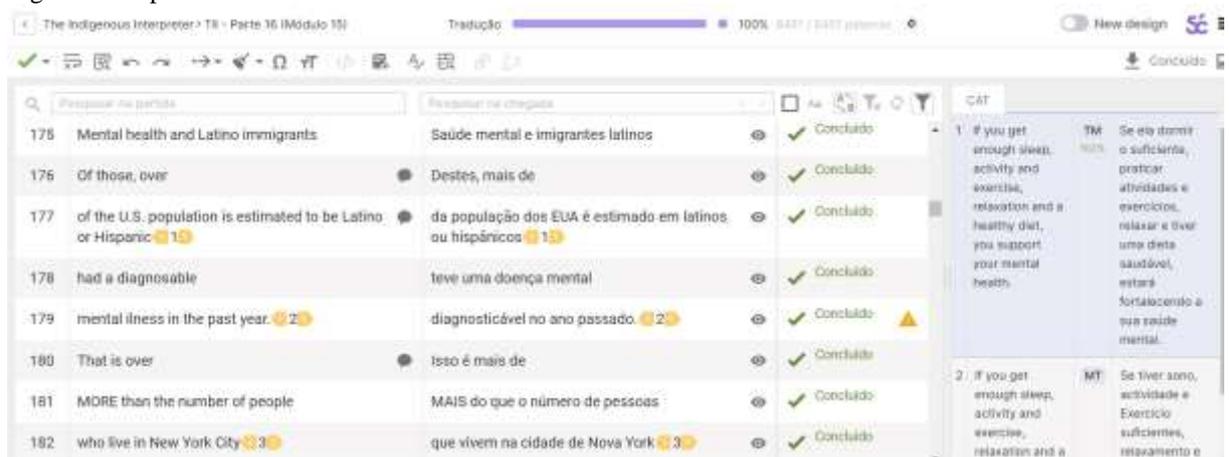
Possui também um campo onde o tradutor pode deixar para o revisor, comentários e explicações acerca das decisões tradutórias de determinados seguimentos assim como, igualmente o revisor pode deixar comentários sobre os por quês de ele ter feito alterações nos seguimentos feitos pelo tradutor, sendo extremamente útil como ferramenta de comunicação, para o andamento e agilidade do trabalho.

Todos os títulos dos Módulos, já haviam sido traduzidos e determinados previamente por trabalho executado por uma aluna em conclusão de curso, portanto não foram alterados, mas resgatados e adequados à tradução feita para este trabalho.

Um ponto sobre o *SmartCat* que vale a pena mencionar é que o programa, para manter a configuração do texto original, misturou as frases, o que trouxe um pouco de confusão na hora da tradução. Por isso era importante manter o Manual *The Indigenous Interpreter*® aberto para consulta-lo a todo momento, conferindo a ordem de algumas frases ou sua conexão com as imagens para entender o contexto e fazer a tradução.

As Figuras 4 e 5, relacionadas abaixo exemplificam o que foi mencionado no parágrafo anterior, onde as sentenças se misturam, e alguns dados do texto acabam não aparecendo, como os índices de “17,8%”, “15%” e “8.9 million people”. Não só o tradutor deve manter o livro aberto para entender a conexão de uma sentença com outras no *SmartCat*, como também o revisor precisa manter o livro ao seu lado para poder compreender o que foi feito para não se confundir na hora de revisar.

Figura 5 - Captura de tela do *Smartcat*.



Fonte: *SmartCat*

Figura 6 - P. 429 do Manual *The Indigenous Interpreter* (ALLEN, et al., 2018)



Fonte: *The Indigenous Interpreter* (ALLEN, et al., 2018)

Outro aspecto importante da tradução foi o fato de que, por se tratar de um livro de gênero textual didático e também por se constituir uma característica da língua inglesa, a organização de suas orações são ordenadas por todo o manual, em frases simples, com um léxico simples e com frases curtas e diretas. Na língua portuguesa, um texto repleto de frases curtas traz a ideia de superficialidade e de pouco domínio no desempenho da escrita, ou torná-lo compreensível apenas a um número restrito de leitores, então na sua tradução buscou-se evitar essa prática. Quando feita a tradução, não funcionando bem para o português, houve o cuidado de agrupar essas frases, tornando-as em uma, para que não causasse estranheza ao leitor, deixando o texto mais fluido e de acordo com o estilo da língua portuguesa, como no exemplo dos segmentos 579 a 582, no Quadro 1, abaixo.

Quadro 4 - Trecho do *The Indigenous Interpreter*, acompanhado da tradução

TEXTO-FONTE	TEXTO-ALVO
Section 16.2 focused on using symbols and abbreviations and not many words. Take as few notes as you can. Develop a system for symbols and abbreviations. They should be	A Seção 16.2 concentrou-se no uso de símbolos, abreviações e poucas palavras, fazendo o mínimo de anotações possível e desenvolvendo um sistema de símbolos e

<p>just enough to help your memory capture the whole message.</p> <p>Section 16.3 focused on techniques for practicing note-taking. Practice with the same audio and video files over and over.</p>	<p>abreviaturas, devendo ser suficientes para ajudar a memória a capturar toda a mensagem.</p> <p>A Seção 16.3 focou em técnicas para a prática da tomada de notas, em que a prática pode ser feita com os mesmos arquivos de áudio e vídeo repetidamente.</p>
---	--

Fonte: *The Indigenous Interpreter* (ALLEN, *et al.*, 2018)

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A interpretação comunitária, bem como a mediação cultural, é uma ferramenta fundamental para integração e proteção de pessoas migrantes nos locais onde são acolhidas. Esse trabalho que auxilia na comunicação entre migrantes e instituições tende a ser aperfeiçoado, viabilizando a tradução das informações importantes e emergenciais para os que necessitam, para a elucidação acerca das diferenças culturais, assim como a orientação para os agentes de serviços públicos, contribuindo para que os imigrantes sejam ouvidos, reconhecidos e acolhidos. É importante que sejam oportunizadas iniciativas que promovam a mediação linguística e cultural através de programas de treinamento, ensino universitário e especializações, para que seja ampliada e fortalecida essa profissão, uma vez que a desorganização e desestruturação da indústria, a ausência de ensino universitário obrigatório e a falta de compreensão da complexidade da tarefa do intérprete refletem em uma identidade profissional fraca, levando ao desprestígio da profissão. (Hale, 2007)

A interpretação comunitária, assim como a tradução, pode servir como um instrumento fundamental para proteção e integração dessas pessoas nas comunidades em que são acolhidas. Ela assegura a comunicação entre os migrantes e as instituições humanitárias, permitindo que serviços como a tradução de informação importante e emergencial para quem precisa, explicações acerca das diferenças culturais e, até mesmo, orientações para as agências humanitárias, possam facilitar a vivência dessas pessoas nos locais onde escolheram residir, criando, assim, pontes simbólicas, para que essas minorias possam ser ouvidas, respeitadas e acolhidas.

A interpretação comunitária, que é um tipo de serviço tradutório, tem caráter social, uma característica que estimula o debate sobre os desafios que as instituições acadêmicas enfrentam para formar profissionais capazes de fornecer esse serviço adequadamente em cada contexto, frente a uma crescente demanda das sociedades contemporâneas. Diz respeito a um direito primordial, que muitos países, incluído o Brasil, não respeitam, e essa supressão de institucionalização proporciona a ausência do reconhecimento da profissão e da profissionalização, assim como também reafirma os preconceitos e o juízo comum.

Para tomadas de decisões democráticas e efetivas, no sentido de favorecer imigrantes e refugiados, é imprescindível um processo de tradução e mediação cultural. Por isso é importante buscarmos desenvolver meios justos, para conseguirmos superar as dificuldades, proporcionando formas de viabilizar o melhor entendimento da informação, tornando-a culturalmente apropriada para todos os migrantes e refugiados. Urge a implementação de políticas públicas que possam garantir a mediação linguística qualificada, que esteja fundamentada em orientações e formação apropriadas, sendo também de extrema importância que essas orientações sejam pautadas em pesquisas sobre os conceitos de tradução e interpretação e quais os limites do que se espera desses mediadores.

A tradução o Manual *The Indigenous Interpreter* para ser aplicado no Brasil, poderá orientar intérpretes, sobre ética, protocolos e modos, não só para atuar com as línguas indígenas, mas também de vários outros idiomas, para que possam auxiliar as minorias linguísticas a superarem as dificuldades que venham a enfrentar no seu cotidiano ao necessitarem dos mais variados serviços. O intérprete comunitário dá voz às pessoas que não tem fluência na língua oficial do país, para que possam se comunicar com os órgãos de serviços públicos e assim, obterem atendimento igualitário e acesso aos serviços jurídicos, de saúde, educacionais, governamentais, sociais, entre outros necessários.

REFERÊNCIAS

- ALLEN, Katharine Allen, et al. 2018. **The Indigenous Interpreter®: A Training Manual for Indigenous Language Interpreting**. 1st. Salinas : Natividad Medical Foundation, 2018.
- BALESTRO, A. C., & GOROVITZ, S. 2021. **Direitos linguísticos de solicitantes de refúgio no Brasil: a presença do mediador linguístico na entrevista de solicitação de refúgio como garantia de direitos humanos**. 02 19, 2021, pp. 26(54), 355-379.
- BRASIL. **Lei n. 13.445, de 24 de maio de 2017**. Institui a Lei de Migração. Diário Oficial da União, Brasília, DF, 2017b. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2015-2018/2017/lei/113445.htm. Acesso em: 16 mar. 2022.
- BUNDE, Mateus. **Texto didático**. Todo Estudo. [Online] [Cited: abr 10, 2022.] <https://www.todoestudo.com.br/portugues/texto-didatico>.
- CASSANA, Mônica Ferreira. 2014. **Conversas Bakhtinianas: reflexões sobre linguagem e educação**. Rio Grande do Sul : Revolução eBook, 2014. 9781942159360.
- CAVALCANTE FILHO, João Trindade. 2011. **Teoria Geral dos Direitos Fundamentais**. *Scribd*. [Online] ago 18, 2011. [Cited: mar. 16, 2022.] <https://pt.scribd.com/document/62578655/Joao-Trindade-Teoria-Geral-Dos-Direitos-Fundamentais>.
- CAVALCANTI, L, OLIVEIRA, T. and MACEDO, M. **Imigração e Refúgio no Brasil**. Relatório Anual 2020. Observatório das Migrações Internacionais; Ministério da Justiça e Segurança Pública/ Conselho Nacional de Imigração e Coordenação Geral de Imigração Laboral., OBMigra. Brasília, DF : Série Migrações, Relatório Anual 2020.
- CBEAL. 2021. **Tradução humanitária e mediação cultural para migrantes e refugiados**. São Paulo : Fundação Memorial da América Latina, 2021. p. 84.
- COUTINHO, Mariana Paz. 2021. **Uma Análise Textual Voltada para a Tradução do Manual The Indigenous Interpreter**. Letras - Tradução, Universidade de Brasília. Brasília : s.n., 2021. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Letras - Tradução - Inglês).
- DARIN, Leila Cristina de Melo. 2015. **A mediação crítica do tradutor e do intérprete em contextos interculturais**. 2015, Vol. 15.

DIANA, Daniela. Texto Didático. **Produção de Textos - Toda Matéria.** [Online] [Cited: abr 07, 2022.] <https://www.todamateria.com.br/texto-didatico/>.

FACHINI, Tiago. 2021. **Direitos e Garantias Fundamentais: Conceito e Características.** *PROJURIS.* [Online] Fevereiro 2021. [Cited: Março 03, 2022.] <https://www.projuris.com.br/o-que-sao-direitos-fundamentais/>.

FERNANDES, Duval and SILVA, Filipe Rezende. 2017. **Desafios enfrentados pelos imigrantes no processo de integração social na sociedade brasileira.** Revista do Instituto de Ciências Humanas. 2017, Vol. 13, 18.

FONTES, Ivo Emanuel Meira Tito. 2010. **Imigração e integração social : a integração social de imigrantes no distrito de Santarém.** Coimbra : FEUC, 2010.

GARCIA, Fernanda de Deus. 2019. **O Papel do Intérprete Comunitário na Entrevista de Solicitação de Refúgio.** Brasília : UnB - universidade de Brasília, 2019.

GENTILE, Adolfo. 2012. **Interpreting as a human right - institutional responses: The Australian Refugee Review.** The Interpreter Newsletter. Australia : s.n., 2012.

GOROVITZ, Sabine. 2021. **A mediação linguística como garantia de direitos no Brasil. Tradução humanitária e mediação cultural.** São Paulo : UNESCO, 2021.

GOROVITZ, Sabine. 2014. **A tradução como contato de línguas.** Traduzires. 2014, Vol. 1, 2, pp. 74-85.

HALE, Sandra Beatriz. 2007. **Community Interpreting.** 1st. New York : PALGRAVE MACMILLAN, 2007. 978-0-230-59344-2.

ICMPD. (2021). **Cinco coisas para se levar em conta em 2021.** Fonte: https://www.icmpd.org/file/download/51077/file/RMO_LAC_2021_PT_final.pdf. 2021

INGHILLERI, Moira. 2017. **Translation and Migration.** New York : Routledge, 2017. 978-0-415-82808-6.

IPEA. 2015. **Migrantes, Apátridas e Refugiados: subsídios para o aperfeiçoamento de acesso a serviços, direitos e políticas públicas no Brasil.** Instituto de Pesquisa Econômica Aplicada. BRASIL : Pensando o Direito, 2015. p. pg. 138.

LUSTOZA, Larissa. 2018. **A barreira da linguagem e as dificuldades de imigrantes no Brasil**. Esquina On-line. [Online] mai 30, 2018. <https://medium.com/esquinaonline/a-barreira-da-linguagem-as-dificuldades-de-imigrantes-no-brasil-690b650080f4>.

MAZZOTTO, Camila. 2017. **Migrantes no país da migração**. Jornalismo Júnior. [Online] J.Press, Agosto 04, 2017. [Cited: Março 14, 2022.] <http://jornalismojunior.com.br/migrantes-no-pais-da-migracao/>.

MIGRAMUNDO. **Florianópolis se torna 2º município no Brasil a ter Política Municipal para a População Migrante**. Disponível em: <https://www.migramundo.com/florianopolis-se-torna-2o-municipio-no-brasil-a-ter-politica-municipal-para-a-populacao-migrante>. Acesso em 14 mar. 2022

MPPR, CAOP. 2020. **Direitos Humanos - Crimes Contra Migrantes e a Xenofobia: Breves Considerações**. *MPPR Ministério Público do Paraná*. [Online] nov 13, 2020. [Cited: mar 21, 2022.] <https://direito.mppr.mp.br/2020/11/148/CRIMES-CONTRA-MIGRANTES-E-A-XENOFOBIA-BREVES-CONSIDERACOES.html>.

NEPO. 2020. **Imigrantes internacionais registrados** (Registro Nacional de Estrangeiro - RNE/ Registro Nacional Migratório - RNM. Observatório das Migrações em São Paulo. [Online] 2020. [Cited: Janeiro 6, 2022.] <https://www.nepo.unicamp.br/observatorio/bancointerativo/numeros-imigracao-internacional/sinre-sismigra/>.

NORD, Christiane. 2016. **Análise textual em tradução: bases teóricas, métodos e aplicação didática**. São Paulo : Rafael Zamperetti Copetti Editor Ltda., 2016. Vol. 01. 978-85-67569-26-0.

NORDIN, Jaqueline Neves. 2021. **A interpretação comunitária e a garantia de direitos. Tradução humanitária e mediação cultural**. São Paulo : CBEAL, 2021.

OBMIGRA. 2019. **Portal de Imigração**. O Observatório. [Online] Março 25, 2019. [Cited: Janeiro 06, 2022.] <https://portaldeimigracao.mj.gov.br/pt/observatorio>.

OIM. 2009. **Glossário sobre Migração**. Genébra : Organização Internacional para as Migrações, 2009. 2075-2687.

OLIVEIRA, T, CAVALCANTI, L and MACEDO, M. 2021. **Dados Consolidados da Imigração no Brasil**. Observatório das Migrações Internacionais; Ministério da Justiça e Segurança, OBMigra. DF : s.n., 2021.

OLIVEIRA, Walbe Tavares de. 2018. Revista Gestão Universitária. **Análise de um Texto Didático**. [Online] jun 27, 2018. [Cited: abr 07, 2022.] <http://www.gestaouniversitaria.com.br/artigos/analise-de-um-texto-didatico>.

ORIGUELA, Daniella Avelaneda. 2021. **A atuação do intérprete comunitário junto às comunidades migrantes no Brasil**. [book auth.] Lenita Rimoli Pisetta e Viviane Veras Organização Érica Lima. *E por Falar em Tradução*. 1. Bauru : Canal 6, 2021, p. 193.

ORIGUELA, Daniela Avelaneda. 2020. **Interpretação Comunitária e Migração no Brasil**. Faculdade de Filosofia, Letras e Ciências Humanas, USP. São Paulo : s.n., 2020. Tese de Doutorado.

ORIGUELA, Daniela Avelaneda. 2014. **Interpretação comunitária, direitos humanos e assistência social: proposta de política pública no contexto brasileiro**. São Paulo : s.n., 2014, Vol. 23, pp. 225-240.

PEREIRA, Giselda Fernanda. 2017. **O Português como Língua de Acolhimento e Interação: A Busca Pela Autonomia Por Pessoas em Situação de Refúgio no Brasil**. Cadernos de Pós-Graduação em Letras. 2017, Vol. 17.

SILVA, Christiano Sanches do Valle. 2020. **Um olhar sobre a evolução histórica dos Estudos da Interpretação no Brasil**. 2020.

SILVA, G. J, et al. 2021. **Refúgio em Números**. [ed.] Observatório das Migrações Internacionais and Ministério da Justiça e Segurança Pública/ Comitê Nacional para os Refugiados. 6a edição. Brasília : OBMigra, 2021.

SILVA, Júlia Cristina Valverde da. 2021. **Interpretando Direitos: Tradução de um Manual de Autoestudo sobre Interpretação em Situações de Refúgio**. Universidade de Brasília. Brasília : s.n., 2021. p. 162, Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Letras - Tradução - Inglês).

ANEXO A – TEXTO-FONTE E TEXTO-ALVO

MÓDULO 15

№	TEXTO-FONTE	TEXTO-ALVO
1	15	15
2	Module	Módulo
3	Mental Health Interpreting	Interpretação em Contexto de Saúde Mental
4	Learning Objectives	Objetivos de Aprendizagem
5	After completing this module, you'll be able to:	Após concluir este módulo, o(a) aluno(a) será capaz de:
6	Learning Objective 15.1	Objetivo de Aprendizagem 15.1
7	Define and discuss mental health and behavioral health.	Definir e discutir saúde mental e comportamental.
8	Learning Objective 15.2	Objetivo de Aprendizagem 15.2
9	Explore the concept of the therapeutic alliance.	Explorar o conceito de relação terapêutica.
10	Learning Objective 15.3	Objetivo de Aprendizagem 15.3
11	Adapt professional interpreting protocols and best practices to mental health interpreting.	Adaptar protocolos profissionais de interpretação e boas práticas em interpretação em contexto de saúde mental.
12	422 · The Indigenous Interpreter®	422· O Intérprete Indígena®
13	Overview	Visão Geral
14	Mental health interpreting is a specialization of healthcare interpreting.	A interpretação em contexto de saúde mental é uma especialização da interpretação em contexto hospitalar
15	It involves interpreting for patients who receive services from mental health providers, usually doctors, psychiatrists, clinicians (who are licensed therapists) and social workers.	envolvendo interpretação para pacientes que recebem serviços de provedores de saúde mental, geralmente médicos, psiquiatras, clínicos (que são terapeutas licenciados) e assistentes sociais.

16	Ideally, interpreters need specialized training to work in mental health settings.	Idealmente, os intérpretes precisam de treinamento especializado para trabalhar em ambientes de saúde mental.
17	This module is a basic introduction to the field.	Este módulo é uma introdução básica desse campo da tradução.
18	Some Western medicine treatment approaches to mental	Algumas abordagens de tratamento da medicina ocidental para doenças
19	illness might disturb indigenous patients who have a different understanding about what mental health is and how mental illness should be treated.	mentais podem desagradar pacientes indígenas que têm uma compreensão diferente sobre o que é saúde mental e como a doença mental deve ser tratada.
20	Their deep cultural and personal beliefs can conflict with the views of Western medicine.	Suas crenças culturais e pessoais profundas podem entrar em conflito com os pontos de vista da medicina ocidental.
21	To interpret for mental health services, learn about mental illness and how it is treated in Western medicine.	Na interpretação para os serviços de saúde mental, é preciso aprender sobre doenças mentais e como elas são tratadas na medicina ocidental.
22	Four common mental health issues that immigrants experience are depression, anxiety, suicidal thoughts and addiction.	Quatro problemas comuns de saúde mental enfrentados por imigrantes são depressão, ansiedade, pensamentos suicidas e vício.
23	Three common interpreting assignments are:	Três atribuições comuns da interpretação são:
24	Involuntary psychiatric commitment. ⁸⁵	Compromisso psiquiátrico involuntário. 85
25	Sexual assault and domestic violence programs.	Programas de assistência para casos de agressão sexual e violência doméstica.
26	Emergency department visits.	Visitas ao serviço de emergência.
27	Mental health providers usually work alone with the patient.	Os profissionais de saúde mental geralmente trabalham sozinhos com o paciente,
28	They don't work in teams with nurses and medical assistants.	e não em equipe com enfermeiros e assistentes médicos.
29	Instead, they create an individual therapeutic relationship with the patient called the "therapeutic alliance."	Em vez disso, eles criam uma relação terapêutica com o paciente chamado de "relação terapêutica".
30	Interpreters need to understand that process.	Os intérpretes precisam entender esse processo,
31	They should adapt their protocols to support it.	e adaptar seus protocolos para apoiá-lo.

32	85 This term has many different names across the United States and in other countries, such as civil commitment.	85 Este termo tem muitos nomes diferentes nos Estados Unidos e em outros países, como comprometimento cívico.
33	In California, for example, it is often called a “51/50 hold” based on a California law (Section 5150 of the California Welfare and Institutions Code).	Na Califórnia, por exemplo, muitas vezes é chamado de “retenção 51/50” com base em uma lei da Califórnia (Seção 5150 do Código de Bem-Estar e Instituições da Califórnia).
34	The Indigenous Interpreter® · 423	O Intérprete Indígena® · 423
35	15Section	Seção15.
36	1	1
37	Mental Health and Mental Illness	Saúde Mental e Doença Mental
38	Learning Objective 15.1	Objetivo de Aprendizagem 15.1
39	Define and discuss mental health and	Definir e discutir saúde mental e
40	behavioral health.	saúde comportamental.
41	Introduction	Introdução
42	Mental health is our emotional and mental well-being.	A saúde mental é relacionada ao nosso bem-estar emocional e mental.
43	Ideas about mental health and mental illness are understood in different ways around the world.	Os entendimentos sobre saúde mental e doença mental são tidos de diferentes maneiras ao redor do mundo.
44	In the United States, mental illness is looked at as a disease.	Nos Estados Unidos, a doença mental é vista como uma doença
45	It	que
46	is often treated with a combination of therapy, medication and other support services.	muitas vezes é tratada com uma combinação de terapia, medicação e outros serviços de apoio.
47	This approach can seem strange and confusing to many indigenous patients.	Essa abordagem pode parecer estranha e confusa para muitos pacientes indígenas
48	They often have a different understanding about what mental illness is, what causes it and how it should be treated.	pois eles têm uma compreensão diferente sobre o que é doença mental, o que causa e como deve ser tratada.
49	In addition, the provider might not know how this topic is understood by patients or their families.	Além disso, o profissional pode não saber como esse tema é entendido pelos pacientes ou seus familiares
50	You, as the interpreter, are often caught between different ways of looking at the same problems.	e o intérprete, muitas vezes é pego entre as diferentes maneiras de olhar para os mesmos problemas.

51	This section explores what mental health and behavioral health are.	Esta seção irá explorar o que são saúde mental e saúde comportamental.
52	It looks at four common mental health problems experienced by immigrants: depression, anxiety, suicidal thoughts and addiction.	Irá analisar quatro problemas comuns de saúde mental vivenciados por imigrantes: depressão, ansiedade, pensamentos suicidas e vício.
53	Three common interpreting assignments are also discussed: involuntarily psychiatric commitment, sexual assault and domestic violence services, emergency department visits.	Três atribuições comuns de interpretação também serão discutidas: internação psiquiátrica involuntária, serviços de assistência para casos de agressão sexual e violência doméstica, visitas ao departamento de emergência.
54	Mental health and mental illness	Saúde mental e doença mental
55	Mental health	Saúde Mental
56	Mental health can be defined as:	A saúde Mental pode ser definida como:
57	A state of well-being in which the individual realizes his or her own abilities, can cope with the normal stresses of life, can work productively and fruitfully, and is able to make a contribution to his or her community.	Um estado de bem-estar no qual o indivíduo realiza suas próprias habilidades, pode lidar com o estresse normal da vida, pode trabalhar de forma produtiva e frutífera e é capaz de contribuir para sua comunidade.
58	U.S. Centers for Disease Control and Prevention ⁸⁶	Centros dos EUA para Controle e Prevenção de Doenças ⁸⁶
59	⁸⁶ Retrieved from https://www.cdc.gov/mentalhealth/basics.htm	⁸⁶ Extraído de https://www.cdc.gov/mentalhealth/basics.htm
60	424 · The Indigenous Interpreter®	424 · O Intérprete Indígena®
61	Your mental health depends on four main factors: ⁸⁷	A saúde mental depende de quatro fatores principais: ⁸⁷
62	Emotional well-being	Bem-estar emocional
63	Psychological well-being	Bem-estar psicológico
64	Social well-being	Bem-estar social
65	Physical well-being	Bem-estar físico
66	Emotional well-being includes how satisfied you are with your life,	O bem-estar emocional inclui o quão satisfeito está o indivíduo com a sua vida,
67	how happy you feel and whether your life feels peaceful.	o quão feliz se sente e se a vida parece estar em paz.
68	Your psychological well-being is based on how balanced you feel emotionally, mentally and socially.	O bem-estar psicológico é baseado em quão equilibrada a pessoa se sente emocional, mental e socialmente.
69	Psychological well-being includes:	O bem-estar psicológico inclui:

70	Whether you accept yourself or have low self-esteem.	Sentir-se aceito ou ter baixa auto estima.
71	How open you are to new experiences.	O quanto se está aberto para novas experiências.
72	How much optimism and hopefulness you feel.	Quão otimista e esperançosa a pessoa está.
73	Whether you feel like there is a purpose to your life.	Se ela sente que há um propósito para sua vida.
74	Whether you have positive relationships with other people.	Se tem relacionamentos positivos com outras pessoas.
75	Your social well-being is based on how well you function in social situations.	O bem-estar social é baseado em quão bem o indivíduo lida com as situações sociais.
76	Do you feel you belong to a community?	O indivíduo sente pertencer a uma comunidade?
77	Do you contribute to your community?	Ele contribui para a sua comunidade?
78	If you have many social contacts	Se a pessoa tiver muitos contatos sociais
79	(family, friends, colleagues and acquaintances), you are supporting your mental health.	(família, amigos, colegas e conhecidos), estará fortalecendo sua saúde mental.
80	Belonging to a religious community can help your mental health too.	Pertencer a uma comunidade religiosa também pode ajudar na saúde mental.
81	If you are isolated and feel lonely, you could be at higher risk for mental illness.	Manter-se isolado e sentir-se solitário, pode provocar um risco maior de doença mental.
82	Social life and entertainment	Vida social e entretenimento
83	Where you live	Onde mora
84	Personal growth	Crescimento pessoal
85	Money	Finanças
86	Well-being	Bem-estar
87	You	Indivíduo
88	Profession	Profissão
89	87 The following section is based on CDC (2013).	87 A seção a seguir é baseada no CDC (2013).
90	The Indigenous Interpreter® · 425	O Intérprete Indígena®· 425
91	Your physical well-being has a big impact on mental health.	O bem-estar físico tem um grande impacto na saúde mental de uma pessoa.
92	If you get enough sleep, activity and exercise, relaxation and a healthy diet, you support your mental health.	Se ela dormir o suficiente, praticar atividades e exercícios, relaxar e tiver

		uma dieta saudável, estará fortalecendo a sua saúde mental.
93	Mental Health Problems Are Often Seen as Illness in Western Medicine	Problemas de saúde mental geralmente são vistos como doenças na medicina ocidental
94	Retrieved from https://mypositiveparenting.org/2015/02/17/teen-mental-illness-realizing-the-facts/	Extraído de https://mypositiveparenting.org/2015/02/17/teen-mental-illness-realizing-the-facts/
95	Mental health is also affected by your environment.	A saúde mental também é afetada pelo seu ambiente.
96	Do you have a safe, decent place to live?	É imprescindível ter um lugar seguro e decente para viver,
97	Is your neighborhood safe?	num bairro seguro,
98	Do you have a job that pays enough?	um trabalho que pague o suficiente,
99	What kind of education did you get?	educação de qualidade
100	Do you have good access to health care?	e acesso a saúde.
101	Biological	Biológico
102	Psychological	Psicológico
103	Environmental	Ambiental
104	Genetic (heredity)	Genético (hereditário)
105	Severe psychological trauma or stress	Trauma psicológico grave ou estresse
106	Dysfunctional family (i.e., sibling, parents)	Família disfuncional (ou seja, irmãos, pais)
107	Brain defects or injury	Má formações ou lesões cerebrais
108	Sexual, physical or emotional abuse	Abuso sexual, físico ou emocional
109	Death or divorce	Morte ou divórcio
110	Infections by certain bacteria or viruses (i.e., streptococcus)	Infecções por certas bactérias ou vírus (ex. estreptococos)
111	Neglect, lack of support from friends and family	Negligência, falta de apoio de amigos e familiares
112	Social or cultural expectations	Expectativas sociais ou culturais
113	Change of environment	Mudança de ambiente
114	Poor nutrition (lack of certain nutrients growing up such as omega-3)	Má nutrição (falta de certos nutrientes, como ômega-3)
115	Family or school violence	Situações de violência na família ou na escola
116	Substance abuse by family members (often parents)	Abuso de substâncias por membros da família (geralmente pais)

117	Poor social relations	Relações sociais ruins
118	Exposure to toxins	Exposição a toxinas
119	Early loss of a close/immediate family member or dear friend	Perda precoce de um familiar próximo/imediato ou amigo querido
120	School work	Trabalho escolar
121	Prenatal damage	Danos pré-natais
122	Romantic failure	Fracasso romântico
123	426 · The Indigenous Interpreter®	426 · O Intérprete Indígena®
124	Behavioral health	Saúde Comportamental
125	Mental health is a term that people use every day.	Saúde mental é um termo que as pessoas usam todos os dias
126	We use it to talk about how we feel.	para falar sobre como se sentem.
127	Behavioral health refers to the scientific	A saúde comportamental refere-se ao
128	study of mental health.	estudo científico da saúde mental
129	It looks at our emotions, our behaviors and our biology to understand how they affect our mental well-being.	e analisa nossas emoções, nossos comportamentos e nossa biologia para entender como eles afetam nosso bem-estar mental.
130	The service you interpret for could be called “mental health” or “behavioral health.”	O serviço para o qual você interpreta pode ser chamado de “saúde mental” ou “saúde comportamental”
131	You can treat the two terms as if they mean the same.	e pode-se tratar os dois termos como se significassem o mesmo.
132	Here are two definitions for behavioral health.	Aqui estão duas definições para saúde comportamental.
133	Behavioral health encompasses behavioral factors in chronic illness care, care of physical symptoms associated with stress rather than diseases, and health behaviors, as well as mental health and substance abuse conditions and diagnoses.	A saúde comportamental abrange fatores comportamentais no cuidado de doenças crônicas, cuida dos sintomas físicos associados ao estresse ao invés de doenças, e dos comportamentos de saúde, assim como das condições e diagnósticos de saúde mental e abuso de substâncias.
134	Agency for Healthcare Research and Quality ⁸⁸	Agência de Pesquisa e Qualidade em Saúde Hospitalar ⁸⁸
135	“Behavioral health” often is used to describe the connection between our behaviors and the health and well-being of the body, mind, and spirit.	“Saúde comportamental” geralmente é usada para descrever a conexão entre nossos comportamentos e a saúde e bem-estar do corpo, mente e espírito.

136	This includes behaviors such as eating habits, drinking, or exercising that either immediately or over time impact physical or mental health.	Isso inclui comportamentos como hábitos alimentares, bebidas ou exercícios que afetam, imediatamente ou a longo prazo, a saúde física ou mental.
137	It can also include broader factors such as having to live in an area with high pollution or experiencing high levels of stress over a long period of time.	Também pode incluir fatores mais amplos, como viver em uma área com muita poluição ou experimentar altos níveis de estresse por um longo período de tempo.
138	Mental illness	Doença Mental
139	Maine Health Access Foundation ⁸⁹	Fundação de Acesso à Saúde do Maine ⁸⁹
140	A mental illness is a condition that impacts a person's thinking, feeling or mood and may affect his or her ability to relate to others and function on a daily basis.	Uma doença mental é uma condição que afeta o pensamento, o sentimento ou o humor de uma pessoa e pode afetar sua capacidade de se relacionar com os outros no cotidiano.
141	National Alliance on Mental Illness ⁹⁰	Aliança Nacional sobre Doenças Mentais ⁹⁰
142	In the United States, mental health problems are often looked at as illnesses or disorders.	Nos Estados Unidos, os problemas de saúde mental geralmente são vistos como doenças ou distúrbios.
143	In Western medicine, mental illness is seen to have biological, psychological or environmental causes.	Na medicina ocidental, a doença mental é vista como tendo causas biológicas, psicológicas ou ambientais.
144	A biological cause might be:	Uma causa biológica pode ser:
145	Genetics (you might be born with a higher chance of mental illness).	Genética (você pode nascer com uma chance maior de ter uma doença mental).
146	Retrieved from https://integrationacademy.ahrq.gov/resources/ibhc-measures-atlas/what-integrated-behavioral-health-care-ibhc	Extraído de https://integrationacademy.ahrq.gov/resources/ibhc-measures-atlas/what-integrated-behavioral-health-care-ibhc
147	Retrieved from http://www.mehaf.org/newsroom/blog/behavioral-health/	Extraído de http://www.mehaf.org/newsroom/blog/behavioral-health/
148	Retrieved from https://www.nami.org/Learn-More/Mental-Health-Conditions	Extraído de https://www.nami.org/Learn-More/Mental-Health-Conditions
149	The Indigenous Interpreter® · 427	O Intérprete Indígena® · 427
150	Infections that cause brain damage.	Infecções que podem causar danos cerebrais.

151	Brain injury or brain damage, for example, after a head injury.	Lesão ou dano cerebral, por exemplo, após uma lesão na cabeça.
152	Substance abuse (abusing drugs or alcohol).	Abuso de substâncias (abuso de drogas ou álcool).
153	Poor nutrition.	Nutrição pobre em nutrientes.
154	Psychological causes of mental illness include:	As causas psicológicas da doença mental incluem:
155	Severe trauma, such as emotional, physical or sexual abuse (especially in childhood).	Trauma grave, como abuso emocional, físico ou sexual (especialmente na infância).
156	An important early loss, such as the death of a parent.	Uma perda precoce importante, como a morte de um dos pais.
157	Feelings of inadequacy, anger or loneliness.	Sentimentos de inadequação, raiva ou solidão.
158	Major stress.	Situação de grande stress.
159	Environmental (life) factors in mental illness include:	Os fatores ambientais (de vida) na doença mental incluem:
160	Death or divorce.	Morte ou divórcio.
161	A difficult family life.	Uma vida familiar difícil.
162	Changing jobs or schools.	Mudança de emprego ou de escola.
163	Social expectations (for example, the pressure to be thin can contribute to an eating disorder).	Expectativas sociais (por exemplo, a pressão para emagrecer pode contribuir para um transtorno alimentar).
164	Drug and/or alcohol abuse by a close family member.	Abuso de drogas e/ou álcool por um familiar próximo.
165	Mental illnesses and disorders are treated using medication, therapy or both.	Doenças e distúrbios mentais são tratados com medicação, terapia ou ambos.
166	Sometimes only exercise and a good diet are suggested.	Às vezes, apenas exercícios e uma boa dieta são sugeridos.
167	There are also many community resources, such as support groups, education programs and nutritional counseling.	Há também muitos recursos comunitários, como grupos de apoio, programas de educação e aconselhamento nutricional.
168	In extreme cases, the person might receive electroconvulsive therapy (a special kind of electric shock therapy for the brain).	Em casos extremos, a pessoa pode receber terapia eletroconvulsiva (um tipo especial de terapia de choque elétrico para o cérebro).
169	Some patients may go into a psychiatric hospital or residential program, where they stay for weeks or months.	Alguns pacientes podem entrar em um hospital psiquiátrico ou programa de reabilitação clínica, onde permanecem por semanas ou meses.

170	Mental illness and mental disorder	Doença mental e transtorno mental
171	If you interpret in this field, you might wonder, “What is the difference between a mental illness and a mental disorder?”	Se você interpreta neste campo, você pode se perguntar: “Qual é a diferença entre uma doença mental e um transtorno mental?”
172	The answer is—there is not really a difference.	A resposta é: não há bem uma diferença.
173	The two terms are often used to mean about the same thing.	Os dois termos são frequentemente usados para falar da mesma coisa.
174	428 · The Indigenous Interpreter®	428 · O Intérprete Indígena®
175	Mental health and Latino immigrants	Saúde mental e imigrantes latinos
176	Of those, over	Destes, mais de
177	of the U.S. population is estimated to be Latino or Hispanic ¹	da população dos EUA é estimado em latinos ou hispânicos ¹
178	had a diagnosable	teve uma doença mental
179	mental illness in the past year. ²	diagnosticável no ano passado. ²
180	That is over	Isso é mais de
181	MORE than the number of people	MAIS do que o número de pessoas
182	who live in New York City ³	que vivem na cidade de Nova York ³
183	SOURCES	FONTES
184	1 https://www.census.gov/quickfacts/fact/table/US/PST120216 2 http://www.samhsa.gov/specific-populations/racial-ethnic-minority 3 https://factfinder.census.gov/faces/tableservices/jsf/pages/productview.xhtml?src=CF	1 https://www.census.gov/quickfacts/fact/table/US/PST120216 2 http://www.samhsa.gov/specific-populations/racial-ethnic-minority 3 https://factfinder.census.gov/faces/tableservices/jsf/pages/productview.xhtml?src=CF
185	Source: 91	Fonte: 91
186	In the past, mental illness in the United States was seen as something shameful.	No passado, a doença mental nos Estados Unidos era vista como algo vergonhoso.
187	People didn’t want to be diagnosed with a mental illness.	As pessoas não queriam ser diagnosticadas com uma doença mental,
188	They were afraid of being called “crazy.”	e tinham medo de serem chamados de “loucos”.
189	Today, mental illness is more accepted.	Hoje, a doença mental é mais aceita.
190	Illnesses such as depression and anxiety are better understood.	Doenças como depressão e ansiedade são melhor compreendidas.
191	There is still a lot of shame and embarrassment.	Ainda há muita vergonha e constrangimento

192	But	Mas
193	mental illness is something that more Americans accept as part of life.	a doença mental é algo que mais e mais americanos aceitam como parte da vida.
194	It causes less fear.	Causa menos medo.
195	Many people in Latino and other cultures around the world still see mental illness as shameful.	Muitas pessoas latinas e de outras culturas ao redor do mundo ainda veem a doença mental como vergonhosa.
196	The shame can distress the person and the person's family.	A vergonha pode afligir a pessoa e sua família.
197	The experience of adjusting to a new country can be stressful and trigger mental illness.	A experiência de se adaptar a um novo país pode ser estressante e desencadear doenças mentais.
198	Families are separated.	Famílias são separadas.
199	Immigrants face economic difficulties and discrimination (Kramer et al., 2009).	Os imigrantes enfrentam dificuldades econômicas e discriminação (Kramer et al., 2009).
200	91 Retrieved from: http://www.mentalhealthamerica.net/issues/latinohispanic-communities-and-mental-health	91 Extraído de: http://www.mentalhealthamerica.net/issues/latinohispanic-communities-and-mental-health
201	The Indigenous Interpreter® · 429	O Intérprete Indígena® · 429
202	It is often hard for immigrants to find mental health services, especially affordable ones.	Muitas vezes, é difícil para os imigrantes encontrar serviços de saúde mental, especialmente os acessíveis.
203	Language barriers can also make it harder to get treatment.	As barreiras linguísticas também podem dificultar o tratamento.
204	There are few Spanish-speaking therapists, and almost none who speak indigenous languages.	Existem poucos terapeutas que falam espanhol e quase nenhum que fala línguas indígenas.
205	Immigrants, especially Latino immigrants, are less likely to be insured than other groups in the United States.	Imigrantes, especialmente os latinos, são menos propensos a terem seguro do que outros grupos nos Estados Unidos.
206	One study, for example, found that only 36 percent of U.S. Latinos got treatment for depression, but 60 percent of non-Latinos received treatment. ⁹²	Um estudo, por exemplo, descobriu que apenas 36% dos latinos americanos receberam tratamento para depressão, mas 60% dos não latinos receberam tratamento. ⁹²
207	Four common mental health problems	Quatro problemas comuns de saúde mental
208	There are many kinds of mental disorders.	Existem muitos tipos de transtornos mentais.
209	Four of the most common are depression, anxiety disorders, suicidal	Quatro dos mais comuns são depressão, transtornos de ansiedade, pensamentos

	thoughts (including attempts and deaths) and addiction.	suicidas (incluindo tentativas e mortes) e vício.
210	Healthcare interpreters are likely to interpret for patients suffering from these illnesses.	É provável que os intérpretes em contexto hospitalar interpretem para pacientes que sofrem dessas doenças.
211	Depression	Depressão
212	Depression is one of the most common forms of mental illness.	A depressão é uma das formas mais comuns de doença mental.
213	Depression is more than just feeling sad or unhappy.	Ter depressão é mais do que apenas sentir-se triste ou infeliz
214	It can cause major problems in a person's life.	e pode causar grandes problemas na vida de uma pessoa,
215	It can even lead to suicide.	levando-a até ao suicídio.
216	Depression	Depressão
217	Depression can be defined as a major disorder that causes severe symptoms that affect how you feel, think, and handle daily activities, such as sleeping, eating, or working.	A doença pode ser definida como um distúrbio importante que causa sintomas graves que afetam como a pessoa se sente, pensa e lida com atividades diárias, como dormir, comer ou trabalhar.
218	To be diagnosed with depression, the symptoms must be present for at least two weeks.	Para ser diagnosticado com depressão, os sintomas devem estar presentes por pelo menos duas semanas.
219	National Institute of Mental Health ⁹³	Instituto Nacional de Saúde Mental ⁹³
220	Clinical (or medical) depression involves changes to the chemicals in the brain.	A depressão clínica envolve mudanças nas substâncias químicas do cérebro.
221	Many things can contribute to depression, including stress, grief, difficult life experiences and certain kinds of illness.	Muitas coisas podem contribuir para a depressão, incluindo estresse, tristeza, experiências de vida difíceis e certos tipos de doença.
222	Depression is more than just feeling sad for a few days.	A depressão é mais do que apenas sentir-se triste por alguns dias.
223	The brain changes.	Ocorrem alterações no cérebro e
224	Unless depression is treated, it can lead to suicide.	a menos que a depressão seja tratada, ela pode levar ao suicídio.
225	Mental Health America.	Saúde Mental América.
226	Retrieved from http://www.mentalhealthamerica.net/issues/latinohispanic-communities-and-mental-health	Extraído de http://www.mentalhealthamerica.net/issues/latinohispanic-communities-and-mental-health

227	Retrieved from https://www.nimh.nih.gov/health/topics/depression/index.shtml	Extraído de https://www.nimh.nih.gov/health/topics/depression/index.shtml
228	430 · The Indigenous Interpreter®	430 · O Intérprete Indígena®
229	Depression is often treated with a talk therapy (regular appointments with a therapist and patient), 94 medications, changes in diet and exercise or all three.	A doença geralmente é tratada com a psicoterapia (consultas regulares entre terapeuta e paciente), 94 medicamentos, mudanças na dieta e exercícios ou o conjunto dos três.
230	The right approach depends on the person.	A abordagem correta vai depender de cada pessoa.
231	Symptoms of Depression	Sintomas da Depressão
232	Behaviors	Comportamentos
233	Isolation from people, drug and alcohol abuse, missing work and school, attempts to harm yourself	Isolamento, abuso de drogas e álcool, faltar ao trabalho ou escola, tentativas de suicídio
234	Physical Problems Tiredness, lack of energy, aches and pains, change of appetite, weight loss, weight gain, trouble sleeping, sleeping too much	Problemas físicos Fadiga, falta de energia, dores, alterações no apetite, perda ou ganho de peso, dificuldades para dormir, dormir demais
235	Thoughts	Pensamentos
236	Trouble concentrating, making decisions or remembering things; thoughts of hurting yourself	Dificuldades para se concentrar, tomar decisões ou lembrar de coisas; pensamentos de morte ou suicídio
237	Feelings	Sentimentos
238	Sadness, hopelessness, guilt, mood changes, anger, loss of interest in friends and activities	Tristeza, desesperança, culpa, mudanças de humor, raiva, perda de interesse em amigos e atividades
239	94 “Talk therapy” simply means conversations between a therapist and a patient as part of a mental health treatment plan.	94 “Psicoterapia” significa simplesmente conversas entre um terapeuta e um paciente como parte de um plano de tratamento de saúde mental.
240	People often say “talk therapy” if they don’t want this kind of therapy to be confused with physical therapy, speech therapy or any other kind of therapy.	Também chamado de “terapia da conversa”, o termo pode ser usado para não ser confundido com fisioterapia, fonoaudiologia ou qualquer outro tipo de terapia.
241	The Indigenous Interpreter® · 431	O Intérprete Indígena® · 431
242	Anxiety disorders	Transtornos de ansiedade
243	We all feel anxious at times.	Qualquer indivíduo pode se sentir ansioso às vezes

244	We might worry about our family or feel stressed and afraid because of a problem at work.	por preocupações com a família ou sentimentos de stress ou medo por causa de um problema no trabalho.
245	An anxiety disorder is more serious.	Um transtorno de ansiedade é mais grave
246	It involves fear and anxiety over a long period that affects our ability to lead our normal life.	pois envolve medo e ansiedade por um longo período afetando a capacidade de se levar uma vida normal.
247	Anxiety disorders are the most common kind of health disorder.	Os transtornos de ansiedade são o tipo mais comum de transtorno de saúde
248	They affect nearly one in three people. ⁹⁵	e afetam quase uma em cada três pessoas. ⁹⁵
249	The Differences Between Anxiety and an Anxiety Disorder	Diferenças entre a Ansiedade e o Transtorno de Ansiedade
250	For a person with an anxiety disorder, the anxiety does not go away and can get worse over time.	Para uma pessoa com transtorno de ansiedade, a ansiedade não cede e pode piorar com o tempo.
251	The feelings can interfere with daily activities such as job performance, schoolwork, and relationships.	Isso pode interferir nas atividades diárias, como desempenho no trabalho, trabalhos escolares e relacionamentos.
252	There are several different types of anxiety disorders.	Existem vários tipos de transtornos de ansiedade
253	Examples include generalized anxiety disorder, panic disorder, and social anxiety disorder. ⁹⁶	incluindo transtorno de ansiedade generalizada, transtorno de pânico e transtorno de ansiedade social. ⁹⁶
254	An anxiety disorder is often diagnosed first with a primary care doctor, who might refer the patient to a mental health provider or prescribe medication.	Um transtorno de ansiedade pode ser diagnosticado primeiro por um clínico geral, que encaminhará o paciente para um profissional de saúde mental.
255	Talk therapy, support groups, stress management and/or medications are common treatments for anxiety disorders.	Psicoterapia, grupos de apoio, gerenciamento de estresse e/ou medicamentos são tratamentos comuns para transtornos de ansiedade.
256	Symptoms of Anxiety Disorder	Sintomas do Transtorno de Ansiedade
257	Source: 97	Fonte: 97
258	Social Anxiety Disorder	Transtorno de Ansiedade Social
259	Fear of being with others, fear of being judged, difficulty making friends and being social, fear about social events, sweating, shaking and nausea	Medo de interagir com os outros, medo de ser julgado, dificuldade em fazer amigos e se socializar, medo de eventos sociais, sudorese, tremores e náuseas
260	Panic Attacks	Ataques de Pânico

261	Sudden and repeated attacks of intense fear, feeling out of control, avoiding places where attacks have happened	Ataques súbitos e repetidos de medo intenso, sensação de descontrole, evitando locais onde ocorreram as crises
262	Generalized Anxiety Disorder	Transtorno de Ansiedade Generalizada
263	Restlessness, fatigue, difficulty concentrating, muscle tension, uncontrolled worry, sleep problems	Inquietação, fadiga, dificuldade de concentração, tensão muscular, preocupação descontrolada, problemas de sono
264	American Psychiatric Association.	Associação Americana de Psiquiatria.
265	Retrieved from https://www.psychiatry.org/patients-families/anxiety-disorders/what-are-anxiety-disorders	Extraído de https://www.psychiatry.org/patients-families/anxiety-disorders/what-are-anxiety-disorders
266	Retrieved from https://www.nimh.nih.gov/health/topics/anxiety-disorders/index.shtml	Extraído de https://www.nimh.nih.gov/health/topics/anxiety-disorders/index.shtml
267	Also retrieved from https://www.nimh.nih.gov/health/topics/anxiety-disorders/index.shtml	Também extraído de https://www.nimh.nih.gov/health/topics/anxiety-disorders/index.shtml
268	432 · The Indigenous Interpreter®	432 · O Intérprete Indígena®
269	Suicidal thoughts	Pensamentos suicidas
270	Suicide happens when a person takes his or her own life.	O suicídio acontece quando uma pessoa tira a própria vida.
271	It is not an illness by itself.	Não é uma doença em si.
272	It can be the result of mental illness or extreme stress.	Pode ser o resultado de doença mental ou estresse extremo.
273	The key to preventing it is identifying patients who have suicidal thoughts.	A chave para preveni-lo é identificar pacientes que tenham pensamentos suicidas.
274	Suicide is more common in some groups, including indigenous people; the unemployed; prisoners and gay, lesbian and bisexual people (Hawton & van Heeringen, 2009).	O suicídio é mais comum em alguns grupos, incluindo os indígenas; o desempregado; detentos e pessoas gays, lésbicas e bissexuais (Hawton & van Heeringen, 2009).
275	Suicide rates for indigenous peoples in Canada are three times higher than for non-indigenous Canadians. ⁹⁸ In Brazil, Survival International reports the rate of suicide by the indigenous Gurani tribe is	As taxas de suicídio para povos indígenas no Canadá são três vezes maiores do que para canadenses não indígenas. ⁹⁸ No Brasil, a Survival International relata que a taxa de suicídio da tribo indígena Guarani é
276	34 times higher than the national average. ⁹⁹ Suicide rates for	34 vezes maior do que a média nacional. ⁹⁹ As taxas de suicídio para

	indigenous peoples around the world vary, but they are extremely high, particularly among the young.	povos indígenas ao redor do mundo variam, mas são extremamente altos, principalmente entre os jovens.
277	Many kinds of providers are trained to recognize the signs of suicide risk, including doctors, mental health providers, police officers, hotline counselors, advocates and school counselors and staff.	Muitos tipos de profissionais são treinados para reconhecer os sinais de risco de suicídio, incluindo médicos, profissionais de saúde mental, policiais, voluntários de linha de emergência, advogados e agentes escolares.
278	Warning signs and risk factors for suicide include:	Sinais de alerta e fatores de risco para suicídio incluem:
279	Warning Signs	Sinais de Alerta
280	Extreme sadness and changes in mood	Tristeza extrema e alterações de humor
281	Loss of hope	Desesperança
282	Sleep and appetite problems	Problemas de sono e apetite
283	Isolating from friends and family	Isolar-se de amigos e familiares
284	Changes in personality and appearance	Mudanças na personalidade e aparência
285	Dangerous or self-harmful behavior	Comportamento perigoso ou autodestrutivo
286	A recent trauma or difficult life experience	Um trauma recente ou experiência de vida difícil
287	Making preparations for suicide	Fazer preparativos para o suicídio
288	Threatening suicide	Ameaça de suicídio
289	Suicide	Suicídio
290	Retrieved from http://www.webmd.com/mental-health/recognizing-suicidal-behavior	Extraído de http://www.webmd.com/mental-health/recognizing-suicidal-behavior
291	Noted on p. 3 of Breaking Point: The Suicide Crisis in Indigenous Communities.	Anotado na pág. 3 de Ponto de Ruptura: A Crise do Suicídio nas Comunidades Indígenas.
292	Report of the Standing Committee on Indigenous and Northern Affairs.	Relatório da Comissão Permanente dos Assuntos Indígenas e do Norte.
293	Ottawa, Canada: Parliament of Canada,2017.	Ottawa, Canada: Parliament of Canada,2017.
294	Retrieved from http://www.ourcommons.ca/Content/Committee/421/INAN/Reports/RP8977643/inanrp09/inanrp09-e.pdf	Extraído de http://www.ourcommons.ca/Content/Committee/421/INAN/Reports/RP8977643/inanrp09/inanrp09-E.pdf
295	Retrieved from https://www.survivalinternational.org/news/9632	Extraído de https://www.survivalinternational.org/news/9632

296	The Indigenous Interpreter® · 433	O Intérprete Indígena® · 433
297	Who is at risk?	Quem está em risco?
298	Older people whose husband or wife or child has died	Idosos cujo marido, esposa ou filho tenham morrido
299	People who have tried to kill themselves in the past	Pessoas que tentaram suicídio no passado
300	People who have been hospitalized for a mental illness	Pessoas que foram hospitalizadas por terem tido uma doença mental
301	People with a history of physical, emotional or sexual abuse	Pessoas com histórico de abuso físico, emocional ou sexual
302	People with a long-term disability or illness or a fatal illness	Pessoas com deficiência ou doença de longo prazo ou doença terminal
303	People who are violent	Pessoas violentas
304	People with drug and alcohol addiction	Pessoas com dependência de drogas e álcool
305	Suicide	Suicídio
306	Retrieved from http://www.webmd.com/mental-health/recognizing-suicidal-behavior	Extraído de http://www.webmd.com/mental-health/recognizing-suicidal-behavior
307	Suicide can often be prevented if the warning signs are seen and the person gets treatment and support.	O suicídio muitas vezes pode ser evitado se os sinais de alerta forem percebidos e a pessoa receber tratamento e apoio
308	But for cultural reasons, providers can easily miss signs of suicidal feelings in indigenous patients.	mas, por razões culturais, os especialistas podem facilmente deixar passar sinais de pensamentos suicidas em pacientes indígenas.
309	The interpreter might see those signs.	O intérprete pode ver esses sinais.
310	For example, if the patient makes a cultural reference that suggests suicidal feelings (such as, "It's time for me to go walking") and you just interpret it, the provider might not understand what the patient means.	Por exemplo, se o paciente faz uma referência cultural que sugere pensamentos suicidas (como "É hora de eu ir caminhar") e você apenas interpreta como tal, o profissional pode não entender o que o paciente quis dizer.
311	You might have to discuss it outside the session with the provider.	Talvez seja necessário discutir isso fora da sessão com o profissional responsável
312	Or you might say to both parties, during the session, "Excuse me, as the interpreter I sense a possible misunderstanding about what, 'It's time for me to go walking,' means."	ou dizer para ambas as partes, durante a sessão: "Desculpe-me, como intérprete, sinto um possível mal-entendido sobre o que significa 'É hora de eu ir caminhar'".

313	Then the provider can ask the patient what he means.	Em seguida, o especialista pode perguntar ao paciente o que ele quer dizer.
314	It is important for you to know that asking or talking about suicide does not increase the risk of suicide (Mathias et al., 2012).	É importante que você saiba que perguntar ou falar sobre suicídio não aumenta o risco de suicídio (Mathias et al., 2012).
315	In fact, discussing suicide directly may reduce, not increase, thoughts of suicide (Dazzi et al., 2014).	Na verdade, discutir sobre suicídio diretamente pode reduzir, e não aumentar, os pensamentos suicidas (Dazzi et al., 2014).
316	Also retrieved from http://www.webmd.com/mental-health/recognizing-suicidal-behavior	Também extraído de http://www.webmd.com/mental-health/recognizing-suicidal-behavior
317	434 · The Indigenous Interpreter®	434 · O Intérprete Indígena®
318	Addiction	Dependência Química
319	Addiction is the “continued use of alcohol and other drugs even when that use is causing harm.” ¹⁰¹ Addiction is both a physical and psychological disease.	A dependência química é o “uso contínuo de álcool e outras drogas, mesmo quando esse uso está causando danos”. ¹⁰¹ É uma doença tanto física quanto psicológica.
320	If you are addicted, you find it almost impossible to control the desire to drink alcohol or use drugs.	O indivíduo que tem uma dependência, acha quase impossível controlar o desejo de beber álcool ou usar drogas.
321	Addiction is caused in part by changes in the brain after long-term use of alcohol and drugs.	Ela é causada em parte por alterações no cérebro após o uso prolongado dessas substâncias.
322	Symptoms include:	Os sintomas incluem:
323	The strong need to use alcohol or drugs every day.	A forte necessidade de usar álcool ou drogas todos os dias.
324	The need for more and more of the substance.	A necessidade cada vez maior da substância.
325	Loss of control over when and how much to take—such as	Perda do controle sobre quando e quanto usar - como
326	drinking first thing in the morning.	beber logo pela manhã.
327	Strong denial that the addiction is causing problems (and even blaming others).	Forte negação de que o vício está causando problemas (inclusive culpando os outros).
328	Problems at home, with family and friends, at work or at school.	Problemas em casa, com a família e amigos, no trabalho ou na escola.
329	Not being able to stop even when addiction leads to losing a	Não ser capaz de parar mesmo quando a dependência leva à perda de um

330	job, divorce, financial problems and bad health.	trabalho, ao divórcio, dificuldades financeiras e problemas de saúde.
331	Signs of Addiction	Sinais de Dependência
332	3. Increased Intake	3. Aumento da dose
333	4. Loss of control	4. Perda do controle
334	Obsession	Ideia fixa
335	Tolerance	Tolerância
336	Abuse despite harm	Abuso apesar do dano
337	Withdrawal symptoms	Sintomas de abstinência
338	Emotional Effects on Family	Efeitos Emocionais sobre a Família
339	Stress	Estress
340	1	1
341	2	2
342	Guilt	Culpa
343	Denial & shame	Negação e vergonha
344	4	4
345	3	3
346	Anger	Raiva
347	Source: 103 and 104	Fonte: 103 e 104
348	Hazleton Betty Ford Foundation.	Fundação Hazelden Betty Ford.
349	Retrieved from http://www.hazeldenbettyford.org/addiction/what-is-addiction	Extraído de http://www.hazeldenbettyford.org/addiction/what-is-addiction
350	Retrieved from http://hamrah.co/en/pages/signs-symptoms-of-addiction/ 103 Retrieved from http://hamrah.co/en/pages/addiction-effects-on-family/	Extraído de http://hamrah.co/en/pages/signs-symptoms-of-addiction/ 103 Extraído de http://hamrah.co/en/pages/addiction-effects-on-family/
351	The Indigenous Interpreter® · 435	O Intérprete Indígena® · 435
352	It is possible to be addicted to more than alcohol or drugs.	É possível ser dependente em outras coisas além de álcool ou drogas.
353	One famous example is gambling.	Um exemplo famoso é o jogo.
354	Many people are addicted to gambling.	Muitas pessoas tem compulsão por jogos de azar.
355	People who are addicted to drugs often commit crimes, such as robbery, to get the money to buy drugs.	Pessoas dependentes de substâncias químicas muitas vezes cometem crimes,

		como roubos, para conseguir dinheiro para comprar drogas.
356	Drugs can destroy lives and break families apart.	As drogas podem destruir vidas e separar famílias.
357	They can lead to suicide.	Podem levar ao suicídio.
358	How can addiction happen?	Como a dependência pode acontecer?
359	There are a number of reasons:	Há uma série de razões:
360	Having a history of addiction in the family.	Ter histórico de dependência química na família.
361	Being male.	Ser do sexo masculino.
362	Having another mental health disorder.	Ter outro transtorno de saúde mental.
363	Pressure by friends and families to drink or use drugs.	Pressão de amigos e familiares para beber ou usar drogas.
364	Lack of connection with family and friends.	Falta de conexão com a família e amigos.
365	Anxiety, depression and loneliness.	Ansiedade, depressão e solidão.
366	A person with an addiction usually needs treatment to recover.	Uma pessoa com uma dependência geralmente precisa de tratamento para se recuperar.
367	Treatment often includes therapy, support groups, medication and/or outpatient or residential treatment programs.	O tratamento geralmente inclui terapia, grupos de apoio, medicamentos e/ou programas de tratamento ambulatorial ou clínicas de reabilitação.
368	To get well, the person often tries to stop using alcohol and drugs completely.	Para melhorar, a pessoa muitas vezes tenta parar completamente o uso de álcool e drogas.
369	The person often needs to make lifestyle changes to stay away from people and places where he or she used alcohol and drugs.	Muitas vezes, ela precisa fazer mudanças no estilo de vida para ficar longe de pessoas e lugares onde já usou álcool e drogas.
370	Indigenous views on mental illness	A visão indígena sobre a doença mental
371	Each culture is unique.	Cada cultura é única.
372	In general, indigenous views on mental illness differ in many ways from those of Western medicine.	Em geral, as visões indígenas sobre a doença mental diferem em muitos aspectos daquelas da medicina ocidental.
373	For example, many Inuit (indigenous people in the north of Canada) can accept and not judge strange behavior, feeling that someone who acts strangely today might seem normal the	Por exemplo, muitos Inuits (indígenas do norte do Canadá) podem aceitar e não julgar comportamentos estranhos, entendendo que alguém que age de forma estranha hoje pode parecer normal

	next day (Kirmayer, Brass & Tait, 2000, p. 12).	no dia seguinte (Kirmayer, Brass & Tait, 2000, p. 12).
374	Many indigenous communities reject the idea that mental illness is a disease in the brain.	Muitas comunidades indígenas rejeitam a ideia de que a doença mental é uma doença no cérebro.
375	In these views, mental health is about the whole person.	Por esse ponto de vista, a saúde mental é sobre a pessoa como um todo
376	It relates to the way mind, emotion, spirit and body connect (Mitchell, 2005).	e está relacionada com a forma como mente, emoção, espírito e corpo se conectam (Mitchell, 2005).
377	Still, one indigenous person might hold traditional views of mental health and illness.	Ainda assim, um indígena pode ter visões tradicionais de saúde e doença mental.
378	His indigenous neighbor might accept the biomedical model.	Seu vizinho indígena pode aceitar o modelo biomédico
379	Another might have personal beliefs that include both Western and indigenous view.	e outro pode ter crenças pessoais que incluem tanto a visão ocidental quanto a indígena.
380	As the interpreter, be aware that each client you interpret for has different beliefs.	Como intérprete, esteja ciente de que cada cliente para quem você interpreta tem crenças diferentes.
381	436 · The Indigenous Interpreter®	436 · O Intérprete Indígena®
382	Common mental health interpreting assignments	Tarefas comuns de interpretação de saúde mental
383	People with mental illness and addiction often end up in hospitals and in crisis.	Pessoas com doença mental e dependência geralmente acabam no hospital e em crise.
384	You might interpret for emergency mental health assignments such as:	Também é possível interpretar para atribuições de saúde mental de emergência, como:
385	Involuntary psychiatric commitment.	Internação psiquiátrica involuntária.
386	Sexual assault and domestic violence programs.	Programas de assistência para casos de agressão sexual e violência doméstica.
387	Emergency department visits (often for substance abuse).	Visitas ao departamento de emergência (geralmente por abuso de substâncias).
388	Involuntary commitment	Internação involuntária.
389	An involuntary commitment is a legal process.	Uma internação involuntária é um processo legal.
390	A person with a mental disorder can be held against his or her will in a special facility.	Uma pessoa com transtorno mental pode ser mantida contra sua vontade em uma instalação especial.

391	In the United States, that person can be held for a full psychiatric evaluation.	Nos Estados Unidos, essa pessoa pode ser detida para uma avaliação psiquiátrica completa.
392	This person does not have the right to leave.	Ela não tem o direito de sair.
393	A person is held in this way only if he or she is found to be a	Uma pessoa é mantida desta forma apenas se for considerada um
394	possible danger to himself or herself or to others or cannot function independently because of a mental illness or disorder.	possível perigo para si mesma ou para os outros ou não puder viver de forma independente devido a uma doença ou distúrbio mental.
395	Only an authorized official can force someone to be held against his or her will for mental health reasons.	Apenas um funcionário autorizado pode obrigar alguém a ser detido contra a sua vontade por motivos de saúde mental.
396	The official could be a police officer, doctor or other official.	Esse funcionário pode ser um policial, médico ou outro tipo de autoridade.
397	The first period of detention is 72 hours.	O primeiro período de detenção é de 72 horas.
398	If the person is still unstable, he or she can be forced to stay in a residential program for 14 more days or longer—perhaps forever.	Se a pessoa continuar instável, ela pode ser forçada a permanecer em um programa reabilitação por mais 14 dias ou mais – talvez para sempre.
399	Interpreters often interpret for an involuntary commitment.	Intérpretes muitas vezes interpretam para uma internação involuntária.
400	These situations can be dramatic and difficult.	Essas situações podem ser dramáticas e difíceis.
401	The patient is often upset and disoriented.	O paciente, geralmente está aborrecido e desorientado
402	He or she may need to be detained physically.	e pode precisar ser detido fisicamente.
403	If you are called to this kind of assignment, prepare yourself emotionally.	Se o intérprete for chamado para esse tipo de tarefa, precisa estar emocionalmente preparado,
404	Then follow the protocols presented in Section 15.3.	e então, seguir os protocolos apresentados na Seção 15.3.
405	The Indigenous Interpreter® · 437	O Intérprete Indígena® · 437
406	Sexual assault and domestic violence	Agressão sexual e violência doméstica.
407	Victims of sexual assault and domestic violence often come to hospitals for medical care soon after the assault.	Vítimas de agressão sexual e violência doméstica muitas vezes chegam aos hospitais para o atendimento médico logo após a agressão.

408	Providers who suspect that the patient has been abused are required to report the abuse to the police.	Se os profissionais de saúde suspeitam que o paciente foi abusado são obrigados a denunciar o abuso à polícia.
409	Providers are also trained to check for possible domestic violence.	Esses profissionais também são treinados para verificar uma possível violência doméstica.
410	For example, a nurse might have a list of specific questions.	Por exemplo, uma enfermeira pode ter uma lista de perguntas específicas.
411	When providers find out a patient has been abused, they follow a step-by-step process to help the patient.	Se eles descobrem que um paciente foi abusado, eles seguem um processo passo a passo para ajudar o paciente.
412	Domestic Violence in Health Care Settings	Violência Doméstica em Ambientes Hospitalares
413	Doctors use questionnaires like the one on the right to decide if a patient is a victim of domestic violence and/or sexual assault	Os médicos usam questionários, como este ao lado, para investigar se um paciente é vítima de violência doméstica e/ou agressão sexual
414	Interpreters should be familiar with the screening questionnaires that doctors use.	Intérpretes devem estar familiarizados com os questionários de triagem que os médicos usam.
415	Source: 104	Fonte: 104
416	In cases of sexual assault, usually—except sometimes for children—the procedure is different.	Em casos de agressão sexual – exceto às vezes para crianças – geralmente o procedimento é diferente.
417	The victim or a family member has already reported the assault to the police.	A vítima ou um familiar já denunciou a agressão à polícia.
418	The police come to the hospital with the victim, or soon after.	A polícia chega ao hospital com a vítima, ou logo depois.
419	The police will often interview the victim at the hospital to ask questions about the assault.	Normalmente a polícia entrevista a vítima no hospital fazendo perguntas sobre a agressão.
420	If you interpret for the hospital and the police also ask you to interpret for them, follow your hospital's policies and the policies of the language service that sent you to know whether or not you should interpret for the police.	Se o intérprete em contexto hospitalar for solicitado pela polícia para interpretar para eles, deve seguir as políticas do seu hospital e as políticas do serviço de idiomas que o enviou para saber se deve ou não interpretar para a polícia.
421	It is almost always a better policy if the police bring their own interpreter.	Quase sempre é uma política melhor se a polícia trazer seu próprio intérprete.
422	Sample Items from the Partner Violence Inventory (PVI)	Exemplares do teste de Escala de Violência entre Parceiros Íntimos (EVIPI)

423	Partner drug and alcohol problems “Our worst fights have been when we were drinking.”	Problemas com drogas e álcool entre os parceiros “Nossas piores brigas foram quando estávamos bebendo.”
424	Sexual assault	Agressão sexual
425	“I have let my partner have sex when I didn’t want to, because I was afraid of him/her.”	“Deixei meu parceiro fazer sexo quando eu não queria, porque tinha medo dele”.
426	Warmth and affection	Carinho e afeição
427	“Our relationship has felt close and warm.”	“Nossa relação parecia próxima e afetuosa.”
428	Physical assault	Agressão física
429	“My partner has hit or beaten me.”	“Meu parceiro me bateu ou me espancou.”
430	Physical fights	Violência física
431	“We have thrown things at each other.”	“Nós jogamos coisas um no outro.”
432	Emotional assault	Violência emocional
433	“My partner has made me feel worthless, like I couldn’t do anything right.”	“Meu parceiro me fez sentir inútil, como se eu não pudesse fazer nada certo.”
434	Minimization	Minimização
435	“My partner and I have had the perfect relationship.”	“Meu parceiro e eu tínhamos o relacionamento perfeito.”
436	104 Retrieved from http://www.psychiatrictimes.com/article/new-screening-measure-detecting-hidden-domestic-violence	104 Extraído de http://www.psychiatrictimes.com/articles/new-screening-measure-detecting-hidden-domestic-violence
437	438 · The Indigenous Interpreter®	438 · O Intérprete Indígena®
438	In the case of abused children, the child might be taken to a child advocacy center.	No caso de crianças abusadas, a criança pode ser levada a um centro de defesa da infância.
439	The interviewer might be conducted by a	O entrevistador pode ser conduzido por um
440	special investigator or forensic (legal) therapist.	investigador especial ou terapeuta forense.
441	Child sexual abuse appointments are among the hardest for all interpreters.	As consultas de abuso sexual infantil estão entre as mais difíceis para todos os intérpretes.
442	Emergency department visits (often for	Visitas ao departamento de emergência (geralmente por
443	substance abuse—alcohol or drugs)	abuso de substâncias – álcool ou drogas)

444	The emergency room is a crisis zone.	A sala de emergência é uma zona de crise,
445	Emotions run high.	as emoções estão flor da pele,
446	Conditions can be crowded.	o local pode estar superlotado,
447	There are unusual noises.	além de ruídos incomuns.
448	Trying to interpret for mental health situations in a hospital emergency department can feel unsettling and scary.	Tentar interpretar situações de saúde mental em na emergência de um hospital pode parecer inquietante e assustador.
449	For mental health interpreting in emergency rooms, interpreters often see patients who are drunk or under the influence of drugs.	Para interpretação em contexto de saúde mental em salas de emergência, os intérpretes geralmente atendem pacientes que estão bêbados ou sob a influência de drogas.
450	These patients can be difficult to treat.	Esses pacientes podem ser difíceis de tratar.
451	The doctors may not know what drug the patient took.	Os médicos podem não saber que droga o paciente usou.
452	The patient may have physical injuries, not cooperate with being examined or even get violent.	O paciente pode ter lesões físicas, não cooperar com o exame ou até mesmo agir de forma violenta.
453	Patients on Drugs and Alcohol	Para Dependentes Químicos
454	Interpreters should:	Os intérpretes devem:
455	Follow the providers' instructions.	Seguir as instruções dos especialistas.
456	Find a safe place to sit or stand.	Sentar em um lugar seguro ou ficar de pé.
457	Request clarifications as needed but otherwise only interpret.	Solicitar esclarecimentos conforme necessário, caso contrário, apenas interpretar.
458	The Indigenous Interpreter® · 439	O Intérprete Indígena® · 439
459	It can be difficult to interpret for patients who have had too much	Pode ser difícil interpretar para pacientes que
460	to drink.	beberam demais.
461	The patient may not make sense.	A conversa do paciente pode não fazer sentido,
462	Their speech might be slurred.	sua fala pode estar arrastada,
463	They might be hard for you to understand.	tornando difícil o entendimento.
464	Also, their behavior can surprise you.	Além disso, seu comportamento pode gerar surpresas.
465	One minute, they are calm.	Em um momento ele está calmo,

466	The next minute, they might shout or try to hit someone.	e no momento seguinte, ele pode gritar ou tentar bater em alguém.
467	Be prepared for anything.	Deve-se estar preparado para qualquer coisa.
468	Stay calm and alert.	Estar calmo e alerta.
469	If you interpret for anyone who is drunk or on drugs, follow the providers' instructions carefully.	Se a interpretação for para alguém que está bêbado ou drogado, deve-se seguir cuidadosamente as instruções dos profissionais envolvidos.
470	Do not sit next to the patient.	Não sentar-se ao lado do paciente,
471	Stay close to the provider.	ficar perto do médico,
472	Find a safe place where you can hear well and interpret.	encontrar um lugar seguro onde seja possível ouvir bem e interpretar,
473	Try not to be too far from the door.	tentar não ficar muito longe da porta.
474	If the language of the patient is slurred (where the words slide together), or too mixed-up to interpret accurately, say so.	Se o paciente estiver falando de forma arrastada, ou muito confusa para interpretar com precisão, isso deve ser dito.
475	If the patient won't pause, you can go into simultaneous mode—but you might have to summarize.	Se o paciente não der pausas, você poderá entrar no modo simultâneo, mas talvez seja necessário resumir.
476	Interpreting for someone who speaks nonsense, mumbles, talks nonstop or uses incoherent speech is challenging and exhausting.	Interpretar para alguém que diz bobagens, resmunga, fala sem parar ou tem um discurso incoerente é desafiador e cansativo.
477	If possible, take breaks.	Se possível, faça pausas.
478	Finally, some providers might forget to keep you safe.	Por fim, alguns provedores de serviço podem esquecer de mantê-lo seguro.
479	Watch for your own safety!	O intérprete deve estar atento à sua própria segurança!
480	Challenges for indigenous interpreters in mental health	Desafios para intérpretes indígenas em saúde mental
481	To be honest, mental health is one of the hardest assignments for indigenous interpreters.	Honestamente falando, a saúde mental é uma das tarefas mais difíceis para os intérpretes indígenas.
482	First, the stigma, or shame, about mental disorders means that this topic is not discussed by many clients or families.	Primeiro, o estigma, ou vergonha, sobre ter transtornos mentais significa dizer que esse tópico não é discutido por muitos clientes ou famílias.
483	In fact, often it is not clearly understood.	Na verdade, geralmente a questão não está compreendida claramente.

484	In addition, the terms for mental health often do not exist in indigenous languages.	Além disso, os termos para saúde mental muitas vezes não existem nas línguas indígenas.
485	It is hard, and often risky, for you to find equivalents yourself.	É difícil, e por vezes arriscado, buscar equivalentes.
486	You might have to do a lot of research and discuss the language issues with a therapist to find good equivalents.	É importante pesquisar e discutir os problemas de linguagem com um terapeuta para encontrar bons equivalentes.
487	The cultural differences create another special challenge.	As diferenças culturais criam outro desafio especial:
488	On the one hand, you do not want to stereotype patients.	Por um lado, não se quer estereotipar os pacientes.
489	You are not a therapist.	Intérprete não é um terapeuta.
490	Perhaps culture has nothing to do with the situation.	Talvez a cultura não tenha nada a ver com a situação.
491	Perhaps the client's brain damage is causing the behavior.	Talvez o dano cerebral do cliente esteja causando o comportamento.
492	On the other hand, you might have cultural knowledge that can help the provider understand the situation a little better.	Por outro lado, ter conhecimento cultural pode ajudar o especialista a entender um pouco melhor a situação.
493	This issue is discussed in Section 15.3.	Esta questão é discutida na Seção 15.3.
494	440 · The Indigenous Interpreter®	440 · O Intérprete Indígena®
495	Mental health and the indigenous interpreter	A saúde mental e o intérprete indígena
496	You yourself might have mixed feelings about mental illness.	Pode-se ter sentimentos contraditórios sobre doenças mentais.
497	The medical or therapy approaches to treating mental disorders might not feel right to you.	As abordagens médicas ou terapêuticas para o tratamento de transtornos mentais podem não parecer corretas,
498	Or perhaps it's the opposite.	ou ao contrário,
499	Perhaps you	talvez
500	do not believe in traditional views, such as the idea that mental disorders are caused by immoral behavior or a lack of balance between mind, spirit and body.	exista a descrença nas visões tradicionais, como a ideia de que os transtornos mentais são causados por comportamento imoral ou falta de equilíbrio entre mente, espírito e corpo.
501	You might even feel that families who hold certain beliefs will harm the client. (For example, a family might refuse to allow a teenage child to take medication for mental illness.)	O interprete pode até perceber que as famílias que mantêm certas crenças prejudicarão o cliente. (Por exemplo, uma família pode se recusar a permitir

		que um filho adolescente tome medicamentos para doenças mentais.)
502	You will need to examine your own feelings about all these issues.	O profissional da interpretação precisará examinar seus próprios sentimentos sobre todas essas questões.
503	The question is not whether your feelings are wrong or right.	A questão não é se os sentimentos estão certos ou errados.
504	Feelings are feelings.	Sentimentos são sentimentos.
505	We all have them.	Todas as pessoas os têm.
506	The question is whether you can set your feelings aside to be the best interpreter you can be for this provider and this patient.	A questão é conseguir deixar os sentimentos de lado para ser o melhor intérprete possível para esse profissional e esse paciente.
507	Review of Section 15.1	Revisão da Seção 15.1
508	Mental health interpreting is an advanced specialization of community interpreting.	A interpretação em saúde mental é uma especialização avançada da interpretação comunitária.
509	Interpreters need to be familiar with common mental illnesses, how they are treated in the United States and special challenges for indigenous interpreters who accept mental health assignments.	Os intérpretes precisam estar familiarizados com doenças mentais comuns, como são tratadas nos Estados Unidos e desafios especiais para intérpretes indígenas que aceitam tarefas de saúde mental.
510	This section presented information on four common mental disorders that indigenous interpreters often interpret for: depression, anxiety, suicidal thoughts and addiction.	Esta seção apresentou informações sobre quatro transtornos mentais comuns que os intérpretes indígenas costumam interpretar: depressão, ansiedade, pensamentos suicidas e dependência química.
511	It also examined a few common types of interpreting assignments that involve mental health concerns: involuntary commitment, sexual assault and domestic violence, and interpreting in hospital emergency departments, especially for substance abuse.	Também examinou alguns tipos comuns de tarefas de interpretação que envolvem preocupações com a saúde mental: internação involuntária, agressão sexual e violência doméstica e interpretação na emergência de hospitais, especialmente por abuso de substâncias.
512	The Indigenous Interpreter® · 441	O Intérprete Indígena® · 441
513	15Section	Seção15.
514	2	2
515	The Therapeutic Relationship	A Relação Terapêutica
516	Learning Objective 15.2	Objetivo de Aprendizagem 15.2

517	Explore the concept of the therapeutic alliance.	Explorar o conceito de relação terapêutica.
518	Introduction	Introdução
519	Licensed mental health providers are usually called clinicians or therapists. (A clinician is a licensed therapist.) Psychiatrists are doctors who specialize in behavioral health.	Os provedores de saúde mental licenciados são geralmente chamados de psicólogos clínicos ou psicoterapeutas. (Psicoterapeutas são profissionais licenciados, de outras áreas, como assistentes sociais). Psiquiatras são médicos especializados em saúde comportamental.
520	Other doctors, including primary care doctors, prescribe medications for mental diseases and disorders.	Outros médicos, incluindo clínicos gerais, podem prescrever medicamentos para doenças e distúrbios mentais.
521	Most therapists provide talk therapy.	A maioria dos terapeutas oferecem a conversação como psicoterapia.
522	The relationship that therapists have with patients is different from the doctor-patient relationship.	A relação que os terapeutas têm com os pacientes é diferente da relação médico-paciente.
523	Medical providers use a patient history form and the medical interview to discover what is causing the patient's symptoms.	Os especialistas médicos usam um formulário de histórico do paciente e a entrevista médica para descobrir o que está causando os sintomas no paciente.
524	Treatment is focused on finding a cure.	O tratamento é focado na busca da cura.
525	During treatment, therapists use a different kind of process	Durante o tratamento, os terapeutas usam um tipo diferente de processo
526	to develop a therapeutic relationship with their patients.	para desenvolver uma relação terapêutica com seus pacientes.
527	This relationship takes time.	Essa relação leva tempo
528	Often it is called the therapeutic alliance.	e muitas vezes é chamada de relação terapêutica.
529	Therapists work to develop trust and create a safe place for patients to share difficult feelings and experiences.	Os terapeutas trabalham para desenvolver a confiança e criar um ambiente seguro para os pacientes compartilharem sentimentos e experiências difíceis.
530	Creating that relationship is often the primary treatment, although drugs and other treatments might also be prescribed.	Criar esse relacionamento geralmente é o tratamento primário, embora medicamentos e outros tratamentos também possam ser prescritos.
531	Therapy can take weeks, months—or years.	A terapia pode levar semanas, meses ou anos.

532	However, therapy can be better than taking drugs alone.	No entanto, isso pode ser melhor do que apenas tomar medicamentos.
533	After the patient stops taking drugs for a mental illness, the symptoms often come back.	Depois que o paciente para de tomar os remédios para uma doença mental, os sintomas geralmente voltam.
534	After successful therapy, usually the symptoms don't come back.	Após a terapia bem-sucedida, geralmente os sintomas não voltam.
535	The goal of therapy (sometimes called counseling) is to restore a patient's mental health and strengthen his or her relationships	O objetivo da terapia (às vezes chamado de aconselhamento) é restaurar a saúde mental do paciente e fortalecer seus relacionamentos
536	with others.	com os outros.
537	As a result, therapy can be for one person, for married couples, for children and for families.	Sendo assim, a terapia pode ser para uma pessoa, para casais, para crianças e para famílias.
538	442 · The Indigenous Interpreter®	442 · O Intérprete Indígena®
539	Going into therapy isn't always for mental illness.	Fazer terapia nem sempre é direcionado apenas para doenças mentais.
540	Sometimes the goal of therapy is to make people, families and relationships happy and healthy.	Às vezes, o objetivo da terapia é tornar pessoas, famílias e relacionamentos felizes e saudáveis.
541	Having an interpreter present at the session changes how therapists interact with their patients.	Ter um intérprete presente na sessão muda a forma como os terapeutas interagem com seus pacientes.
542	Interpreters and providers need to work together to protect the therapeutic alliance.	Intérpretes e psicoterapeutas precisam trabalhar juntos para proteger a relação terapêutica.
543	This section shows you how to work well with therapists.	Esta seção ensina como trabalhar bem com terapeutas.
544	The mental health interview	A entrevista de saúde mental
545	In Module 10, you learned about the patient history form and the medical interview.	No Módulo 10, você aprendeu sobre o formulário de histórico do paciente e a entrevista médica.
546	In mental health, there is also an intake process with a patient history form.	Na saúde mental, também há um processo de admissão com um formulário de histórico do paciente.
547	This form focuses on the patient's past and current mental health.	Este formulário se concentra na saúde mental passada e atual do paciente.
548	The questions focus on feelings, past experiences with depression, anxiety and other mental illnesses, and lifestyle issues such as drug and alcohol use.	As perguntas se concentram em sentimentos, experiências passadas com depressão, ansiedade e outras doenças mentais além de questões sobre o estilo de vida, como uso de drogas e álcool.

549	A therapist usually takes this history.	Um terapeuta geralmente usa esse histórico.
550	Often, however, this intake is not done by the same therapist who will work with the patient.	Porém, geralmente, essa admissão não é feita pelo mesmo profissional que irá trabalhar com o paciente.
551	The Mental Health Interview	A entrevista de saúde mental
552	Check for signs of emotional upset	Verifique se há sinais de instabilidade emocional
553	Mrs. Sanchez, you seem very tired and it looks like you haven't been able to shower or bathe recently.	Sra. Sanchez, você demonstra estar bastante cansada e parece que não conseguiu tomar banho recentemente.
554	Check to see if the patient knows the day or	Verifique se o paciente sabe o dia ou
555	THERAPIST	TERAPEUTA
556	place he or she is in	o lugar em que está
557	Can you tell me what day it is today?	Você sabe me dizer que dia é hoje?
558	Do you know	Sabe
559	what city we are in?	em que cidade você está?
560	Check to see if the patient's words match the emotion he or she is expressing	Verifique se as palavras do paciente correspondem à emoção que está expressando
561	You are telling me that you are very angry, but your voice is soft and you are very calm.	Está me dizendo que está com muita raiva, mas sua voz é suave e você está muito calmo.
562	Is the patient hallucinating or having delusions?	O paciente está tendo alucinações ou delírios?
563	Let me repeat what you just said: You are hearing voices in your head telling you to hurt yourself.	Deixe-me repetir o que você acabou de dizer: você está ouvindo vozes em sua cabeça dizendo para se machucar.
564	PATIENT	PACIENTE
565	The Indigenous Interpreter® · 443	O Intérprete Indígena®· 443
566	Next, the therapist does a mental health interview.	Em seguida, o terapeuta faz uma entrevista de saúde mental.
567	That interview is usually the therapist's first meeting with a patient. (It could also happen in a hospital emergency department or at a psychiatric hospital.) The questions in the first interview center on mental and emotional symptoms, not physical problems.	Essa entrevista geralmente é o primeiro encontro do terapeuta com um paciente. (Também pode acontecer em um pronto-socorro de um hospital ou em um hospital psiquiátrico.) As perguntas da primeira entrevista centram-se em sintomas mentais e emocionais, não em problemas físicos.

568	During the mental health interview, the provider is evaluating:	Durante a entrevista de saúde mental, o profissional está avaliando:
569	Visual signs of mental upset: The patient's hygiene, clothing (if it is wrinkled or dirty, for example), mood and physical gestures might show the patient's state of mind.	Sinais visuais de transtorno mental: A higiene do paciente, a roupa (se está amassada ou suja, por exemplo), o humor e os gestos físicos podem mostrar o estado de espírito do paciente.
570	Orientation: The patient might not be aware of who she is, where she is or what day and month it is.	Orientação: A paciente pode não saber quem é, onde está ou que dia e mês é.
571	Mood and facial expression: Does the patient's mood match the words she is saying? (For example, does she cry but say everything is "fine"?) How intense are those feelings?	Humor e expressão facial: O humor da paciente combina com as palavras que ela está dizendo? (Por exemplo, ela chora, mas diz que está tudo bem?) Quão intensos são esses sentimentos?
572	Do they change a lot?	Eles se alteram muito?
573	Speech and thought process and content: It is important to see how the patient connects concepts and thoughts, how fast this person is talking and whether that speech is easy to understand	Processo e conteúdo da fala e do pensamento: é importante ver como a paciente conecta conceitos e pensamentos, quão rápido ela está falando e se essa fala é fácil de entender
574	Thought process: Is the patient having hallucinations or delusions?	Processo de pensamento: O paciente está tendo alucinações ou delírios?
575	Does the patient seem connected to reality?	A paciente parece conectada à realidade?
576	The therapeutic alliance	A relação terapêutica
577	Therapy	Terapia
578	The mental health interview is only a first step in providing mental health services.	A entrevista de saúde mental é apenas um primeiro passo na prestação de serviços para esse campo.
579	Sometimes it leads to a doctor or a psychiatrist giving a prescription—and nothing much more.	O que, às vezes, leva um médico ou psiquiatra a fazer uma prescrição – e nada mais.
580	Other times it can lead to someone attending a residential program in a specialized hospital or an outpatient program.	Outras vezes, pode levar alguém a frequentar um programa de reabilitação em um hospital especializado ou um programa ambulatorial.
581	Often the treatment is talk therapy.	Muitas vezes, o tratamento é a psicoterapia.
582	Most therapy is a series of regular appointments with a therapist.	A maioria das terapias é uma série de consultas regulares com um terapeuta.

583	Therapy can be for individuals, couples, families or small groups.	A terapia pode ser para indivíduos, casais, famílias ou pequenos grupos.
584	Group therapy, for example, could be a therapist working with a group of sexual assault survivors, men found guilty of abusing women, or patients with breast cancer.	A terapia de grupo, por exemplo, pode ser um terapeuta trabalhando com um grupo de sobreviventes de agressão sexual, homens considerados culpados de abusar de mulheres ou pacientes com câncer de mama.
585	Therapy builds trust in order to encourage the client's openness and honesty.	A terapia constrói confiança para encorajar a abertura e a honestidade do cliente.
586	This openness leads to better understanding about how the client can make changes.	Essa abertura leva a um melhor entendimento sobre como o cliente pode fazer mudanças.
587	People in any type of therapy need this positive interaction with their therapist.	Pessoas em qualquer tipo de terapia precisam dessa interação positiva com seu terapeuta.
588	444 · The Indigenous Interpreter®	444 · O Intérprete Indígena®
589	How the therapeutic alliance works	Como funciona a relação terapêutica
590	[The therapeutic alliance is] a well-aligned working union between patient and therapy professional, thought by a great many to be a vital facet of effective therapy.105	[A relação terapêutica é] uma união de trabalho bem alinhada entre paciente e profissional de terapia, considerada por muitos como uma faceta vital de uma terapia eficaz. 105
591	Mental health providers are trained to create a relationship of trust.	Os provedores de saúde mental são treinados para criar uma relação de confiança.
592	This process is nothing like regular medicine.	Este processo não tem nada a ver com a medicina regular.
593	Appointments for therapy are usually 50 minutes.	As consultas para terapia são geralmente de 50 minutos.
594	The therapist meets regularly with the client, usually every week or two.	O terapeuta se reúne regularmente com o cliente, geralmente a cada uma ou duas semanas.
595	People with mental disorders often have to go through a painful process of remembering and talking about their past trauma, abuse or difficult experiences.	Pessoas com transtornos mentais por vezes têm que passar por um processo doloroso de lembrar e falar sobre seus traumas passados, abusos ou experiências difíceis.
596	They need to be able to trust their therapist.	Eles precisam ser capazes de confiar em seu terapeuta
597	This process takes time.	e este processo leva tempo.
598	It includes many elements.	Inclui muitos elementos.

599	Specialization	Especialização
600	The therapist needs to have special training to understand the patient's specific mental illness.	O terapeuta precisa ter treinamento especial para entender a doença mental específica do paciente.
601	A therapist who specializes in treating children from divorced families or sexual assault survivors might not be qualified to treat an older man with severe depression.	Um terapeuta especializado no tratamento de crianças de famílias divorciadas ou sobreviventes de agressão sexual pode não estar qualificado para tratar um homem mais velho com depressão grave.
602	Common goals	Objetivos comuns
603	The therapist and patient should have the same goals.	O terapeuta e o paciente devem ter os mesmos objetivos.
604	If the patient wants the depression to end, that is the goal.	Se o paciente quiser que a depressão termine, esse é o objetivo.
605	If the patient wants a happy marriage, that is the goal.	Se o paciente quiser um casamento feliz, esse é o objetivo.
606	The therapist will work with the patient to set appropriate and realistic goals that have meaning for that patient.	O terapeuta trabalhará com o cliente para estabelecer metas apropriadas e realistas que tenham significado para aquele paciente.
607	Real interest in the patient	Interesse real no paciente
608	The therapist listens to what the patient says and shows interest and concern.	O terapeuta ouve o que o paciente diz e mostra interesse e preocupação.
609	The effect of this interest on the patient can be huge and positive.	O efeito desse interesse no paciente pode ser significativo e positivo.
610	A safe place	Um lugar seguro
611	Patients need to feel comfortable telling their therapists anything, even painful or embarrassing things.	Os pacientes precisam se sentir à vontade para contar qualquer coisa a seus terapeutas, mesmo coisas dolorosas ou embaraçosas.
612	They need to feel sure that everything is kept confidential.	Eles precisam ter certeza de que tudo será mantido em sigilo.
613	Often this process is called "making a safe place" for the client.	Muitas vezes esse processo é chamado de "criar um ambiente seguro" para o cliente.
614	105 Nugent, P. (2013).	105 Nugent, P. (2013).
615	Therapeutic alliance.	Relação Terapêutica.
616	PsychologyDictionary.org.	PsychologyDictionary.org.
617	Retrieved from https://psychologydictionary.org/therapeutic-alliance/	Extraído de https://psychologydictionary.org/therapeutic-alliance/

618	The Indigenous Interpreter® · 445	O Intérprete Indígena® · 445
619	"Unconditional positive regard"	"Consideração positiva incondicional"
620	"Regard" means to have a good opinion of or respect for someone.	"Consideração positiva" significa ter uma boa opinião ou respeito por alguém.
621	"Unconditional positive regard" means that therapists accept patients as they are and see them positively.	"Consideração positiva incondicional" significa que os terapeutas aceitam os pacientes como eles são e os veem de forma positiva.
622	The therapist does not judge them.	O terapeuta não emite opinião de julgamento.
623	Even if the client has committed violent acts, or feels deep guilt, shame or failure, the therapist sees and talks to that person in a positive, warm way.	Mesmo que o cliente tenha cometido atos violentos, ou sinta uma profunda culpa, vergonha ou fracasso, o terapeuta vê e fala com essa pessoa de maneira positiva e calorosa.
624	Therapeutic Alliance	Relação Terapêutica
625	Therapists work hard to develop a relationship with their patients by:	Os terapeutas trabalham duro para desenvolver um relacionamento com seus pacientes:
626	Being specialists in the mental illnesses they treat.	Sendo especialistas nas doenças mentais que tratam;
627	Having shared treatment goals for the therapy.	Compartilhando objetivos de tratamento para a terapia;
628	Showing real interest in their problems.	Demonstrando interesse real em seus problemas;
629	Creating a safe place for patients to share their feelings.	Criando um ambiente seguro para os pacientes compartilharem seus sentimentos;
630	Showing unconditional positive regard for patients.	Demonstrando consideração positiva incondicional pelos pacientes.
631	Mental health providers are used to working alone with their patients.	Os profissionais de saúde mental estão acostumados a trabalhar sozinhos com seus pacientes.
632	Medical providers work in teams.	Os provedores médicos trabalham em equipes.
633	446 · The Indigenous Interpreter®	446 · O Intérprete Indígena®
634	The therapeutic dyad	A díade terapêutica
635	Most doctors and other health care providers work in teams.	A maioria dos médicos e outros profissionais de saúde trabalham em equipes,

636	The therapeutic relationship between a mental health provider and patient is private.	já a relação terapêutica entre um profissional de saúde mental e o paciente é privada.
637	There is usually one provider and one patient.	Geralmente há um profissional e um paciente.
638	Over time, the client learns to deal with the emotions and issues that caused the mental health problem.	Com o tempo, o cliente aprende a lidar com as emoções e as questões que causaram o problema de saúde mental.
639	As a result, it is usually best practice where possible to have only one interpreter for therapy.	Como resultado, geralmente a melhor prática é, sempre que possível, ter apenas um intérprete para a terapia.
640	Interpreters create a therapeutic triad	Intérpretes criam uma tríade terapêutica
641	Therapist + Patient	Terapeuta + Paciente
642	= Therapeutic Relationship	= Relação Terapêutica
643	THERAPIST	TERAPEUTA
644	Therapist + Patient + Interpreter = Therapeutic Threesome?	Terapeuta + Paciente + Intérprete = Trio Terapêutico?
645	How do I build trust with the interpreter in the middle?	Como construir confiança com um intérprete no meio?
646	PATIENT	PACIENTE
647	THERAPIST	TERAPEUTA
648	Therapists often are unsure how to interact with the interpreter.	Normalmente os terapeutas não têm certeza de como interagir com o intérprete.
649	They are used to being alone and communicating directly with their patients.	Eles estão acostumados a trabalhar sozinhos e se comunicarem diretamente com seus pacientes.
650	INTERPRETER	INTÉRPRETE
651	PATIENT	PACIENTE
652	When therapists treat patients who do not speak fluent English, they depend on interpreters.	Quando os terapeutas tratam pacientes que não falam inglês fluentemente, eles dependem de intérpretes.
653	This means that a new person is added to the relationship.	Isso significa que uma nova pessoa é adicionada ao relacionamento.
654	Instead of a therapeutic dyad (two people who communicate directly), there are three people.	Em vez de uma díade terapêutica (duas pessoas que se comunicam diretamente), haverá três pessoas.
655	The Indigenous Interpreter® · 447	O Intérprete Indígena ® · 447
656	Your presence changes everything.	A presença do intérprete muda tudo.

657	Now the therapist cannot communicate directly with the patient without going through a third person, the interpreter.	Agora o terapeuta não pode se comunicar diretamente com o paciente sem passar por uma terceira pessoa, o intérprete.
658	Most therapists have never been trained to work with interpreters.	A maioria deles nunca foi treinada para trabalhar desta forma
659	The therapists might not know what to expect or how to adjust.	e eles podem não saber o que esperar ou como se ajustar,
660	They are used to having control over the flow of the conversation.	pois estão acostumados a ter controle sobre o fluxo da conversa.
661	Now the therapist has to share the flow.	Agora o terapeuta tem que compartilhar esse fluxo.
662	The client may also feel uncomfortable with the interpreter.	O cliente também pode se sentir desconfortável com o intérprete.
663	A client from a small cultural community may not trust the interpreter to keep confidentiality.	Um cliente de uma pequena comunidade cultural pode não confiar no intérprete para manter a confidencialidade.
664	It might feel strange or upsetting to share personal information in front of the interpreter.	Pode parecer estranho ou desconcertante compartilhar informações pessoais na frente do intérprete.
665	The interpreter and the therapeutic alliance	O intérprete e a relação terapêutica
666	You have a chance to support the therapeutic alliance.	O intérprete tem a chance de apoiar a relação terapêutica
667	You can also damage or destroy it.	e também danificá-la ou destruí-la.
668	Even with good intentions, if you interrupt often you can hurt the therapeutic alliance.	Mesmo que com boas intenções, interrupções frequentes podem prejudicar a relação terapêutica.
669	Therapists want you to interpret.	Os terapeutas querem que o intérprete faça seu trabalho.
670	They want you to interrupt only if you have to.	Eles querem que o intérprete interrompa apenas se for necessário.
671	If there is a big misunderstanding, intervene.	Se houver um grande mal-entendido, deve-se intervir.
672	If you can't hear, let them know.	Se não puder ouvir, é preciso avisar.
673	If you missed something, ask.	Se perder alguma informação, é importante perguntar.
674	But if something can wait until later, let it wait.	Mas se algo puder esperar até mais tarde, que espere.
675	Even better, wait until after the session.	Melhor ainda, que espere até depois da sessão.

676	If the interpreter damages the relationship between the therapist and the client, healing might never happen.	Se o intérprete prejudicar a relação entre o terapeuta e o cliente, a cura pode nunca acontecer.
677	Here is an example.106 It involves a young asylum seeker (a person who seeks refugee status in his or her new country).	Aqui está um exemplo.106 Trata-se de uma jovem requerente de asilo (uma pessoa que busca o status de refugiado em seu novo país).
678	This young woman was a torture survivor.	Esta jovem foi uma sobrevivente de tortura.
679	She had no money.	Ela não tinha dinheiro
680	She complained to her therapist that she could not even buy a bar of soap.	e reclamava para o seu terapeuta que não conseguia nem comprar uma barra de sabão.
681	The interpreter was a middle-aged woman.	A intérprete era uma mulher de meia-idade,
682	She was mother-like and kind.	materna e gentil.
683	At the next therapy session, she brought some soap.	Na sessão de terapia seguinte, ela trouxe um pouco de sabão.
684	She gave it to the client.	Ela entregou para a cliente
685	That gift ended therapy.	e esse presente acabou com a terapia.
686	How?	Como?
687	It broke the therapeutic alliance.	A relação terapêutica foi rompida.
688	After that session, the young woman bonded with the interpreter— not the therapist.	Depois dessa sessão, a jovem se conectou à intérprete — não ao terapeuta.
689	The therapist was never able to rebuild the therapeutic alliance.	O terapeuta nunca foi capaz de reconstruir a relação terapêutica.
690	Here is another example.	Aqui está outro exemplo.
691	If you develop a relationship by making eye contact with the client, having side conversations, crying, holding the client's hand or giving hugs, what will happen?	Se o terapeuta desenvolver um relacionamento fazendo contato visual com o cliente, tendo conversas paralelas, chorando, segurando a mão do cliente ou dando abraços, o que acontecerá?
692	The client will	O cliente vai
693	106 This story was told by the therapist to one of the authors.	106 Essa história foi contada pela terapeuta a um dos autores.
694	448 · The Indigenous Interpreter®	448 · O Intérprete Indígena®
695	bond with you, not the therapist.	se ligar à você, não ao terapeuta.
696	Again—no therapeutic alliance.	Novamente — sem relação terapêutica
697	And no healing.	e sem cura.

698	And what happens if you talk with the client outside the session?	E o que acontece se o intérprete conversar com o cliente fora da sessão?
699	Or if you do social things together?	Ou se socializarem?
700	Once again, if	Mais uma vez, se
701	you bond with the client, then the client will probably not have a therapeutic relationship with the therapist.	houver uma conexão com o cliente, ele ou ela provavelmente não terá um relacionamento terapêutico com o terapeuta.
702	Review of Section 15.2	Revisão da Seção 15.2
703	Licensed therapists (also called clinicians) work differently from other providers in health care.	Terapeutas licenciados trabalham de forma diferente dos outros prestadores de cuidados de saúde.
704	Mental health treatment takes more time.	O tratamento de saúde mental leva mais tempo
705	The client has to trust the therapist.	e o cliente tem que confiar no terapeuta.
706	Their meetings are regular and private.	Seus encontros são regulares e privados.
707	Therapists use many techniques to establish a relationship of trust.	Os terapeutas usam várias técnicas para estabelecer uma relação de confiança,
708	This relationship is often called the therapeutic alliance.	essa relação é muitas vezes chamada de relação terapêutica.
709	A therapist usually works with one client but can also work with couples, families and small groups.	Um terapeuta geralmente trabalha com um cliente, mas também pode trabalhar com casais, famílias e pequenos grupos.
710	When an interpreter is added to the conversation, it can be harder for the therapist to develop a	Quando um intérprete é adicionado à conversa, pode ser mais difícil para o terapeuta desenvolver uma
711	direct connection with the client.	conexão direta com o cliente.
712	It is important for the interpreter to support, not interfere with, the therapeutic relationship.	É importante que o intérprete apoie, não interfira na relação terapêutica.
713	The Indigenous Interpreter® · 449	O Intérprete Indígena® · 449
714	15Section	Seção15.
715	3	3
716	Interpreting Protocols in Mental Health Interpreting	Interpretando Protocolos da Interpretação em Contexto de Saúde Mental
717	Learning Objective 15.3	Objetivo de Aprendizagem 15.3
718	Adapt professional interpreting protocols and best practices to mental health interpreting.	Adaptar protocolos profissionais de interpretação e boas práticas em interpretação em contexto de saúde mental.

719	Introduction	Introdução
720	The therapeutic alliance (relationship) is delicate.	A relação terapêutica (relacionamento) é delicada
721	It can break.	e pode quebrar.
722	The therapist works hard to build trust.	O terapeuta trabalha duro para construir confiança.
723	This section discusses how to adjust your professional protocols and practices to support mental health interpreting and the therapeutic alliance.	Esta seção discutirá como ajustar seus protocolos e práticas profissionais para apoiar a interpretação de saúde mental e a relação terapêutica.
724	How to adjust interpreting protocols	Como ajustar protocolos de interpretação
725	As you learned in Module 3, protocols are procedures that help you interpret.	Como exposto no Módulo 3, os protocolos são procedimentos que ajudam na interpretação.
726	They include your introductions, positioning, use of direct speech, managing eye contact while you interpret and turn-taking.	Eles incluem suas apresentações, posicionamento, uso da fala direta, gerenciamento do contato visual enquanto você interpreta e troca de turnos.
727	Interpreters in mental health will need to adjust their protocols in these ways:	Os intérpretes em saúde mental precisarão ajustar seus protocolos das seguintes maneiras:
728	Meet with the provider before the session.	Reunir-se com o provedor de serviço antes da sessão.
729	Follow the provider's guidance for introductions.	Seguir as orientações do provedor para apresentações.
730	Discuss where to sit or stand with the provider—and perhaps the client.	Discutir onde sentar ou ficar de pé, com o profissional – e talvez com o cliente.
731	If possible, debrief after the session.	Se possível, fazer questionamentos após a sessão.
732	450 · The Indigenous Interpreter®	450 · O Intérprete Indígena®
733	Meet with the provider before the session	Reunir-se com o especialista antes da sessão
734	Meet with the Therapist Before the Session	A reunião com o terapeuta antes da sessão:
735	What is the purpose of today's appointment?	Qual é o objetivo da consulta de hoje?
736	Who will be present?	Quem estará presente?
737	Are there any forms you want me to help the patient with?	Há algum formulário com o qual você quer que eu ajude o paciente?
738	Can I see them?	Posso vê-los?

739	Do I need to do anything to stay safe?	Preciso fazer alguma coisa para garantir minha segurança?
740	Is the patient stable?	O paciente está estável?
741	Will you introduce me, or shall I do my regular patient introduction?	Você vai me apresentar, ou devo fazer minha apresentação ao paciente?
742	Where do you want me to sit?	Onde você quer que eu me sente?
743	I need to sit where I can see and hear you.	Preciso me sentar onde eu possa ver e ouvir vocês.
744	I use this pause gesture when I need you to clarify or repeat something.	Eu uso esse gesto de pausa quando precisar que você esclareça ou repita algo.
745	I'll also use it if I need a break.	Também vou usá-lo se precisar de uma pausa.
746	Thanks for meeting me.	Obrigado por me encontrar.
747	I have some questions.	Eu tenho algumas perguntas.
748	THERAPIST	TERAPEUTA
749	INTERPRETER	INTÉRPRETE
750	INTERPRETER	INTÉRPRETE
751	Try hard to speak to the provider before the appointment, especially the first appointment.	Tente conversar com o terapeuta antes da consulta, especialmente se for a primeira consulta.
752	That meeting is often called a briefing.	Essa reunião é muitas vezes chamada de briefing.
753	Discuss the following:	O seguinte pode ser discutido:
754	The Indigenous Interpreter® · 451	O Intérprete Indígena® · 451
755	Purpose of the assignment	Objetivo da tarefa
756	What is the assignment about?	Qual é a meta desta tarefa?
757	For example, is it a regular therapy appointment, a medication review or an involuntary commitment?	Por exemplo, é uma consulta regular de terapia, uma revisão de medicação ou uma internação involuntária?
758	Who will be present?	Quem estará presente?
759	Find out how many people will be at the meeting and which of them you will interpret for.	É importante saber quantas pessoas estarão na reunião e para quais delas será feita a interpretação.
760	Will there be any forms?	Haverá algum formulário?
761	If you haven't already asked about forms, do so now.	Se nenhuma pergunta foi feita ainda sobre formulários, este é o momento.
762	Even if you are meeting right before the appointment, you can take a quick look.	Mesmo tendo se reunido logo antes da consulta, é possível dar uma olhada rápida.

763	Potential safety concerns	Possíveis preocupações de segurança
764	Find out if the client is violent or unstable.	O cliente é violento ou instável?
765	Ask if there is anything you need to know about the client's behavior so you are not surprised.	O que é preciso saber sobre o comportamento do cliente para que hajam surpresas.
766	Cultural issues	Questões culturais
767	Point out any cultural issues before the appointment only if you feel strongly that not discussing them might be more harmful than addressing them. (See Module 11 on cultural mediation.) Be careful not to speak for the client.	Quaisquer questões culturais devem ser apontadas antes da consulta somente se houver a certeza de que não discuti-las pode ser mais prejudicial do que abordá-las. (Ver o Módulo 11 sobre mediação cultural.) Tenha cuidado para não falar pelo cliente.
768	If needed, do mention terminology that does not have equivalents for concepts related to the topic of the session in your indigenous language, such as depression, anxiety, "feeling blue," flashbacks and even therapy.	A terminologia que não tenha equivalentes para conceitos relacionados ao tema da sessão em sua língua indígena, como depressão, ansiedade, "sentir-se triste", flashbacks e até terapia, deve ser mencionada, se necessário.
769	Interpreter introductions	Apresentação do intérprete
770	Explain your introduction.	Esclarecimento de como será feita a apresentação:
771	Ask whether you should introduce yourself or if the provider wants to introduce you.	O intérprete deverá se apresentar ou o terapeuta deseja apresentá-lo?
772	Interpreter positioning	Posicionamento do intérprete
773	Ask the provider where you should sit, for example, near the client or the provider.	Onde o provedor de saúde deseja que o intérprete se sente, por exemplo, perto dele ou do cliente.
774	Mention that your position can make it easier for both parties to communicate directly.	É relevante mencionar que a sua posição pode facilitar a comunicação direta de ambas as partes,
775	Give examples.	usando de exemplos,
776	Suggest that the client might have a	sugerindo que o cliente pode ter uma
777	preference.	preferência.
778	Pause signal	Sinal de pausa
779	Show the provider the signal you will use when you need a pause.	O sinal que será usado quando for necessário uma pausa deve ser apresentado ao terapeuta.

780	Tell the provider you would like to use a different signal (show what it is)	Se quiser usar um sinal diferente, deve mostrar qual é,
781	if you are emotionally overwhelmed so the provider can arrange for a break.	no caso de estar emocionalmente sobrecarregado, para que o terapeuta possa providenciar uma pausa.
782	You might not need a briefing before every appointment.	Talvez não seja necessário um briefing antes de cada compromisso
783	But ask the	mas o
784	therapist to brief you before any appointment that might be sensitive.	terapeuta deve informá-lo antes de qualquer consulta que possa ser delicada.
785	452 · The Indigenous Interpreter®	452 · O Intérprete Indígena®
786	Professional introduction and positioning	Apresentação e posicionamento profissional
787	Mental Health Introduction: Provider	Apresentação de Saúde Mental: Provedor de serviços
788	Regular Professional Introduction	Apresentação Profissional Regular
789	I'll be your interpreter today.	Eu serei seu intérprete hoje.
790	I will interpret everything you and the patient say.	Vou interpretar tudo o que você e o paciente disserem.
791	I will keep everything confidential.	Vou manter tudo confidencial.
792	Please speak directly to the patient.	Por favor, fale diretamente com o paciente.
793	I will use this gesture when I need to ask for a pause.	Usarei este gesto quando precisar pedir uma pausa.
794	Mental Health Introduction	Apresentação de saúde mental
795	Always start with the provider	Sempre comece com o profissional da saúde
796	I'll be your interpreter today.	Eu serei seu intérprete hoje.
797	I will interpret everything you and the patient say.	Vou interpretar tudo o que você e o paciente disserem.
798	I will keep everything confidential.	Vou manter tudo confidencial.
799	INTERPRETER	INTÉRPRETE
800	Please speak directly to the patient.	Por favor, fale diretamente com o paciente.
801	I will use this gesture when I need to ask for a pause.	Usarei este gesto quando precisar pedir uma pausa.
802	Add	Adicionar
803	Where would you like me to sit?	Onde você gostaria que eu sentasse?

804	Will you introduce me, or shall I do my regular patient introduction?	Você vai me apresentar, ou devo fazer minha apresentação ao paciente?
805	If you have not met with the provider before the assignment, ask about how to introduce yourself to the client and where to sit during your introduction.	No caso de não ter tido um encontro com o terapeuta antes da consulta, é importante perguntar sobre como se apresentar ao cliente e onde se sentar durante a apresentação.
806	Always give your introduction to the provider first for mental health assignments.	Dê sempre a sua apresentação ao provedor primeiro para trabalhos de saúde mental.
807	Unless the therapist wants to handle introducing you, your introduction with the client does not need many changes.	A menos que o terapeuta queira apresentar você, sua apresentação com o cliente não precisa de muitas mudanças.
808	Be sure to emphasize that everything is strictly confidential.	Certifique-se de enfatizar que tudo é estritamente confidencial.
809	Clients are often afraid you will speak about their condition.	Os clientes normalmente têm medo de que você comente sobre suas condições.
810	If you take notes, be sure to say you will destroy them at the end of the appointment.	Se você tomar notas, certifique-se de dizer que as destruirá no final da consulta.
811	Some therapists suggest that when the session ends you should physically destroy your notes to help build the client's trust.	Alguns terapeutas sugerem que, quando a sessão terminar, você deve destruir fisicamente suas anotações para ajudar a construir a confiança do cliente.
812	The Indigenous Interpreter® · 453	O Intérprete Indígena® · 453
813	Using strategic mediation in mental health interpreting	Usando a mediação estratégica na interpretação em contexto de saúde mental
814	Module 9 introduced you to the five steps for the Strategic Mediation	O Módulo 9 apresentou as cinco etapas do Modelo de Mediação
815	Model.	Estratégica.
816	They are:	São eles:
817	Interpret the last thing said.	Interpretar a última coisa dita.
818	Identify yourself as the interpreter.	Identificar-se como intérprete.
819	Mediate briefly with one speaker.	Mediar brevemente com um falante.
820	Tell the other speaker what you said.	Informar ao outro falante o que foi dito.
821	Go back to interpreting.	Voltar para a interpretação.
822	These five steps also apply in mental health interviews.	Essas cinco etapas também se aplicam em entrevistas de saúde mental.
823	However, as	No entanto, como

824	with legal interpreting, one step will change slightly:	na interpretação jurídica, uma etapa terá uma pequena mudança:
825	Interpret the last thing said.	Interpretar a última coisa dita.
826	Identify yourself as the interpreter.	Identificar-se como intérprete.
827	Mediate briefly with provider.	Mediar brevemente com o provedor.
828	Tell the client what you said.	Informar ao cliente o que foi dito.
829	Go back to interpreting.	Voltar para a interpretação.
830	Mediation for Mental Health Assignments	Mediação para Tarefas em contexto de Saúde Mental
831	Always intervene with the provider first in mental health settings.	Sempre intervenha com o profissional primeiro, em ambientes de saúde mental.
832	I know my mother is spying on me, she is a secret pilot, no stop saying that, be quiet, I walk to school a different way every day, no I won't!	Eu sei que minha mãe está me espionando, ela é uma piloto secreta, não, pare de falar isso, fique quieto, eu ando para a escola de um jeito diferente todos os dias, não, não vou!
833	After trying to interpret the last thing said, the interpreter says to the provider: Excuse me, as the interpreter I need to ask the patient to	Depois de tentar interpretar a última coisa dita, o intérprete diz ao profissional: Com licença, como intérprete, preciso pedir para que a paciente
834	repeat what she said.	repita o que disse.
835	It was not clear.	Não ficou claro.
836	Provider: Wait a minute.	Profissional: Espere um minuto.
837	I understand what is happening here.	Compreendo o que está acontecendo aqui.
838	Please interpret my next question.	Por favor, interprete minha próxima pergunta.
839	Don't ask her to repeat herself.	Não peça para ela repetir.
840	Issue: The patient is hearing voices.	Problema: O paciente está ouvindo vozes.
841	THERAPIST	TERAPEUTA
842	INTERPRETER	INTÉRPRETE
843	PATIENT	PACIENTE
844	454 · The Indigenous Interpreter®	454 · O Intérprete Indígena®
845	In other words, when you intervene, address the therapist first.	Em outras palavras, quando você intervir, dirija-se primeiro ao terapeuta.
846	This step lets the provider decide how to handle your intervention.	Esta etapa permite que o especialista decida como lidar com sua intervenção.
847	The provider may choose to finish it for you.	Ele pode optar por encerrá-lo para o intérprete.

848	For example, let's say you interpret for a young woman with trauma caused by childhood sexual abuse.	Por exemplo, digamos que seja feita uma interpretação para uma jovem com trauma causado por abuso sexual na infância
849	She uses a term you have never heard.	e ela usa um termo que o intérprete nunca ouviu.
850	You strongly suspect it is a slang term for her vulva (the outside part of her genitals).	Há a forte suspeita de que trata-se de uma gíria para sua vulva (a parte externa de seus genitais).
851	You decide to request a clarification to be sure.	O interprete decide solicitar um esclarecimento para ter certeza.
852	You intervene with the therapist, who realizes that asking this question at just this moment could disturb the young woman deeply.	Ele intervém com o terapeuta, que percebe que fazer essa pergunta neste exato momento pode perturbar profundamente a jovem.
853	Instead, she rephrases what you said.	Em vez disso, ela reformula o que você disse.
854	In mental health, it is deeply important to respect the provider's knowledge about how to help—and not hurt—the patient.	No contexto de saúde mental, é estritamente importante respeitar o conhecimento do profissional sobre como ajudar – e não ferir – o paciente.
855	Cultural mediation	Mediação Cultural
856	First, try to avoid performing cultural mediation during the session. (See Module 11 for guidelines on cultural mediation.) Here is one exception: You can suggest that the provider ask for a cultural clarification.	Em primeiro lugar, deve-se tentar evitar a mediação cultural durante a sessão. (Consultar o Módulo 11 para orientações sobre mediação cultural.) Aqui está uma exceção: É possível sugerir que o terapeuta que peça um esclarecimento cultural.
857	In other words, perhaps there is a misunderstanding and you think it's because the client believes in susto (a cultural belief related to shock).	Em outras palavras, talvez haja um mal-entendido e o intérprete acredite que é porque o cliente acredita em susto (uma crença cultural relacionada ao choque).
858	Don't explain susto yourself.	Não tente, você mesmo, explicar susto.
859	Suggest that the therapist ask the client what susto means.	Sugira que o terapeuta pergunte ao cliente o que significa susto.
860	Otherwise, avoid addressing cultural issues directly (if possible) until after the session.	Caso contrário, evite abordar questões culturais diretamente (se possível) até depois da sessão
861	If you are alone with the therapist, don't explain cultural issues.	e quando estiver sozinho com o terapeuta, não explique questões culturais.

862	Instead, suggest which cultural issues the therapist might need to research or ask the client about.	Em vez disso, sugira quais questões culturais o terapeuta pode precisar pesquisar ou perguntar ao cliente.
863	For example:	Por exemplo:
864	Cultural taboos about sexual assault, family abuse, death and dying or mental illness.	Tabus culturais sobre agressão sexual, abuso familiar, morte ou doença mental.
865	Specific cultural practices. (Give the name of the practice in	Práticas culturais específicas. (Dê o nome da prática na
866	the indigenous language, if it has a name.)	língua indígena, se tiver um nome.)
867	Cultural beliefs, for example, about spiritual matters, how to raise children or what causes mental illness.	Crenças culturais, por exemplo, sobre assuntos espirituais, como criar filhos ou o que causa doenças mentais.
868	It is extremely important that you do not suggest an opinion about what is causing the indigenous person to behave or speak in a certain way.	É extremamente importante que o intérprete não dê sua opinião sobre o que está levando o indígena a se comportar ou falar de determinada maneira.
869	Finding out why people behave a certain way is the therapist's job—not yours.	Descobrir por que as pessoas se comportam de determinada maneira é trabalho do terapeuta – não do mediador,
870	After all, you could be wrong.	afinal, ele pode estar errado
871	Be safe.	e deve ter cuidado.
872	Keep your opinions to yourself.	Por isso deve guardar suas opiniões para si mesmo.
873	The Indigenous Interpreter® · 455	O Intérprete Indígena® · 455
874	Guide the therapist.	Orientar o terapeuta
875	Give suggestions for what the therapist can ask the client about.	e dar sugestões sobre o que o ele pode perguntar ao cliente pode ajudar.
876	If possible, debrief after the session	Se possível, fazer um relatório após a sessão
877	Mental health interpreting is often difficult.	A interpretação no contexto de saúde mental é muitas vezes difícil.
878	It can confuse you.	Pode deixar o intérprete confuso.
879	It can	Pode ser
880	be stressful.	estressante.
881	Perhaps the client was crying, shaking, or shouting.	Talvez o cliente estivesse chorando, tremendo ou gritando
882	Perhaps you heard things that disturbed you.	Ou o interprete tenha ouvido coisas que o deixaram perturbado.

883	If you have a chance, ask to debrief with (talk to) the therapist after the session.	Se existir a possibilidade, o ideal é pedir para conversar com o terapeuta após a sessão.
884	The two of you can discuss what happened, how it affected you, and any language issues that came up.	Assim os dois podem discutir o que aconteceu, como isso o afetou e quaisquer problemas de linguagem que surgiram
885	Think how to make interpreting go as smoothly as possible next time.	para pensar em como tornar a interpretação o mais tranquila possível da próxima vez.
886	You can also make comments on the client's speech patterns.	Também pode-se fazer comentários sobre os padrões de fala do cliente.
887	For example, perhaps the client spoke in a confusing way that was hard to interpret, or that his speech was slurred (the words flowing together).	Por exemplo, talvez o cliente tenha falado de uma maneira confusa e difícil de interpretar, ou que sua fala tenha sido arrastada (as palavras fluindo juntas).
888	You are the communication specialist.	Você é o especialista em comunicação.
889	For therapists, changes in speech patterns can be critically important information.	Para os terapeutas, as mudanças nos padrões de fala podem ser informações extremamente importantes.
890	After an intense session, if the therapist does not offer you a debriefing, ask for one.	Após uma sessão intensa, se o terapeuta não oferecer ao intérprete uma reunião para trocar ideias, ele deve solicitar uma.
891	You probably should.	Isso é importante
892	It will help you become	pois ajudará o intérprete a se tornar
893	a better mental health interpreter.	um profissional melhor no contexto de saúde mental,
894	You will also feel better.	e também vai deixa-lo mais tranquilo.
895	Review of Section 15.3	Revisão da Seção 15.3
896	Mental health providers use special techniques to treat their clients.	Os profissionais da área de saúde mental usam técnicas especiais para tratar seus clientes.
897	Interpreters may need to adjust their protocols to support the therapeutic relationship, which is often called the therapeutic alliance.	Intérpretes podem precisar ajustar seus protocolos para apoiar o relacionamento terapêutico, que muitas vezes é chamado de relação terapêutica.
898	This section showed you how to adapt your introductions,	Esta seção mostrou como adaptar as apresentações,
899	positioning and use of the five steps for strategic mediation.	posicionamento e uso das cinco etapas para a mediação estratégica.
900	Always ask the provider how you should introduce yourself to the client and where to sit.	É sempre primordial perguntar ao profissional da área como você deve se apresentar ao cliente e onde se sentar.

901	When you intervene, speak to the provider first.	Quando for preciso intervir, falar primeiro com o provedor.
902	Whenever possible, speak to the therapist before the session.	Sempre que for possível, é útil conversar com o terapeuta antes da sessão.
903	If you need to, ask for a debrief with the therapist after the session.	Solicitar uma conversa com o terapeuta após a sessão, se for viável.
904	456 · The Indigenous Interpreter®	456 · O Intérprete Indígena®
905	Review of Module 15: Mental Health Interpreting	Revisão do Módulo 15: Interpretação no Contexto de Saúde Mental
906	Mental health interpreting is an advanced specialization of healthcare interpreting.	A interpretação no contexto de saúde mental é uma especialização avançada da interpretação em contexto hospitalar.
907	Section 15.1 discussed Western concepts of mental health and mental illness that interpreters	A seção 15.1 discutiu os conceitos ocidentais de saúde mental e doença mental que os intérpretes
908	in this field need to know.	neste campo precisam conhecer
909	They should also understand how mental disorders are treated in U.S. health care.	assim como devem compreender como os transtornos mentais são tratados nos cuidados de saúde dos EUA.
910	This section explored four of the most common mental concerns: depression, anxiety, suicidal feelings and addiction.	Explorou quatro das preocupações mentais mais comuns: depressão, ansiedade, pensamentos suicidas e vício.
911	It also addressed common situations and interviews in	Também abordou situações comuns e entrevistas em
912	mental health that require interpreters.	em contexto de saúde mental que requerem intérpretes.
913	Section 15.2 looked at the work of the therapist.	A seção 15.2 examinou o trabalho do terapeuta.
914	Therapists are trained to build a therapeutic relationship with their clients and patients.	Os terapeutas são treinados para construir um vínculo terapêutico com seus clientes e pacientes
915	It is often called the therapeutic alliance.	que muitas vezes é chamado de relação terapêutica
916	Clients need to be able to trust their therapists and speak openly about their feelings.	em que os clientes precisam ser capazes de confiar em seus terapeutas e falar abertamente sobre seus sentimentos.
917	Therapists usually treat clients privately, without other providers present.	Os terapeutas geralmente tratam os clientes de forma privada, sem a presença de outros provedores de serviços.

918	Section 15.3 showed how interpreters need to adjust their protocols in mental health interpreting.	A seção 15.3 mostrou como os intérpretes precisam ajustar seus protocolos de interpretação em contexto de saúde mental.
919	They should also work as a team with the therapist to build trust and support the client's journey to healing.	Eles também devem trabalhar em equipe com o terapeuta para construir confiança e apoiar a jornada do cliente para a cura.
920	The Indigenous Interpreter® · 457	O Intérprete Indígena ®. 457

MÓDULO 16

Nº	TEXTO-FONTE	TEXTO-ALVO
1	16	16
2	Module	Módulo
3	Introduction to Consecutive Note-taking	Introdução à Tomada de Notas Consecutiva
4	Learning Objectives	Objetivos de Aprendizagem
5	After completing this module, you'll be able to:	Após concluir este módulo, o(a) aluno(a) será capaz de:
6	Learning Objective 16.1 Explore note-taking techniques for consecutive interpreting.	Objetivo de Aprendizagem 16.1 Explorar técnicas de anotação para interpretação consecutiva.
7	Learning Objective 16.2	Objetivo de Aprendizagem 16.2
8	Develop symbol systems and abbreviation techniques for consecutive note-taking.	Desenvolver um sistemas de símbolos e técnicas de abreviações para tomadas de notas consecutivas.

9	Learning Objective 16.3	Objetivo de Aprendizagem 16.3
10	Practice consecutive note-taking techniques.	Praticar técnicas de tomada de notas consecutivas.
11	458 · The Indigenous Interpreter®	458 · O Intérprete Indígena®
12	Overview	Visão Geral
13	This module introduces you to an important consecutive interpreting skill: note-taking.	Este módulo apresenta uma importante habilidade de interpretação consecutiva: a tomada de notas.
14	Until recently, most conference and legal interpreters took notes regularly while interpreting, but most community interpreters did not.	Até recentemente, a maioria dos intérpretes jurídicos e de conferência tomavam notas regularmente durante a interpretação, mas a maioria dos intérpretes comunitários não.
15	That situation is changing.	Esse cenário está mudando.
16	Today,	Hoje em dia,
17	professional interpreters are encouraged and expected to know how to take notes during consecutive interpreting.	os intérpretes profissionais são incentivados e espera-se que saibam fazer anotações durante a interpretação consecutiva.
18	Consecutive note-taking is a core skill.	A tomada de notas consecutiva é uma habilidade essencial.
19	All interpreters need it. (Most sign language interpreters work mainly in simultaneous mode and take notes less often.	Todos os intérpretes precisam disso. (A maioria dos intérpretes de língua de sinais trabalha principalmente no modo simultâneo e faz anotações com menos frequência,
20	But many sign language interpreters, especially those who work in teams, also take notes.)	mas muitos intérpretes de linguagem de sinais, especialmente aqueles que trabalham em equipe, também fazem anotações.)
21	Note-taking improves your consecutive interpreting.	A tomada de notas melhora a interpretação consecutiva,
22	It increases your memory and accuracy.	aumenta a memória e precisão.
23	With good notes, you will not have to interrupt the speakers as often.	Com boas anotações, não será necessário interromper os oradores com tanta frequência,
24	That way, the speakers can understand each other better.	e dessa forma, os falantes podem se entender melhor.
25	Note-taking for interpreters is different from any other kind of note system.	A tomada de notas para intérpretes é diferente de qualquer outro tipo de sistema de tomada de notas.

26	Learning how to take good notes is one of the most important skills you will ever learn as an interpreter.	Aprender a fazer boas anotações é uma das habilidades mais importantes para o aprendizado do intérprete.
27	The Indigenous Interpreter® · 459	O Intérprete Indígena® · 459
28	16Section	16Seção.
29	1	1
30	Consecutive Note-taking	Tomada de Notas Consecutiva
31	Learning Objective 16.1	Objetivo de Aprendizagem 16.1
32	Practice note-taking techniques for consecutive interpreting.	A prática de técnicas de tomada de notas para interpretação consecutiva.
33	Introduction	Introdução
34	Consecutive interpreting note-taking is a skill first created for conference interpreting by an interpreter named Jean-François Rozan (1956/2005).	A tomada de notas para interpretação consecutiva é uma habilidade criada pela primeira vez para interpretação de conferência por um intérprete chamado Jean-François Rozan (1956/2005).
35	Until recently, most U.S. interpreter trainers did not spend much time teaching note-taking.	Até recentemente, a maioria dos treinadores de intérpretes nos EUA não perdia muito tempo ensinando a tomada de notas,
36	It did not seem important.	pois não parecia ser importante.
37	Now the opposite is true.	Agora, o contrário é verdadeiro.
38	Note-taking helps community interpreters to interpret more accurately and completely.	A tomada de notas ajuda os intérpretes da comunidade a interpretar de forma mais precisa e completa.
39	Once you	Depois de
40	learn it, you will be amazed at how much your interpreting improves.	aprendido, o intérprete ficará surpreso com o quanto sua interpretação irá melhorar.
41	Note-taking for consecutive interpreting	Tomada de Notas para interpretação consecutiva
42	The point of most note-taking systems is to write down as many words as possible.	O objetivo da maioria dos sistemas de tomada de notas é escrever o maior número possível de palavras.
43	Consecutive note-taking has the opposite goal: To write down as few words as possible.	A tomada de notas consecutiva tem o objetivo oposto: escrever o mínimo de palavras possível.
44	The idea is to write down just enough to help you remember what was said.	A ideia é escrever apenas o suficiente para ajudar o intérprete a lembrar o que foi dito.
45	No more.	Nem mais
46	No less.	e nem menos.

47	Your notes can't be hard to write or use up too much of your focus.	As anotações não podem ser difíceis de escrever ou ocupar muito do foco de quem as faz.
48	In Rozan's system, words are not the main item in the notes.	No sistema de Rozan, as palavras não são o item principal nas notas.
49	You take notes quickly with just a few lines, symbols and abbreviations.	Toma-se notas rapidamente com apenas algumas linhas, símbolos e abreviações.
50	You take these notes while you listen to (or watch) what is said or signed.	A tomada de notas é feita enquanto o intérprete ouve (ou assiste) o que é dito ou assinalado.
51	Most interpreters can't make sense of these notes even soon after taking them.	A maioria dos intérpretes não consegue entender essas anotações logo após tê-las feito.
52	That doesn't matter.	Não importa.
53	Their only job is to help you interpret.	Seu único trabalho é ajudar na interpretação.
54	460 · The Indigenous Interpreter®	460 · O Intérprete Indígena®
55	Main Idea	Ideia principal
56	Key words & ideas	Palavras-chave e ideias
57	Key Question	Pergunta-chave
58	(after notes	(depois que as notas
59	Important	Datas, pessoas e lugares
60	dates/people/places	importantes
61	are	forem
62	Repeated/Stressed Info	Info repetidas/enfatizadas
63	completed)	concluídas)
64	Ideas/brainstorming written	Ideias/brainstorming escritas
65	on board / overhead projector	no quadro/projetor
66	Info from textbook/stories	Informações de livros/histórias
67	Diagrams & Pictures	Diagramas e Imagens
68	Formulas	Fórmulas
69	Notes	Notas
70	Summary of notes in your own words	Resumo de anotações com suas próprias palavras
71	Other Note-taking Systems:	Outros sistemas de tomada de notas:
72	Dictation	Ditado
73	Court reporting	Relatório do Tribunal
74	Outlining	Delineamento
75	For journalism Goal is to capture every word.	Para jornalismo O objetivo é captar cada palavra.
76	Rozan's Consecutive Interpreting Note-taking:	Tomada de Notas na Interpretação Consecutiva de Rozan:
77	Extracted meaning	Significado extraído
78	Analyzed content	Conteúdo analisado

79	Partially or completely interpreted content	Conteúdo parcial ou totalmente interpretado
80	Language neutral (symbolic/visual/spatial)	Linguagem neutra (simbólico/visual/espacial)
81	Words are the least important aspect.	As palavras são o aspecto menos importante.
82	The importance of note-taking for community interpreters	A importância da tomada de notas para intérpretes comunitários
83	Note-taking for community interpreters is important for two reasons:	A tomada de notas é importante, para intérpretes da comunidade, por dois motivos:
84	It promotes direct communication.	Promove a comunicação direta.
85	It supports the four main consecutive interpreting skills: active listening, message analysis, message conversion and delivery.	Dá suporte as quatro principais habilidades de interpretação consecutivas: escuta ativa, análise de mensagens, conversão e entrega de mensagens.
86	The Indigenous Interpreter® · 461	O Intérprete Indígena® · 461
87	Promotes direct communication	A promoção da comunicação direta
88	Consider the following example of a patient telling a difficult story about how her child died soon after birth.	Vamos considerar o exemplo de uma paciente contando uma história difícil sobre como seu filho morreu logo após o nascimento.
89	She is nervous.	Ela está nervosa
90	Once she begins her story, she tells it quickly.	e assim que começa sua história, ela a conta rapidamente.
91	My first baby was born early, but she seemed just fine.	Minha primeira bebê nasceu prematura, mas parecia muito bem.
92	I spent	Passei
93	a couple of days in the hospital.	alguns dias no hospital.
94	They ran a bunch of tests and didn't find anything.	Foram feitos vários testes e não encontraram nada de errado,
95	So my husband and I took her home.	então, meu marido e eu a levamos para casa.
96	Three days later, I'll never forget it, I was giving my baby her bottle and suddenly she just stopped breathing.	Três dias depois, nunca vou esquecer, eu estava dando a mamadeira para a minha bebê e de repente ela simplesmente parou de respirar.
97	We tried everything.	Tentamos de tudo.
98	My husband tried CPR.	Meu marido tentou Ressuscitação Cardiopulmonar
99	I tried whacking her on her back to clear out her throat.	Eu tentei bater nas costas dela para desobstruir sua garganta.

100	We called 911, but they didn't get there in time.	Ligamos para a emergência, mas eles não chegaram a tempo.
101	They tried to revive her but couldn't get her heart beating.	Tentaram reanimá-la, mas não conseguiram fazer seu coração bater.
102	Later we found out she had a heart problem that the tests hadn't caught.	Mais tarde descobrimos que ela tinha um problema cardíaco que os testes não detectaram.
103	Now I'm pregnant again and I'm terrified that something like that will happen.	Agora estou grávida de novo e tenho muito medo de que algo assim aconteça.
104	What can we do,	O que podemos fazer,
105	doctor?	doutor?
106	I want a baby so much, but I don't think I could handle something bad happening again.	Eu quero tanto um bebê, mas não acho que conseguiria lidar se algo ruim acontecesse novamente.
107	Losing our first baby was the worst thing that ever happened to me.	Perder nosso primeiro bebê foi a pior coisa que já me aconteceu.
108	Short to long, simple to complex	Do menor para o maior, do simples para o complexo
109	DOCTOR	DOUTOR
110	You seem very concerned.	Você parece muito preocupada.
111	Can you tell me what's worrying you?	Pode me dizer o que está te preocupando?
112	My first baby was born early, but she seemed just fine.	Minha primeira bebê nasceu prematura, mas parecia muito bem.
113	I spent a couple of days in the hospital.	Passei alguns dias no hospital
114	They ran a bunch of tests and didn't find anything.	onde foram feitos vários testes e não encontraram nada de errado,
115	So my husband and I took her home.	então, meu marido e eu a levamos para casa.
116	Interpreter interrupts to interpret	Intérprete interrompe para interpretar
117	Three days later, I'll never forget it, I was giving my baby her bottle and suddenly she just stopped breathing.	Três dias depois, nunca vou esquecer, eu estava dando a mamadeira para a minha bebê e de repente ela simplesmente parou de respirar.
118	We tried everything.	Tentamos de tudo.
119	My husband tried CPR.	Meu marido tentou Ressuscitação Cardiopulmonar
120	I tried whacking her on her back to clear out her throat	e eu tentei bater nas costas dela para desobstruir sua garganta
121	Interpreter interrupts to interpret	Intérprete interrompe para interpretar
122	We called 911, but they didn't get there in time.	Ligamos para a emergência, mas eles não chegaram a tempo.

123	They tried to revive her but couldn't get her heart beating.	Tentaram reanimá-la, mas não conseguiram fazer seu coração bater.
124	Later we found out she had a heart problem that the tests hadn't caught.	Mais tarde descobrimos que ela tinha um problema cardíaco que os testes não detectaram.
125	Interpreter interrupts to interpret	Intérprete interrompe para interpretar
126	Now I'm pregnant again and I'm terrified that something like that will happen again.	Agora estou grávida de novo e tenho muito medo de que algo assim aconteça novamente.
127	What can we do, doctor?	O que podemos fazer, doutor?
128	I want a baby so much but I don't think I could handle something bad happening again.	Eu quero tanto um bebê, mas não acho que conseguiria lidar se algo ruim acontecesse novamente.
129	Losing our first baby was the worst thing that ever happened to me.	Perder nosso primeiro bebê foi a pior coisa que já me aconteceu.
130	462 · The Indigenous Interpreter®	462· O Intérprete Indígena ®
131	If you were interpreting this story and did not take notes, when would you ask the patient to pause so you could interpret?	O profissional que estivesse interpretando essa história e não tomasse notas, quando deveria pedir ao paciente que fizesse uma pausa para que pudesse interpretar?
132	After the first sentence?	Depois da primeira frase?
133	The second?	Da segunda?
134	Maybe the third?	Talvez da terceira?
135	Interrupting often can cause problems.	Interrupções frequentes podem causar problemas.
136	The mother is emotional.	A mãe está sensível
137	It's hard to tell her story.	e está difícil contar a sua história.
138	Every time you interrupt, she has to stop.	Cada vez que o intérprete interrompe, ela tem que parar.
139	She may get distracted and forget important things.	Ela pode se distrair e acabar esquecendo de detalhes importantes
140	The doctor might never hear the whole story.	e talvez o médico nunca ouça a história completa.
141	If you take notes, you could listen to the whole story and interpret it well without having to interrupt.	Fazendo a tomada de notas, o intérprete poderá ouvir toda a história e interpretá-la bem, sem precisar interromper.
142	Now the patient only has to tell her story once.	Assim a paciente só precisa contar sua história uma vez.
143	Note-taking supports the four main consecutive interpreting skills	A tomada de notas suporta as quatro principais habilidades de interpretação consecutiva
144	Module 2 covered four consecutive interpreting skills: active listening,	O Módulo 2 cobriu as quatro habilidades de interpretação consecutivas: escuta

	message analysis, message conversion and delivery.	ativa, análise de mensagens, conversão e entrega de mensagens
145	Note-taking brings the four skills all together.	e a tomada notas reúne as quatro habilidades.
146	When you take notes in consecutive interpreting, you support:	Ao fazer anotações em interpretação consecutiva, você apoia:
147	Active listening: Taking notes forces you to focus on the message.	Escuta ativa: fazer anotações força o intérprete a se concentrar na mensagem.
148	Message analysis: You take notes after you analyze the meaning.	Análise da mensagem: o intérprete toma notas depois de analisar o significado.
149	Note-taking forces you to analyze meaning quickly.	A tomada de notas força o profissional a analisar o significado rapidamente.
150	Message conversion: You take notes using mostly symbols and abbreviations.	Conversão de mensagens: as anotações são feitas usando principalmente símbolos e abreviações.
151	When you use a symbol, you have already converted the meaning in your head.	Quando o intérprete usa um símbolo, já converteu o significado em sua cabeça,
152	This makes it faster for you to decide how to interpret it.	o que torna mais rápido decidir como interpretá-lo.
153	Delivery: Taking notes puts less stress on your memory.	Entrega: Tomar notas coloca menos estresse na memória.
154	You write down what you hear (or see, for signed language).	É escrito o que se ouve (ou vê, para linguagem de sinais)
155	The notes help you remember.	e as notas ajudam a lembrar.
156	When you are ready to interpret, your notes give you an outline of the meaning so you can focus more on delivery and less on remembering.	Quando estiver pronto para interpretar, as anotações fornecem um esboço do significado para que seja possível se concentrar mais na apresentação e menos na lembrança.
157	Note-taking during consecutive interpreting:	A tomada de notas durante a interpretação consecutiva:
158	Allows the speaker to express a complete idea.	Permite ao orador expressar uma ideia completa;
159	Limits interruptions.	Limita as interrupções;
160	Saves time.	Economiza tempo;
161	Allows the parties to understand each other clearly.	Permite que as partes se entendam claramente;
162	May make interpreting less tiring.	Torna a interpretação menos cansativa;
163	Can reduce communication errors.	Reduz erros de comunicação;
164	The Indigenous Interpreter® · 463	O Intérprete Indígena® · 463
165	Importance of Note-taking During Consecutive Interpreting	Importância da tomada de notas durante a interpretação consecutiva
166	Listen	Ouvir

167	Analyze	Analisar
168	Convert	Converter
169	Deliver	Entregar
170	Note-taking	Tomada de notas
171	Note-taking and indigenous languages	A tomada de notas e as línguas indígenas
172	Many indigenous languages have no written form.	Muitas línguas indígenas não têm forma escrita.
173	If your language cannot be written down, your notes will be in English and the symbols you write.	Se o idioma não puder ser escrito, as anotações do intérprete serão em inglês assim como os símbolos que que forem escritos.
174	That's all right!	Não faz mal!
175	Your goal is to have notes that are mostly symbols anyway.	O objetivo é ter anotações que são principalmente símbolos de qualquer maneira.
176	464 · The Indigenous Interpreter®	464 · O Intérprete Indígena®
177	Rozan's note-taking technique	A técnica de tomada de notas de Rozan
178	Rozan's note-taking system helps you to get meaning down on the page by writing as little as possible.	Esse sistema de anotações ajuda o intérprete a obter significado na escrita, anotando o mínimo possível.
179	Your notes store the meaning of the message temporarily, until you interpret it.	As anotações armazenam o significado da mensagem temporariamente, até que sejam interpretadas.
180	Your notes help increase your memory and improve your delivery.	Elas ajudam a aumentar a memória e melhorar a entrega.
181	Rozan's system has seven steps.	O sistema de Rozan tem sete etapas.
182	Write down the main idea, not all the words	Anotar a ideia principal, não todas as palavras;
183	Know how to abbreviate effectively.	Saber como abreviar de forma eficaz.
184	Use links (such as arrows and lines) to show how ideas are connected.	Usar links (como setas e linhas) para mostrar como as ideias estão conectadas;
185	Show if something is negative.	Indicar se algo é negativo;
186	Show emphasis ("a lot" "very much" "important").	Colocar ênfase ("muito", "bastante", "importante").
187	Take notes vertically (down the page instead of across).	Fazer anotações verticalmente (descendo a página em vez de transversalmente).
188	Use space on the page to show the relationship between ideas.	Usar o espaço na página para mostrar a relação entre as ideias.
189	This technique is called shift.	Essa técnica é chamada de deslocamento.
190	The Indigenous Interpreter® · 465	O Intérprete Indígena® · 465

191	Let's take a look at these seven steps.	Vamos dar uma olhada nessas sete etapas,
192	We'll use notes taken on the story about the mother who lost her baby.	usando as anotações feitas na história sobre a mãe que perdeu seu bebê.
193	As you read them, remember that this is just one interpreter's note-taking style.	Ao lê-las, devemos lembrar que este é apenas o estilo de anotação de um intérprete.
194	Your notes will look different.	As anotações de cada intérprete terão seu jeito particular.
195	My first baby was born early, but she seemed just fine.	Minha primeira bebê nasceu prematura, mas parecia muito bem.
196	I spent a couple of days in the hospital.	Passei alguns dias no hospital
197	They ran a bunch of tests and didn't find anything.	onde foram feitos vários testes e não encontraram nada de errado,
198	So my husband and I took her home.	então, meu marido e eu a levamos para casa.
199	Three days later, I'll never forget it.	Três dias depois, nunca vou esquecer.
200	I was giving my baby her bottle and suddenly she just stopped breathing.	Eu estava dando a mamadeira ao meu bebê e de repente ela simplesmente parou de respirar.
201	We tried everything.	Tentamos de tudo.
202	My husband tried CPR.	Meu marido tentou Ressuscitação Cardiopulmonar
203	I tried thumping her on her back and clearing out her throat.	e eu tentei bater nas costas dela para desobstruir sua garganta.
204	We called 911, but they didn't get there in time.	Ligamos para a emergência, mas eles não chegaram a tempo.
205	They tried to revive her but couldn't get her heart beating again.	Tentaram reanimá-la, mas não conseguiram fazer seu coração bater novamente.
206	Later we found out she had a heart problem that the tests hadn't caught.	Mais tarde descobrimos que ela tinha um problema cardíaco que os testes não detectaram.
207	Now I'm pregnant again and I'm terrified that something like that will happen again.	Agora estou grávida de novo e tenho muito medo de que algo assim aconteça novamente.
208	What can we do, doctor?	O que podemos fazer, doutor?
209	I want a baby so much, but I don't think I could handle something bad happening again.	Quero muito ter um bebê, mas acho que não conseguiria lidar se algo ruim acontecesse novamente.
210	Losing our first baby was the worst thing that ever happened to me.	Perder nosso primeiro bebê foi a pior coisa que já me aconteceu.
211	466 · The Indigenous Interpreter®	152· O Intérprete Indígena ®

212	I was giving my baby her bottle and suddenly she just stopped breathing.	Eu estava dando a mamadeira ao meu bebê e de repente ela simplesmente parou de respirar.
213	Three days later, I'll never forget it.	Três dias depois, nunca vou esquecer.
214	So my husband and I took her home.	então, meu marido e eu a levamos para casa.
215	Now I'm pregnant again and I'm terrified that something like that will happen again.	Agora estou grávida de novo e tenho muito medo de que algo assim aconteça novamente.
216	What can we do, doctor?	O que podemos fazer, doutor?
217	I want a baby so much, but I don't think I could handle something bad happening again.	Quero muito ter um bebê, mas acho que não conseguiria lidar se algo ruim acontecesse novamente.
218	This next picture of the notes shows you which notes belong to which ideas in the story:	Na próxima imagem é possível ver quais anotações pertencem a quais ideias na história:
219	My first baby was born early, but she seemed just fine.	Minha primeira bebê nasceu prematura, mas parecia muito bem.
220	We called 911, but they didn't get there in time.	Ligamos para a emergência, mas eles não chegaram a tempo.
221	I spent a couple of days in the hospital.	Passei alguns dias no hospital
222	They tried to revive her but couldn't get her heart beating again.	Tentaram reanimá-la, mas não conseguiram fazer seu coração bater novamente.
223	They ran a bunch of tests and didn't find anything.	onde foram feitos vários testes e não encontraram nada de errado,
224	Later we found out she had a heart problem that the tests hadn't caught.	Mais tarde descobrimos que ela tinha um problema cardíaco que os testes não detectaram.
225	We tried everything.	Tentamos de tudo.
226	My husband tried CPR.	Meu marido tentou Ressuscitação Cardiopulmonar
227	I tried thumping her on her back to clear out her throat.	e eu tentei bater nas costas dela para desobstruir sua garganta.
228	Losing our first baby was the worst thing that ever happened to me.	Perder nosso primeiro bebê foi a pior coisa que já me aconteceu.
229	The Indigenous Interpreter® · 467	O Intérprete Indígena® · 467
230	Now, this third picture shows how Rozan's seven steps are used in the notes.	Já, na terceira imagem está exposto como as sete etapas de Rozan são usados nas notas.
231	The numbers on the notes correspond to the number of each step.	Os números nas anotações correspondem ao número de cada passo.
232	Note the main idea, not all the words.	Anotar a ideia principal, não todas as palavras.

233	You don't have to write down all the words because you have just heard them.	O intérprete não precisa escrever todas as palavras porque acabou de ouvi-las.
234	The notes remind you of what the speaker said.	As notas servem para lembrar o que o falante disse.
235	You use your short-term memory and the notes to interpret.	Usa-se a memória de curto prazo e as notas para interpretar.
236	Know how to abbreviate effectively.	Saber como abreviar de forma eficaz.
237	These notes have a few abbreviations.	Essas notas têm algumas abreviações.
238	"Fgt" for "forget," "Thrt"	Esq. para "esquecer", Grgta
239	for "throat," "ok" for "just fine" and "tests were OK" and CPR for cardiopulmonary resuscitation (which the mother called CPR).	para "garganta", "ok" para "muito bem" e "testes estavam OK", e RCP para ressuscitação cardiopulmonar (que a própria mãe chamou de RCP).
240	We'll show you the best way to abbreviate words in the next section.	A melhor maneira de abreviar palavras, será mostrada na próxima seção.
241	Use links (arrows, lines) to show how ideas are connected.	Usar elementos de ligação (setas, linhas) para mostrar como as ideias estão conectadas.
242	Arrows are used here to show movement in the story.	As setas são usadas aqui para mostrar o movimento na história.
243	Arrows highlight when the parents take the baby home, the time passing ("three days later") and the connection between these events to a result: calling 911.	As setas destacam quando os pais levam o bebê para casa, o tempo passando ("três dias depois") e a conexão entre esses eventos para um resultado: ligar para a emergência.
244	Know how to show if something is negative.	Saber como mostrar uma ideia negativa.
245	When you take notes, show when something is negative.	Ao fazer anotações, deve-se destacar quando uma ideia é negativa.
246	In our example, a "no" or negative is shown for "I'll never forget" by crossing out the abbreviation for "fgt."	Em nosso exemplo, um "não" ou sinal negativo é usado para "nunca esquecerei" riscando a abreviação de "esq".
247	Another example of a negative is when the mom says, "The baby stopped breathing."	Outro exemplo de situação negativa é quando a mãe diz: "O bebê parou de respirar".
248	The symbol for oxygen, "O2" is crossed out, meaning that there was no air.	O símbolo de oxigênio, "O2" está riscado, significando que não havia ar.
249	Remember, you have just heard what the mother said.	Lembrando que o intérprete acabou de ouvir o que a mãe disse.
250	Your mind will understand that the crossed-out O2 is about the baby not breathing.	A mente do profissional entenderá que o O2 riscado é sobre o bebê não respirar.

251	Know how to show emphasis (“a lot” “very much” “important”).	Saber como colocar ênfase (“muito”, “bastante”, “importante”).
252	In these notes, emphasis is shown in two ways.	Nestas notas, a ênfase é mostrada de duas maneiras.
253	One way indicates “a lot”—the word “tests” is underlined three times.	Uma forma que indica “muitos” – a palavra “testes” é sublinhada três vezes.
254	This is a common way that interpreters use to show when there is a lot of something but no specific amount is mentioned.	Esta é uma maneira comum que os intérpretes usam para mostrar quando há muito de algo, mas nenhuma quantidade específica é mencionada.
255	You can also see emphasis with the “!” next to a face with an open mouth.	Você também pode colocar ênfase usando o “!” ao lado de um rosto com a boca aberta,
256	The symbol is meant to show terror.	em que o símbolo é usado para expressar pânico.
257	Used together with the “I,” the note captures the idea of “I am terrified.”	Usado junto com o “eu”, a nota captura a ideia de “estou apavorado”.
258	Take notes vertically (down the page instead of across).	Fazer anotações verticalmente (descendo a página em vez de transversalmente).
259	Look how all of the notes are taken vertically.	No exemplo todas as notas são tomadas verticalmente.
260	Each concept is captured starting at the top of a line and going down.	Cada conceito é capturado começando no topo de uma linha e descendo.
261	Concepts are separated by the straight line drawn underneath each concept.	Os conceitos são separados pela linha reta desenhada abaixo de cada conceito.
262	468 · The Indigenous Interpreter®	468 · O Intérprete Indígena®
263	Use the space on the page to show the relationship between ideas.	Usar o espaço na página para mostrar a relação entre as ideias.
264	The symbols and lines used to capture the ideas go vertically and diagonally.	Os símbolos e linhas usados para capturar as ideias vão na vertical e na diagonal.
265	You can see this all through the notes.	Pode-se ver tudo isso através das notas.
266	“My first baby was born early, but she seemed just fine” is noted in one string of symbols going diagonally across and down the page.	“Minha primeira bebê nasceu cedo, mas ela parecia bem” é anotado em uma sequência de símbolos que atravessam e descem diagonalmente a página.
267	Rozan’s Seven Steps	As sete Etapas de Rozan
268	1	1
269	6	6
270	7	7
271	Note the main idea, not all the words.	Anotar a ideia principal, não todas as palavras.
272	2	2

273	2.	2.
274	Know how to abbreviate	Saber como abreviar
275	effectively.	de forma eficaz.
276	3	3
277	4	4
278	3.	3.
279	Use links (arrows, lines) to show how ideas are connected.	Usar elementos de ligação (setas, linhas) para mostrar como as ideias estão conectadas.
280	5	5
281	4.	4.
282	Know how to show if	Saber como destacar se uma
283	something is negative or	uma ideia é negativa ou
284	3	3
285	"not."	"não."
286	5	5
287	Know how to show emphasis ("a lot" "very much" "important").	Saber como colocar ênfase ("muito", "bastante", "importante").
288	4	4
289	Take notes vertically (down the page instead of across).	Fazer anotações verticalmente (descendo a página em vez de transversalmente).
290	Use the space on the page	Usar o espaço da página
291	to show the relationship	para mostrar a relação
292	2	2
293	between ideas.	entre as ideias.
294	The Indigenous Interpreter® · 469	O Intérprete Indígena® · 469
295	Lists put the main idea at the top: Items in the list come in a vertical line below it.	As listas colocam a ideia principal no topo: os itens da lista vêm em uma linha vertical abaixo dela.
296	For example, look at, "We tried everything.	Por exemplo, veja: "Tentamos de tudo.
297	My husband tried CPR.	Meu marido tentou Ressuscitação Cardiopulmonar
298	I tried whacking her on her back to clear her throat."	E eu tentei bater nas costas dela para desobstruir sua garganta.
299	Do you see the interpreter's symbol for "everything" at the top?	Veja o símbolo usado pelo intérprete para "tudo" no topo da anotação
300	Then a list of three items follows that symbol: CPR, back and throat—the things the parents did to try to save the baby.	e em seguida, uma lista de três itens que segue esse símbolo: RCP, costas e garganta – as coisas que os pais fizeram para tentar salvar o bebê.

301	Again, the notes used in the pictures represent one interpreter's style of note-taking.	De novo, as notas usadas nas fotos representam o estilo de anotação de um intérprete.
302	You will develop your own style using the seven steps.	Cada intérprete desenvolverá seu próprio estilo usando as sete etapas.
303	Your notes will look different from everyone else's.	Suas notas serão diferentes das de todos os outros.
304	That's all right.	Está tudo bem.
305	As long as they help you remember everything that is said, they are working!	Desde que ajudem a lembrar de tudo o que foi dito, estão funcionando!
306	Finally, many interpreters write small notes.	Por fim, muitos intérpretes fazem pequenas anotações.
307	That approach doesn't work well.	Essa abordagem não funciona bem.
308	Write big!	Deve-se escrever destacadamente!
309	Use all the space you have.	Aproveitar todo o espaço que disponível.
310	When your notes are big, they jump off the page and are much easier to read.	Quando as anotações são grandes, elas saltam da página e são muito mais fáceis de ler.
311	Adapting Rozan for healthcare and community interpreting	Adaptando Rozan para a interpretação em contexto hospitalar e comunitária
312	Everything is a story	Tudo é uma história
313	Community interpreters often complain that note-taking is "hard" or "distracting."	Intérpretes comunitários costumam reclamar que fazer anotações é "difícil" ou "distrativo".
314	Many times they say, "Notes don't help me."	Muitas vezes eles dizem: "As anotações não me ajudam".
315	Consecutive note-taking is hard, especially at first.	Fazer anotações consecutivas é difícil, especialmente no início.
316	But in community and healthcare interpreting, the information you interpret is not usually long, technical or complex.	Mas na interpretação comunitária e em contexto hospitalar, a informação que você interpreta geralmente não é longa, técnica ou complexa.
317	For example, patients tell stories.	Por exemplo, os pacientes contam histórias.
318	They talk about their illnesses and how their health is improving.	Eles falam sobre suas doenças e como sua saúde está melhorando.
319	Doctors tell the "story" of their	Os médicos contam a "história" de seu
320	diagnosis and treatment plan.	diagnóstico e plano de tratamento.
321	They describe concrete things, such as how the bone grows back after being broken.	Eles descrevem coisas concretas, de como o osso volta a crescer depois de ser quebrado.

322	Note-taking gets easier if you think about most of what you hear and interpret as a story.	Tomar notas fica mais fácil se você pensar na maior parte do que ouve e interpreta como uma história.
323	Beginning, middle and end	Começo meio e fim
324	Module 2 introduced you to the idea that humans have been telling, listening to and repeating stories for thousands of years.	O Módulo 2 apresentou a ideia de que os humanos contam, ouvem e repetem histórias há milhares de anos.
325	Indigenous cultures, in particular, often have strong story-telling traditions.	As culturas indígenas em particular, muitas vezes, têm fortes tradições de contar histórias.
326	Stories have a beginning, middle and end.	As histórias possuem um começo, um meio e um fim.
327	You often hear the same kind of story over and over.	Geralmente o intérprete ouve o mesmo tipo de história repetidamente.
328	If you work for a pediatrics clinic, you	Se o trabalho é para uma clínica de pediatria, ele
329	470 · The Indigenous Interpreter®	470 · O Intérprete Indígena®
330	see many parents with children who are sick, have minor injuries or need vaccinations.	vê muitos pais com crianças doentes, com ferimentos leves ou que precisam de vacinas.
331	Soon you are able to guess what comes.	Logo ele é capaz de adivinhar o que está por vir.
332	Here is an example of visual storytelling in an indigenous village in the Chiapas highlands in Mexico in 2015.	Aqui está um exemplo de narrativa visual em uma aldeia indígena nas terras altas de Chiapas, no México, em 2015.
333	It is about basic preventive health care information on respiratory illness.	Trata-se de informações básicas de cuidados preventivos de saúde sobre doenças respiratórias.
334	The picture tells a story.	A imagem conta uma história.
335	It looks a little like interpreting notes!	Parece um pouco com notas de interpretação!
336	Review of Section 16.1	Revisão da Seção 16.1
337	This section showed you how to take notes for consecutive interpreting.	Esta seção mostrou como fazer tomada de notas para a interpretação consecutiva
338	It described Rozan's famous seven-step note-taking technique.	descrevendo a famosa técnica de tomada de notas em sete etapas de Rozan.
339	The seven steps are:	As sete etapas são:
340	Write down the main idea, not all the words.	Anotar a ideia principal, não todas as palavras;
341	Know how to abbreviate effectively.	Saber como abreviar de forma eficaz.

342	Use links (such as arrows and lines) to show how ideas are connected.	Usar elementos de ligação (setas, linhas) para mostrar como as ideias estão conectadas.
343	Show if something is negative.	Destacar se uma ideia é negativa.
344	Show emphasis (“a lot” “very much” “important”).	Colocar ênfase (“muito”, “bastante”, “importante”).
345	Take notes vertically (down the page instead of across).	Fazer anotações verticalmente (descendo a página em vez de transversalmente).
346	Use space on the page to show the relationship between ideas.	Usar o espaço na página para mostrar a relação entre as ideias.
347	This technique is called shift.	Essa técnica é chamada de deslocamento.
348	This section focused on the importance of note-taking for community and healthcare interpreters.	Esta seção concentrou-se na importância da tomada de notas para os intérpretes comunitários e em contexto hospitalar.
349	Note-taking is a core skill.	Tomar notas é uma habilidade essencial.
350	It increases your memory and allows you to interrupt less often and be more accurate.	Aumenta a memória do intérprete e permite que ele interrompa com menos frequência e seja mais preciso.
351	The technique presented here, mainly based on symbols, might help with languages having no written form.	A técnica aqui apresentada, baseada principalmente em símbolos, pode ajudar em linguagens sem forma escrita.
352	To be a professional interpreter, you need to be ready—and able—to take notes.	Para ser um intérprete profissional, é preciso estar pronto – e capaz – de fazer anotações.
353	The Indigenous Interpreter® · 471	O Intérprete Indígena® · 471
354	16Section	16Seção.
355	2	2
356	Developing Symbols and Abbreviations	Criação de símbolos e abreviações
357	Learning Objective 16.2	Objetivo de Aprendizagem 16.2
358	Develop symbol systems and abbreviation techniques for consecutive note-taking.	Desenvolver um sistemas de símbolos e técnicas de abreviações para tomadas de notas consecutivas.
359	Introduction	Introdução
360	This section will help you to develop and use symbols and abbreviations when you take notes.	Esta seção ajudará a criar e usar símbolos e abreviações ao fazer as anotações.
361	Symbols are an important part of consecutive note-taking.	Os símbolos são uma parte importante das anotações consecutivas,
362	They show the meaning of what the speaker just said.	pois mostram o significado do que o falante acabou de dizer.

363	When you write down a symbol, it helps you to remember the message.	Quando se escreve um símbolo, ele ajuda a lembrar da mensagem.
364	Develop your own symbols	Criação de símbolos próprios
365	There is no magic list of symbols that works for all interpreters.	Não existe uma lista mágica de símbolos que funcione para todos os intérpretes.
366	The symbols you use have to make sense to you.	Os símbolos usados precisam fazer sentido para cada intérprete,
367	They should be clear and feel natural to write.	devendo ser claros e naturais para a escrita,
368	But you don't have to invent them all.	mas não é preciso inventar todos eles.
369	Symbols can come from many places.	Os símbolos podem vir de muitos lugares.
370	To develop a symbols system that works for you:	Para desenvolver um sistema de símbolos que funcione é preciso:
371	Put together a core set of symbols for topics and terms that you interpret often.	Reunir um conjunto básico de símbolos para tópicos e termos que são usados com frequência pelo intérprete;
372	Practice with them by interpreting and taking notes over and over until you can automatically write these symbols when you interpret.	Praticá-los interpretando e tomando notas repetidamente até que seja possível escrever esses símbolos automaticamente ao interpretar.
373	Invent temporary symbols for new topics.	Inventar símbolos temporários para novos tópicos.
374	Find symbols all around you	Encontrando símbolos ao nosso redor
375	Symbols are not new to us.	Os símbolos não são novidade para nós.
376	We have symbols all around us.	Existem vários símbolos ao nosso redor.
377	Traffic signs come in shapes, arrows, circles, pedestrian walk signs and more.	Os sinais de trânsito vêm em formas, setas, círculos, sinais de pedestres e muito mais.
378	Math is expressed in symbols.	A matemática é expressada em símbolos.
379	You can take these common symbols and make them part of your note-taking.	Podemos pegar esses símbolos comuns e torná-los parte das anotações.
380	It's easy.	É fácil.
381	Look at the box on the next page for examples.	Vejamos a imagem na próxima página para exemplos.
382	You could write = to mean "the same as" or > and < to mean "more than," "less than."	Podemos escrever = para significar "igual a" ou > e < para significar "mais que", "menos que".
383	472 · The Indigenous Interpreter®	472 · O Intérprete Indígena®
384	Math Symbols	Símbolos Matemáticos
385	Less than	Menos
386	And, plus	E, mais
387	Times	Veze
388	Divided	Dividido

389	Either, or	Ou
390	Equals, the same	Igual
391	More than	Mais
392	Less than	Menos
393	Similar to	Semelhante
394	Not the same	Diferente
395	Texting and social media symbols can give you some good symbols	Os símbolos de mensagens de texto e de mídias sociais podem fornecer alguns bons símbolos
396	and abbreviations.	e abreviações.
397	Health care has a lot of famous symbols.	A área da saúde têm muitos símbolos famosos.
398	Look at the next box, with examples of common health care symbols on the left.	Vejam a próxima imagem, com exemplos de símbolos comuns de saúde à esquerda.
399	On the right, you can see the same symbols that an interpreter wrote with a pen.	À direita, vemos os mesmos símbolos que um intérprete escreveu com uma caneta.
400	Adapting common symbols:	Adaptando símbolos comuns:
401	Look for common symbols used in health care and community settings.	Procurar por símbolos comuns usados na área da saúde e ambientes comunitários.
402	Adapt them into symbols that are easy to draw quickly.	Adapta-los em símbolos fáceis de desenhar rapidamente.
403	Practice using them to make them automatic.	Praticar seu uso para torná-los automáticos.
404	Notice how simple the interpreter's drawings are.	Os desenhos do intérprete na figura acima são simples.
405	One symbol should take only a few movements of the pen to draw.	Um símbolo deve levar apenas alguns movimentos da caneta para desenhar,
406	Your symbols don't have to be pretty or artistic.	não precisa ser bonito ou artístico.
407	They should be understandable to you— even when you draw them quickly.	Precisa apenas ser compreensível para o intérprete – mesmo quando são desenhados rapidamente.
408	The Indigenous Interpreter® · 473	O Intérprete Indígena®· 473
409	Root symbols	Símbolos raiz
410	Interpreters often think they are supposed to create a different symbol for every word.	Os intérpretes geralmente pensam que devem criar um símbolo diferente para cada palavra,
411	This is not necessary.	mas isso não é necessário.
412	Instead, you can create "root symbols" for ideas that come often.	Em vez disso, dá para criar símbolos fixos para ideias que surgem com frequência.

413	A root symbol is for a big idea, such as “time,” “health care,” “work,” or “feelings.”	Um símbolo raiz serve para uma grande ideia, como “tempo”, “área da saúde”, “trabalho” ou “sentimentos”.
414	For example, you could use a simple drawing of a heart to create symbols related to heart issues in health care.	Por exemplo, é possível usar um desenho simples de um coração para criar símbolos relacionados a problemas cardíacos na área da saúde.
415	In	Na
416	the box on the previous page, you can see a heart with a “+” inside to mean cardiology.	imagem da página anterior, você pode ver um coração com um “+” dentro para significar cardiologia,
417	Another heart has a jagged line to mean heart attack.	outro coração tem uma linha com traçado irregular para significar ataque cardíaco.
418	You could develop many symbols using a simple heart drawing as your root symbol.	Dá para desenvolver muitos símbolos usando um simples desenho de coração como símbolo raiz.
419	Another example is the big concept of time.	Outro exemplo é o conceito de tempo.
420	In the next box,107 you can see past, present and future.	Na próxima imagem,107 você pode ver passado, presente e futuro.
421	The lower case “t” represents “time” and the lower case “yr” represents “year” (a lower case “d” could be a root symbol for “days”).	A letra "t" minúscula representa “tempo” e a “a” minúscula representa “ano” (uma "d" minúscula pode ser um símbolo raiz para “dias”).
422	You can then add a dot above the letter to show “now,” “today,” or “this year.”	Você pode adicionar um ponto acima da letra para mostrar “agora”, “hoje” ou “este ano”.
423	A dot on the left side of “t” (or “d”) could mean “the past,” “last year” or “yesterday.”	Um ponto do lado esquerdo de "t" (ou "d") pode significar "o passado", "ano passado" ou "ontem".
424	A dot to the right can show the future.	Um ponto à direita pode representar o futuro.
425	You can also use arrows and numbers with “t” or “d” to show time passing.	Você também pode usar setas e números com “t” ou “d” para representar a passagem do tempo.
426	yesterday	ontem
427	today	hoje
428	future	futuro
429	last year	ano passado
430	this year	este ano
431	next year	ano que vem
432	2 years ago	2 anos atrás
433	in 2 years	em 2 anos
434	107 Image used with permission.	107 Imagem usada com permissão.

435	Bancroft et al. (2015a), p. 186.	Bancroft et al. (2015a), p. 186.
436	474 · The Indigenous Interpreter®	474 · O Intérprete Indígena®
437	You can create a root symbol out of anything that repeats often.	Os símbolos raiz podem ser criados para qualquer coisa que se repita com frequência.
438	Root symbols train your mind to work with symbols.	Eles treinam a mente para trabalhar com os símbolos,
439	They help you to understand quickly the meaning of the message.	e ajudam a entender rapidamente o significado da mensagem.
440	Once you understand it, you can write it down quickly in symbols.	Uma vez que ele é compreendido, é possível escrever rapidamente em símbolos.
441	How to abbreviate in note-taking	Como abreviar na tomada de notas
442	Everyone's brain works differently.	O cérebro de cada um funciona de forma diferente.
443	Some interpreters don't use many symbols.	Alguns intérpretes não usam muitos símbolos,
444	They prefer abbreviations and words.	preferindo abreviações e palavras.
445	If symbols are hard for you to develop, you can take good notes without them.	Se os símbolos são difíceis de desenvolver, dá para fazer boas anotações sem eles.
446	To do so, you need to learn how to abbreviate.	Para isso, é preciso aprender a abreviar,
447	Of course, you use symbols and abbreviations.	e, claro, usar símbolos e abreviações.
448	The best way to abbreviate words is to keep some consonants and leave out most vowels. ¹⁰⁸ Most people abbreviate by taking the first three or four letters of the word.	A melhor maneira de abreviar palavras é manter algumas consoantes e deixar de fora a maioria das vogais. ¹⁰⁸ A maioria das pessoas abrevia pegando as primeiras três ou quatro letras da palavra.
449	For example, they may write "com" for "communication."	Por exemplo, dá para escrever "comun" para "comunicação".
450	But "com" might also mean community, committee, commute, etc.	Mas "comun" também pode significar comunidade, ou outras palavras com a mesma raiz
451	It's easy to get confused.	É fácil se confundir.
452	A better way is to take out the vowels and leave a consonant from the beginning, middle and end of the word.	Uma maneira melhor é tirar as vogais e deixar uma consoante do início, meio e fim da palavra.
453	Sometimes you can keep a vowel or two.	Às vezes dá para manter uma vogal ou duas.
454	For example:	Por exemplo:
455	Community = cmty	Comunidade = cmnd
456	Communication = cmctn or commn	Comunicação = com

457	Committee = cmtee	Comitê = comt
458	Commute =cmute	Comutar = comu
459	Most interpreters use a mix of symbols, abbreviations and a few words.	A maioria dos intérpretes usa uma mistura de símbolos, abreviaturas e algumas palavras.
460	The key is to develop the mixture that works best for you.	A chave é cada um desenvolver a mistura que funcione para si.
461	Use symbols when you take notes	O uso dos símbolos ao fazer anotações
462	You've practiced developing symbols.	Depois de praticar o desenvolvimento de símbolos,
463	Let's practice using them when you take notes.	é hora de usá-los quando fizer anotações.
464	108 This technique works for languages that have consonants and vowels in their writing systems.	108 Essa técnica funciona para idiomas que possuem consoantes e vogais em seus sistemas de escrita.
465	Some languages, like Mandarin and Inuktitut (an indigenous language in Canada's First Nations), use symbols in their writing systems.	Algumas línguas, como mandarim e inuktitut (uma língua indígena nas Primeiras Nações do Canadá), usam símbolos em seus sistemas de escrita.
466	Other languages, such as Arabic, have a writing system based on consonants, not vowels.	Outras línguas, como o árabe, têm um sistema de escrita baseado em consoantes, não em vogais.
467	This abbreviation technique does not work well for all languages.	Essa técnica de abreviação não funciona bem para todos os idiomas.
468	The Indigenous Interpreter® · 475	O Intérprete Indígena® · 475
469	Making symbols and abbreviations automatic	Criação automática de símbolos e abreviaturas
470	In Module 7 you practiced strategies for activating the terminology in your glossaries.	O Módulo 7 ensinou a praticar estratégias para ativar a terminologia nos glossários.
471	The same idea works with symbols.	A mesma ideia funciona com símbolos.
472	You have to practice writing symbols over and over until they come to you automatically when you take notes.	É necessário praticar a escrita de símbolos repetidamente até que eles apareçam automaticamente quando se toma notas.
473	For example, let's say you use a simple face drawing to express emotions such as happy, sad,	Por exemplo, digamos que o intérprete use um simples desenho de rosto para expressar emoções como feliz, triste,
474	scared and angry.	medo e raiva.
475	Draw the face symbols over and over and over as quickly as you can.	Desenhar os símbolos de rosto repetidamente o mais rápido que puder
476	At the same time, say out loud what they mean ("happy, sad, scared, angry") in both your languages.	e ao mesmo tempo, falar em voz alta o que eles significam ("feliz, triste,

		assustado, zangado”) em ambos os idiomas, ajuda a praticar.
477	Brainstorm to predict what symbols are needed	Fazer um brainstorming para prever quais símbolos são necessários
478	Another way to activate symbols in your mind is to think about which ones you need for your next assignment.	Outra maneira de ativar símbolos na mente é pensando sobre quais deles são necessários para a próxima tarefa.
479	If you are going to interpret for a patient with a shoulder injury, “activate” symbols for that subject.	Se o intérprete for interpretar para um paciente com lesão no ombro, deve “ativar” símbolos para esse assunto,
480	Think about what you will hear during the session.	pensar no que vai ouvir durante a sessão,
481	Look at your glossary.	pesquisar em um glossário,
482	Create symbols for the words and ideas that might come up.	e criar símbolos para as palavras e ideias que possam surgir.
483	Review of Section 16.2	Revisão da Seção 16.2
484	This section focused on learning how to create and use symbols and abbreviations when you take notes.	Esta seção se concentrou em aprender como criar e usar símbolos e abreviações ao fazer anotações.
485	It’s important to find symbols and abbreviations that are clear for you.	É importante que cada intérprete encontre símbolos e abreviaturas que sejam claros para si,
486	Slowly build your own set	criando, aos poucos, seu próprio conjunto
487	of symbols and abbreviations.	de símbolos e abreviações.
488	You can also create “root symbols” that represent a big idea, such as a face for expressing feelings.	Também é possível criar “símbolos raiz” que representam uma ideia ampla, como um rosto para expressar sentimentos.
489	You can change the root symbol in small ways to make symbols for similar ideas, such as “happy” “sad” and “angry.”	Dá para alterar o símbolo raiz de pequenas formas para criar símbolos para ideias semelhantes, como “feliz”, “triste” e “raiva”.
490	As you get better at listening and analyzing, symbols become easier to use in notes	À medida que o intérprete se aprimora em ouvir e analisar, os símbolos se tornam mais fáceis de usar nas notas
491	Using symbols and abbreviations will help you become a more accurate, competent interpreter.	O uso de símbolos e abreviações ajudará o intérprete a se tornar um profissional mais preciso e competente.
492	Spend time developing them.	Gastar tempo desenvolvendo-os,
493	Get comfortable using them.	deixa o profissional confortável na hora de usá-los.
494	Then practice, practice, practice writing them down and saying the meaning of them.	Por isso ele deve praticá-los extensivamente, escrevendo-os e falando seus significados em voz alta

495	Do this practice in both (or all) your working languages.	em ambos (ou todos) seus idiomas de trabalho.
496	476 · The Indigenous Interpreter®	476 · O Intérprete Indígena®
497	16Section	16Seção.
498	3	3
499	How to	Como
500	Practice Consecutive Note-taking	Praticar a Tomada de Notas Consecutiva
501	Learning Objective 16.3	Objetivo de Aprendizagem 16.3
502	Practice consecutive note-taking techniques.	Praticar técnicas de tomadas de notas consecutivas.
503	Introduction	Introdução
504	Now it's time to put together all your new knowledge about Rozan's seven steps and using symbols and abbreviations.	Agora é hora de reunir todo o novo conhecimento sobre os sete passos de Rozan, usando símbolos e abreviações.
505	You need to practice the full note-taking technique.	É necessário praticar a técnica completa de anotações.
506	This section gives you strategies to practice your note-taking skills.	Esta seção oferece estratégias para praticar as habilidades na tomada de notas.
507	How to practice note-taking	Como praticar a tomada de notas
508	Find practice materials	Encontrando materiais para a prática
509	The internet makes finding practice materials easy.	Na internet é fácil encontrar materiais para a prática.
510	Module 2 gave you some ideas for where to find audio files for practice materials such as:	O Módulo 2 deu algumas ideias sobre onde encontrar arquivos de áudio para materiais de prática, como:
511	YouTube videos.	Vídeos no Youtube
512	Podcasts.	Podcasts
513	Recorded TV shows.	Programas de TV
514	A recording of yourself or a colleague telling a story or reading a dialogue or text.	Uma gravação do próprio intérprete ou de um colega contando uma história ou lendo um diálogo ou texto.
515	Audio files from online speech banks.	Arquivos de áudio de bancos de palestra online.
516	Depending on which indigenous language you speak, you may have less access to audio files online.	Dependendo de qual idioma indígena o intérprete fala, é possível que se tenha menos acesso a arquivos de áudio online.
517	If this is the case, make short recordings (two to three minutes each) of friends, families and yourself telling stories in any indigenous language(s) you can interpret.	Se for este o caso, o intérprete pode fazer gravações curtas (de dois a três minutos cada) de amigos, familiares e dele mesmo contando histórias em qualquer idioma(s) indígena(s) que possa interpretar.

518	For example, ask for stories about health care issues, or any time the person had an experience (good or bad) with schools,	Por exemplo, ele pode pedir histórias sobre problemas de saúde ou de quando a pessoa teve uma experiência (boa ou ruim) com escolas,
519	The Indigenous Interpreter® · 477	O Intérprete Indígena® · 477
520	health care or any community service.	serviços de saúde ou qualquer serviço comunitário,
521	Use these recordings to practice note-taking.	e então usar essas gravações para praticar a tomada de notas.
522	Practice the same file several times until you can take notes and interpret from them accurately.	É bom praticar o mesmo arquivo várias vezes até que possa fazer anotações e interpretá-las com precisão.
523	Practice and repeat with similar themes	Prática e repetição com temas semelhantes
524	The easiest way to improve is by practicing taking notes to the same materials over and over.	A maneira mais fácil de melhorar é praticar anotando os mesmos materiais repetidamente.
525	Let's say you often have an assignment for a woman coming to a clinic to get birth control.	Digamos que por muitas vezes o profissional interprete para uma mulher que vem a uma clínica para obter controle de natalidade.
526	Search for videos on YouTube about birth control.	Ele deve pesquisar vídeos no YouTube sobre controle de natalidade,
527	Choose four or five similar videos, each a few minutes long.	escolher quatro ou cinco vídeos semelhantes, cada um com alguns minutos de duração
528	Practice taking notes and interpreting to the same videos many times.	e praticar fazendo anotações e interpretando os mesmos vídeos muitas vezes.
529	The repetition gives you lots of practice using the seven steps.	A repetição lhe dá muita prática usando as sete etapas.
530	You also practice using your symbols.	Ele também pratica o uso dos símbolos.
531	The more you practice, the more automatic the skill will become.	Quanto mais praticar, mais automática a habilidade se tornará.
532	Practice one step at a time	Praticar uma etapa de cada vez
533	Practice each of Rozan's steps one at a time.	É importante praticar cada uma das etapas de Rozan, um de cada vez.
534	If you have never taken notes vertically, focus on that technique several times.	No caso de nunca ter feito anotações na vertical, é importante concentrar-se nessa técnica várias vezes
535	Soon, taking notes this way begins to feel easier.	e logo, fazer anotações dessa maneira começará a ficar mais fácil.
536	Next, focus on using more symbols and fewer words.	Em seguida, deve-se concentrar-se em usar mais símbolos e menos palavras.

537	After that, if you have a hard time using the space on the page, focus on that step.	Depois disso, se houver dificuldades em usar o espaço na página, o foco deve voltar-se para essa etapa.
538	Force yourself to cover more of the page.	O intérprete precisa forçar-se a usar o máximo página.
539	When you practice one step at a time, you will probably not capture everything in the speech or story at first.	Praticando um passo de cada vez, o intérprete, provavelmente não vai capturar tudo do discurso ou da história de primeira.
540	Or you might use fewer symbols.	Ou talvez use menos símbolos.
541	That's all right.	Não tem problema.
542	This is practice.	Isso é prática.
543	You want each technique to become easier a step at a time.	O desejo é de que cada técnica se torne mais fácil um passo de cada vez.
544	If one step is easy, don't waste time on it.	Se uma das etapas está fácil, não é preciso gastar tempo com nela,
545	Go to the steps that are hard for you.	e sim com as etapas que são difíceis para quem as está praticando.
546	They will feel awkward and distracting at first.	Vai parecer estranho e incômodo no início
547	They might discourage you.	a ponto de desencorajá-lo,
548	But with repetition, all the steps will get easier.	mas com a repetição, todas as etapas ficarão mais fáceis.
549	Put the seven steps together	Juntando as sete etapas
550	After you have practiced the steps separately and feel comfortable, put all seven steps together.	Depois de praticar as etapas separadamente e se sentir confortável com elas, é hora de juntá-las.
551	Use an audio file that you've already practiced with several times before.	Usando um arquivo de áudio com o qual o intérprete já tenha praticado várias vezes antes,
552	Try taking notes and using as many of the seven steps as you can.	ele irá tentar fazer anotações e usar o máximo das sete etapas que puder,
553	Work to find a balance between listening, analyzing, converting and delivering the message.	trabalhando para encontrar um equilíbrio entre ouvir, analisar, converter e entregar a mensagem.
554	With practice, you will find that balance and rhythm as you take notes.	Com a prática, será encontrado esse equilíbrio e ritmo ao fazer anotações.
555	478 · The Indigenous Interpreter®	478 · O Intérprete Indígena®
556	Review of Section 16.3	Revisão da Seção 16.3
557	This section focused on how to practice the seven-step Rozan technique for note-taking.	Esta seção se concentrou em como praticar a técnica Rozan de sete etapas para a tomada de notas.
558	The most important point is not to start practicing all seven steps at once.	O ponto mais importante é não começar a praticar todas as etapas de uma vez.

559	Instead, find or make recordings of about two to three minutes each that talk about a person's experience in health care or community services.	Em vez disso, é necessário buscar ou fazer gravações de cerca de dois a três minutos cada que falem sobre a experiência de uma pessoa nos cuidados de saúde ou serviços comunitários.
560	Listen to the audio file and practice taking notes in this way:	Ouvir o arquivo de áudio e praticar as anotações pode ser feito da seguinte forma:
561	Practice several times with the same audio file.	Praticar várias vezes com o mesmo arquivo de áudio.
562	Working on the same file will help you, not hurt you.	Trabalhar no mesmo arquivo irá ajudar, não prejudicar o profissional.
563	Focus on one of the seven steps at a time.	Concentrar-se em uma das sete etapas de cada vez.
564	After a step feels easy, try a different one.	Depois que um passo tornar-se fácil, passar para outro.
565	Work on the hard steps.	Trabalhar nas etapas difíceis.
566	When each step feels smooth, start practicing all seven	Quando cada etapa se tornar simples, começar a praticar todas as sete
567	steps at once with an audio file you have used before.	de uma só vez com um arquivo de áudio usado anteriormente.
568	Note-taking for consecutive interpreting can feel strange at first.	Fazer anotações para interpretação consecutiva pode parecer estranho no começo,
569	You will probably feel awkward.	deixando o intérprete desconfortável.
570	Note-taking can interrupt the flow of your interpreting.	A tomada de notas pode interromper o fluxo da interpretação,
571	But the more you practice, the easier it gets.	mas quanto mais se pratica, mais fácil fica
572	Then taking notes will help your interpreting.	e então, tomar notas ajudará na interpretação.
573	The Indigenous Interpreter® · 479	O Intérprete Indígena® · 479
574	Review of Module 16: Introduction to Consecutive Note-taking	Revisão do Módulo 16: Introdução à Tomada de Notas Consecutivas
575	This module showed you how to take notes for consecutive interpreting.	Este módulo ensinou como fazer anotações para interpretação consecutiva,
576	This is a skill that almost all interpreters need.	uma habilidade que quase todos os intérpretes precisam.
577	Section 16.1 showed how it improves your consecutive interpreting by supporting the four main skills of interpreting: active listening, message	A Seção 16.1 mostrou como ela melhora a interpretação consecutiva fundamentando as quatro principais habilidades de interpretação: escuta

	analysis, message conversion and delivery.	ativa, análise de mensagens, conversão e entrega de mensagens,
578	It introduced Rozan's seven steps for consecutive note-taking.	e introduziu as sete etapas de Rozan para tomada de notas consecutivas.
579	Section 16.2 focused on using symbols and abbreviations and not many words.	A Seção 16.2 focou no uso de símbolos, abreviações e poucas palavras,
580	Take as few notes as you can.	fazendo o mínimo de anotações possível
581	Develop a system for symbols and abbreviations.	e desenvolvendo um sistema de símbolos e abreviaturas,
582	They should be just enough to help your memory capture the whole message.	devendo ser suficientes para ajudar a memória a capturar toda a mensagem.
583	Section 16.3 focused on techniques for practicing note-taking.	A Seção 16.3 focou em técnicas para a prática das tomada de notas,
584	Practice with the same audio and video files over and over.	em que a pratica pode ser feita com os mesmos arquivos de áudio e vídeo repetidamente.
585	Focus on one of the seven steps at a time, using the same practice files many times.	O intérprete deve concentrar-se em uma das etapas de cada vez, usando os mesmos arquivos para praticar várias vezes,
586	Practice until all seven steps feel smooth.	praticando-os até que todas as sete etapas se tornem fáceis,
587	Then practice taking notes using all seven steps at the same time.	para em seguida, praticar a tomada de notas usando todas as sete etapas ao mesmo tempo.
588	Consecutive note-taking makes you a more effective interpreter.	A tomada de notas consecutiva tornam o intérprete mais eficaz.
589	By writing down numbers, names and	Ao escrever números, nomes e
590	key medical terms, your interpreting is more accurate and complete, and	termos médicos-chave, a interpretação é mais precisa e completa
591	you make fewer mistakes.	e comete-se menos erros,
592	You will look more professional.	demonstrando mais profissionalismo.
593	480 · The Indigenous Interpreter®	480 · O Intérprete Indígena®

MODELO 17

№	TEXTO-FONTE	TEXTO-ALVO
1	17	17
2	Module	Módulo
3	Introduction to Simultaneous Interpreting	Introdução à Interpretação Simultânea
4	Learning Objectives	Objetivos de Aprendizagem
5	After completing this module, you'll be able to:	Após concluir este módulo, o(a) aluno(a) será capaz de:
6	Learning Objective 17.1	Objetivo de Aprendizagem 17.1
7	Explore how to perform simultaneous interpreting.	Explorar o processo de realização a interpretação simultânea.
8	Learning Objective 17.2	Objetivo de Aprendizagem 17.2
9	Decide when, where and why to perform simultaneous interpreting in community settings.	Decidir quando, onde e por que realizar a interpretação simultânea em contextos comunitários.
10	Learning Objective 17.3	Objetivo de Aprendizagem 17.3

11	Improve simultaneous interpreting skills through self-evaluation.	Aprimorar as competências de Interpretação simultânea através da autoavaliação.
12	482 · The Indigenous Interpreter®	482 · O Intérprete Indígena®
13	Overview	Visão Geral
14	Simultaneous is a mode of interpreting.	A modalidade simultânea é um tipo de interpretação
15	When you perform it, you listen in one language and interpret into the other language at the same time.	que, quando é executada, é ouvida em uma língua e interpretada para outra língua ao mesmo tempo,
16	There is a small delay between what is said and what you interpret.	com um pequeno atraso entre o que é dito e a sua interpretação.
17	This process works in the same way for spoken and signed languages.	Este processo é feito da mesma forma para as línguas faladas e sinalizadas.
18	At first, simultaneous interpreting can seem a lot harder than consecutive interpreting because it's a more complex skill.	A princípio, a interpretação simultânea pode parecer muito mais difícil do que a interpretação consecutiva porque exige uma habilidade mais complexa.
19	You might be afraid to try it.	Pode haver um receio inicial em experimentá-la,
20	But simultaneous interpreting builds on the skills you practice already.	mas a interpretação simultânea se baseia nas habilidades que já são praticadas pelo intérprete.
21	Once you get used to it and do it	Depois que o hábito é criado
22	often, simultaneous might even start to feel easier than consecutive interpreting.	a simultânea pode até parecer mais fácil do que a interpretação consecutiva.
23	One reason is that you have less to remember.	Uma das razões é que tem-se menos para lembrar.
24	The Indigenous Interpreter® · 483	O Intérprete Indígena® · 483
25	17Section 1	17Seção. 1
26	Simultaneous Interpreting	Interpretação Simultânea
27	Learning Objective 17.1	Objetivo de Aprendizagem 17.1
28	Explore how to perform simultaneous interpreting.	Explorar o processo de realização a interpretação simultânea.
29	Introduction	Introdução
30	Simultaneous interpreting is an interpreting mode like consecutive and sight translation.	A interpretação simultânea é um tipo de interpretação, assim como a tradução consecutiva e à prima vista.
31	In simultaneous, you speak while the speaker is still speaking (or signing) just a little behind the speaker.	Na simultânea, o intérprete fala enquanto o falante ainda está falando (ou sinalizando), um pouco atrás do falante,

32	In other words, there is a small delay between what is said and what you interpret.	em outras palavras, há um pequeno atraso entre o que é dito e o que é interpretado.
33	It feels quite different from consecutive mode because both you and the person you interpret for are speaking (or signing) at the same time.	Parece bem diferente do modo consecutivo porque o intérprete e a pessoa para quem é interpretado, estão falando (ou sinalizando) ao mesmo tempo.
34	This section introduces you to how to perform simultaneous interpreting and the kind of equipment used.	Esta seção irá explorar o processo de realização da interpretação simultânea e o tipo de equipamento utilizado.
35	It also explores some of the challenges that indigenous interpreters face when they interpret simultaneously.	Também irá investigar alguns dos desafios que os intérpretes indígenas enfrentam quando interpretam simultaneamente.
36	For a long time, many people thought community interpreters didn't need to perform in simultaneous mode.	Por muito tempo as pessoas acreditaram que os intérpretes comunitários não precisavam atuar no modo simultâneo.
37	That isn't true.	O que não é verdade.
38	Surveys (CCHI, 2016, p. 24; CCHI, 2010, p. 7) have found that healthcare interpreters often use simultaneous, even when no one has taught them how.	Pesquisas (CCHI, 2016, p. 24; CCHI, 2010, p. 7) descobriram que os intérpretes da área da saúde costumam usar a interpretação simultânea, mesmo sem ninguém tê-los ensinado.
39	Community interpreters often need to work in simultaneous for:	Os intérpretes comunitários geralmente precisam interpretar em simultâneo para:
40	Fast speakers.	Oradores rápidos;
41	Side conversations.	Conversas paralelas;
42	Larger groups.	Grupos maiores;
43	Emergencies.	Emergências;
44	Information sessions (such as diabetes classes).	Sessões de informação (como aulas sobre diabetes);
45	Public meetings (such as school events).	Reuniões públicas (como eventos escolares).
46	484 · The Indigenous Interpreter®	484 · O Intérprete Indígena®
47	Simultaneous interpreting	Interpretação simultânea
48	Consecutive—One Speaker at a Time	Interpretação Consecutiva - um orador de cada vez
49	PARENT	PAIS
50	INTERPRETER	INTÉRPRETE
51	TEACHER	PROFESSOR(A)
52	All three interpreting modes require the same core skills.	Todos os três modos de interpretação requerem as mesmas habilidades básicas.

53	Interpreters have to listen, understand meaning and transfer meaning into another language.	Os intérpretes têm de ouvir, compreender o significado e transferir o significado para outra língua,
54	But in consecutive mode, one person speaks at a time.	mas no modo consecutivo, uma pessoa fala de cada vez.
55	In simultaneous, you listen to the speaker just long	Na simultânea, o intérprete ouve o orador apenas o tempo
56	PARENT	PAIS
57	enough to understand the first idea.	suficiente para entender a ideia primária,
58	Then you start to interpret while the speaker is still talking (or signing).	e então ele começa a interpretar enquanto o orador ainda está falando (ou sinalizando).
59	Let's say an interpreter at a parent-teacher conference interprets for two teachers.	Digamos que um profissional, em uma conferência de pais e professores, interprete para dois professores.
60	It starts off, as usual, in consecutive mode.	Dá início, como habitualmente, em modo consecutivo
61	Then the two teachers start talking to each other about the student.	mas, os dois professores começam a conversar entre si sobre o aluno.
62	Now the interpreter has to capture this conversation for the parents.	Então o intérprete tem que capturar essa conversa para os pais e,
63	The only way to do so is to switch to simultaneous.	a única maneira de fazer isso é mudar para o modo simultâneo,
64	You listen to their conversation while interpreting it, in a low voice, to the parents.	ouvindo a conversa deles enquanto a interpreta, em voz baixa, para os pais.
65	Simultaneous in Health Care and Community Settings	Interpretação Simultânea em Contexto Hospitalar e Configurações Comunitárias
66	The interpreter switches to simultaneous when there is a side conversation.	O intérprete muda para o modo simultâneo quando há uma conversa paralela.
67	INTERPRETER	INTÉRPRETE
68	PARENT	PAIS
69	TEACHER	PROFESSOR(A)
70	TEACHER	PROFESSOR(A)
71	The Indigenous Interpreter® · 485	O Intérprete Indígena®· 485
72	Simultaneous is challenging because you:	O modo simultâneo é desafiador por que:
73	Listen and talk at the same time.	É preciso ouvir e falar ao mesmo tempo;
74	Pay attention to what the speaker is saying at the same time	É importante prestar atenção ao que o orador está dizendo ao mesmo tempo
75	you interpret what was just said.	em que interpreta o que acabou de ser dito;

76	Manage two sources of sound: the speakers' voices and your own voice.	Deve-se gerenciar duas fontes de som: as vozes dos alto-falantes e a própria voz;
77	Cannot interrupt to ask for a repetition or clarification.	Não há a possibilidade de interrupção para pedir uma repetição ou esclarecimento;
78	Have to understand and interpret the meaning quickly.	É necessário entender e interpretar o significado rapidamente.
79	Simultaneous is easier to do between two languages that are similar.	A simultâneo é mais fácil de fazer quando as duas linguagens que são semelhantes e,
80	The more different languages are, the more difficult simultaneous becomes.	quanto mais diferentes são as línguas, mais difícil se torna a interpretação simultânea.
81	English and indigenous languages are quite different.	O inglês e línguas indígenas são bastante diferentes,
82	Many concepts can't easily be expressed the same way in both languages.	pois muitos conceitos não podem ser facilmente expressados da mesma maneira em ambas as línguas.
83	As a result, simultaneous interpreting can sometimes be difficult to perform with indigenous languages.	Como resultado, essa modalidades, às vezes, pode ser difícil de realizar com línguas indígenas,
84	Yet there are many situations where simultaneous is needed.	no entanto, existem muitas situações em que a interpretação simultânea é necessária.
85	These include emergencies, public talks (such as health education) and situations	Isso inclui emergências, palestras públicas (como educação em saúde) e situações
86	where people lose control, speak quickly or refuse to be interrupted.	em que as pessoas perdem o controle, falam rapidamente ou se recusam a ser interrompidas.
87	Simultaneous interpreting in conferences and communities	Interpretação simultânea em conferências e comunidades
88	Simultaneous booths	Cabines simultâneas
89	Conference interpreters have a lot of help when they interpret simultaneously.	Os intérpretes de conferência têm muita ajuda quando interpretam simultaneamente.
90	They often sit in soundproof booths.	Geralmente sentam-se em cabines à prova de som,
91	They listen to the speaker's voice through headsets and can turn the volume up or down (louder or softer) to hear voices better.	ouvem a voz do locutor por meio de fones de ouvido e podem aumentar ou diminuir o volume (mais alto ou mais baixo) para ouvir melhor as vozes.
92	The interpreter can speak in a normal voice.	O intérprete pode falar com um tom de voz normal

93	The people listening hear the interpreter through a headset and receiver; they can also control volume.	e as pessoas ouvem o intérprete através de um fone de ouvido e receptor, podendo, também, controlar o volume.
94	Source: 110	Fonte: 110
95	109 Retrieved from https://www.flickr.com/photos/foreignoffice/6353497657	109 Extraído de https://www.flickr.com/photos/foreignoffice/6353497657
96	486 · The Indigenous Interpreter®	486 · O Intérprete Indígena®
97	Portable equipment	Equipamento portátil
98	You can also perform in simultaneous mode with portable equipment.	Também é possível atuar em modo simultâneo com equipamentos portáteis,
99	It can be used in any kind of setting.	podendo ser usado em qualquer tipo de ambiente,
100	It is lightweight.	por ser leve.
101	This equipment includes a headset and transmitter for the interpreter, who speaks softly into a microphone.	Esse equipamento inclui fone de ouvido e transmissor para o intérprete, que fala baixinho no microfone.
102	The listener has headphones and a receiver to listen to the interpreter's voice.	O ouvinte tem fones de ouvido e um receptor para ouvir a voz do intérprete
103	The interpreter does not need to be near the people who need interpretation.	e o intérprete não precisa estar perto das pessoas que precisam de interpretação.
104	The advantages are:	As vantagens são:
105	Audience members who need interpreting can sit wherever they want.	Os membros do público que precisam de interpretação podem sentar-se onde quiserem;
106	They can control the volume of the interpreter's voice.	Eles podem controlar o volume da voz do intérprete;
107	The interpreter decides where to sit or stand.	O intérprete decide onde sentar ou ficar de pé;
108	The interpreter can speak at a low but natural volume.	O intérprete pode falar em um volume baixo, mas natural;
109	The use of equipment is more common today in courts, some hospitals, social services, schools and libraries.	O uso de equipamentos é hoje mais comum em tribunais, alguns hospitais, serviços sociais, escolas e bibliotecas.
110	Over time, its use will increase.	Com o tempo, seu uso aumentará.
111	Some interpreters purchase their own set of	Alguns intérpretes compram seu próprio conjunto de equipamentos
112	portable equipment to get certain assignments.	portáteis para realizar determinadas tarefas,
113	It also makes those assignments much easier.	O que torna essas tarefas muito mais fáceis.
114	The Indigenous Interpreter® · 487	O Intérprete Indígena® · 487

115	Here, two interpreters perform simultaneous interpreting.	Na imagem, duas intérpretes realizam a interpretação simultânea.
116	One interprets from English into Spanish.	Uma interpreta do inglês para o espanhol e
117	The other is going from Spanish into Tzotzil, an indigenous language spoken in the Chiapas highlands of southern Mexico.	a outra, do espanhol para o tzotzil, uma língua indígena falada nas terras altas de Chiapas, no sul do México.
118	Whisper simultaneous	Interpretação por sussurro
119	Most community and healthcare interpreters perform simultaneous interpreting without any kind of equipment.	A maioria dos intérpretes, comunitários e em contexto hospitalar, realizam interpretação simultânea sem nenhum tipo de equipamento.
120	They do “whisper interpreting.” (The official name is chuchotage, a French word that means “whispering.”)	Eles fazem “interpretação por sussurros”. (O nome oficial é chuchotage, uma palavra francesa que significa “sussurrando”.)
121	For this type of interpreting, also called “whispered simultaneous,” lean in	Para esse tipo de interpretação, também chamada de “interpretação sussurrada”, é necessário inclinar-se
122	and speak softly close to the listener’s ear.	e falar baixinho perto do ouvido do ouvinte.
123	However, you should not actually whisper.	No entanto, não se deve realmente sussurrar
124	Whispering is hard on the vocal cords.	pois isso força as cordas vocais,
125	You could do permanent damage to your throat and voice if you whisper.	o que pode causar danos permanentes à garganta e a voz.
126	Instead, lean close to the listener.	Em vez disso, o intérprete deve inclinar-se para perto do ouvinte,
127	Speak in a low, steady voice.	e falar em tom baixo e firme.
128	Your interpreting has to be loud enough to hear, but quiet enough not to distract other people.	O tom da interpretação deve ser alto o suficiente para ouvir, mas baixo o suficiente para não distrair as outras pessoas.
129	Whisper simultaneous has to be practiced!	A interpretação por sussurro tem que ser praticada!
130	Ask a family member or friend to help you.	Um familiar ou amigo pode ajudar o intérprete nisso,
131	Experiment with your position and tone of voice.	que deve experimentar a posição e tom de voz,
132	Ask for feedback.	e dar um feedback ao profissional.
133	What works best for the listener?	O que funciona melhor para o ouvinte?
134	What works best for you?	O que funciona melhor para o intérprete?

135	Simultaneous interpreting and the brain	A interpretação simultânea e o cérebro
136	Interpreting simultaneously is like running fast.	Interpretar simultaneamente é como uma corrida rápida.
137	You can only go a little way before you start to breathe hard.	Só é possível percorrer um caminho curto antes que se comece a respirar com dificuldade.
138	Your legs get tired.	Suas pernas ficam cansadas
139	The only way to recover is to stop running and rest.	e a única maneira de se recuperar é parar de correr e descansar.
140	Simultaneous interpreting is the same.	A interpretação simultânea é a mesma coisa.
141	Many studies show that your brain can only do simultaneous interpreting for 20 to 30 minutes before you start to make mistakes.	Muitos estudos mostram que o cérebro só pode fazer interpretação simultânea por 20 a 30 minutos antes que se comece a cometer erros,
142	Many mistakes.	muitos erros.
143	Serious mistakes.	Erros graves.
144	That's why conference and most sign language	É por isso que os intérpretes de conferência e a maioria dos intérpretes de língua de sinais
145	interpreters work in teams.	trabalham em equipe
146	They switch off every half hour.	e intercalam a cada meia hora.
147	Many	Muitos
148	U.S. signed language interpreters switch off every 15 minutes.	intérpretes da linguagem de sinais, nos EUA, intercalam a cada 15 minutos.
149	The	A
150	only way your brain can recover is to stop interpreting and rest.	a única maneira de seu cérebro se recuperar é parar de interpretar e descansar.
151	488 · The Indigenous Interpreter®	488 · O Intérprete Indígena®
152	Why is simultaneous so tiring?	Por que essa modalidade é tão cansativa?
153	It's because you make so many decisions quickly.	É porque tomam-se muitas decisões rapidamente.
154	Do you ever feel exhausted after shopping for an hour?	Como alguém que se sente exausto depois de fazer compras por uma hora.
155	Or after helping customers for hours at work?	Ou depois de ajudar aos clientes por horas no trabalho.
156	Research shows that making many decisions can make our brains tired.	Pesquisas mostram que tomar muitas decisões pode cansar nosso cérebro.
157	"The more choices you make throughout the day, the harder each	"Quanto mais escolhas você faz ao longo do dia, mais difícil cada

158	[decision] becomes for your brain” (Tierney, 2011).	decisão se torna para o seu cérebro” (Tierney, 2011).
159	In simultaneous, you listen closely.	No modo simultâneo, é preciso ouvir atentamente,
160	Analyze quickly.	analisar rapidamente,
161	Decide in an instant what the words mean.	decidir em poucos instantes o que as palavras significam
162	Find a way to say their meaning in the other language.	e encontrar uma maneira de dizer seu significado no outro idioma.
163	All at once.	Tudo isso de uma vez.
164	And then you do it over and over.	E de novo e de novo.
165	Simultaneous mode and indigenous languages	Interpretação simultânea e as línguas indígenas
166	Indigenous interpreters face three big challenges when they interpret simultaneously:	Os intérpretes indígenas enfrentam três grandes desafios quando interpretam simultaneamente:
167	Lack of language proficiency (speaking and understanding	Falta de proficiência no idioma (falar e entender bem
168	both languages well)	os dois idiomas);
169	Lack of language equivalents for terms or ideas	Falta de equivalentes linguísticos para termos ou ideias;
170	Lack of time	Falta de tempo
171	Lack of language proficiency	Falta de proficiência no idioma
172	You need to speak both languages fluently to succeed in simultaneous.	É preciso falar os dois idiomas fluentemente para ter sucesso na interpretação simultânea.
173	Everything happens quickly.	Tudo acontece muito rápido
174	If you struggle to find a word, or you don't understand something, you will get behind.	e se o intérprete se esforçar para encontrar uma palavra ou não entender algo, ficará para trás.
175	Soon you will miss a lot.	Logo vai perder muito.
176	Many indigenous interpreters lack full proficiency in both languages.	Muitos intérpretes indígenas não têm proficiência total em ambas as línguas.
177	They may not have studied any language formally.	É possível que não tenham estudado nenhum idioma, formalmente.
178	They may be able to read in one language but not the other.	Podem ser capazes de ler em um idioma, mas não em outro e
179	Their indigenous language may have no written form.	sua língua indígena pode não ter forma escrita.
180	They may interpret between their second and third languages.	Eles podem interpretar entre sua segunda e terceira línguas.
181	They may be born in the United States and speak an indigenous language at home, yet know English much better.	Podem ter nascido nos Estados Unidos e falar uma língua indígena em casa, porém sabem inglês muito melhor.

182	Lack of language equivalents	Falta de equivalentes linguísticos
183	Many medical and service concepts don't exist in the same way in indigenous cultures.	Muitos conceitos médicos e de serviço não existem da mesma forma nas culturas indígenas
184	There is simply no easy way to explain them.	e simplesmente não existe uma maneira fácil de explicá-los.
185	For example, many indigenous languages have no word for cancer.	Por exemplo, muitas línguas indígenas não têm um termo para câncer
186	Interpreters have to find a way to describe cancer.	e os intérpretes precisam encontrar uma maneira de descrever o câncer
187	They must do so quickly and accurately.	com rapidez e precisão.
188	The Indigenous Interpreter® · 489	O Intérprete Indígena® · 489
189	Here is how one interpreter created a phrase in his indigenous language to describe cancer, after speaking with doctors. (Please note: The example here is not meant as a "correct" equivalent that all indigenous interpreters can use.	Vejam como um intérprete criou uma frase em sua língua indígena para descrever o câncer, depois de conversar com os médicos. (Observação: o exemplo aqui não pretende ser um equivalente "correto" que todos os intérpretes indígenas possam usar.
190	For an equivalent, interpreters should work with providers to make sure that doctors agree with their solution.) This interpreter said, instead of cancer, "A disease that causes masses to grow, out of control, in a part of your body."	Para um equivalente, os intérpretes devem trabalhar com os prestadores de serviços, para garantir que os médicos concordem com sua solução.) Esse intérprete disse, em vez de câncer, "Uma doença que faz com que massas cresçam, fora de controle, em uma parte do seu corpo".
191	In consecutive, it's easier to use a phrase that describes the term.	Na consecutiva, é mais fácil usar uma frase que descreva o termo,
192	You have time.	pois há tempo disponível.
193	DOCTOR	DOUTOR
194	I'm sorry, Mrs. Salinas, but your tests show you have breast cancer.	Sinto muito, Sra. Salinas, seus exames mostram que você tem câncer de mama.
195	INTERPRETER	INTÉRPRETE
196	I'm sorry, Mrs. Salinas, but your tests show that you have a disease that causes masses to grow out of control in your breast, which in English is called cancer.	Sinto muito, Sra. Salinas, seus exames mostram que você tem uma doença que faz com que as massas cresçam fora de controle em seu seio, que em inglês se chama câncer.
197	If you are using simultaneous, you don't have as much time.	Se você estiver usando a interpretação simultânea, não terá tanto tempo.

198	When one or two key terms take extra time to interpret in the indigenous language, it's possible to keep up.	Quando um ou dois termos-chave levam mais tempo para serem interpretados na língua indígena, é possível acompanhar.
199	What if many terms or ideas have to be described this way?	E se muitos termos ou ideias tiverem que ser descritos dessa maneira?
200	A Mixteco interpreter shared a short list of some of the medical terms she has to interpret often that do not have equivalents in her variant of Mixteco:	Uma intérprete Mixteco compartilhou uma pequena lista de alguns dos termos médicos que ela tem que interpretar frequentemente que não têm equivalentes em sua variante de Mixteco:
201	Diabetes	Diabetes
202	Allergies to medications	Alergias a medicamentos
203	Tumor	Tumor
204	C-section	Cesariana
205	Tuberculosis	Tuberculose
206	Vaccinations	Vacinas
207	Side effect	Efeito colateral
208	Stroke	Derrame
209	Mental health	Saúde Mental
210	490 · The Indigenous Interpreter®	490 · O Intérprete Indígena®
211	Lack of time	Falta de tempo
212	In simultaneous, you have a just a few seconds to understand and interpret.	Na interpretação simultânea, você tem apenas alguns segundos para entender e interpretar
213	Interpreting everything may not be possible without a lot of practice and proficiency.	e isso pode não ser possível sem muita prática e proficiência.
214	Simultaneous is too fast to find equivalents easily.	O modo simultâneo é muito rápido para encontrar equivalentes facilmente.
215	Interpreters need experience in consecutive first.	Os profissionais precisam adquirir experiência no modo consecutivo, primeiro.
216	They also have to build up their terminology.	E também, construir sua terminologia.
217	But indigenous interpreters can and do learn simultaneous.	Mas os intérpretes indígenas podem e aprendem a simultânea.
218	The more they are	Quanto mais
219	familiar with the subject they interpret, the easier it gets to interpret well in simultaneous.	familiarizados com o assunto que interpretam, mais fácil fica interpretar bem a simultânea.
220	Simultaneous strategies for indigenous languages	Estratégias simultâneas para línguas indígenas

221	Here are some strategies to improve your simultaneous skills:	Abaixo destacaremos algumas estratégias para melhorar as habilidades na interpretação simultânea:
222	Learn the topic well in both languages.	Aprender bem o tópico em ambos os idiomas.
223	For example, know how to speak about pregnancy and birth in Chatino and in English before you interpret simultaneously for a prenatal class.	Por exemplo, saiba falar sobre gravidez e parto em chatino e em inglês antes de interpretar simultaneamente para uma aula de pré-natal.
224	Learn how to interpret the most common concepts between languages and practice them often.	Aprender a interpretar os conceitos mais comuns entre os idiomas e praticá-los com frequência.
225	Prepare for the assignment.	Preparar-se para a tarefa.
226	Be ready.	Estar preparado.
227	For example, you are asked to interpret for a school presentation about drug	Por exemplo, se for convidado a interpretar para uma apresentação na escola sobre prevenção
228	prevention.	às drogas,
229	Get all the documents ahead of time.	obtenha todos os documentos com antecedência.
230	If possible, talk to the speaker.	Se possível, fale com o orador,
231	Watch videos on YouTube.	assista a vídeos no YouTube,
232	Practice putting the concepts into your indigenous language and saying them out loud.	e pratique colocando os conceitos em sua língua indígena e dizendo-os em voz alta.
233	Work directly with the presenter.	Trabalhe diretamente com o apresentador.
234	Talk to the presenter before the assignment.	Fale com ele antes da tarefa,
235	Explain the challenges you face.	explique os desafios que serão enfrentados,
236	After all, presenters want their audience to understand what they are saying.	afinal, os apresentadores querem que seu público entenda o que eles estão dizendo.
237	Use summarization as a practice exercise.	Usar a sumarização como um exercício prático.
238	While someone speaks, practice summarizing the most important points.	Enquanto alguém fala, pratique resumir os pontos mais importantes.
239	Let's say you have a recording of a presenter talking about three ways that diabetics can control their blood sugar.	Digamos que exista uma gravação de um apresentador falando sobre três maneiras pelas quais os diabéticos podem controlar o açúcar no sangue.

240	Make sure your summary includes all three ways (these are the important points), even if you lose some of the details.	Certifique-se de que seu resumo inclua todas as três maneiras (esses são os pontos importantes), mesmo que alguns detalhes se percam.
241	Do not use summarization when you are interpreting for clients.	Não use sumarização quando estiver interpretando para clientes.
242	The Indigenous Interpreter® · 491	O Intérprete Indígena® · 491
243	Use hand gestures to manage the flow.	Fazer gestos com as mãos para gerenciar o fluxo.
244	If you perform whisper interpreting, or use portable equipment, tell the speaker before the assignment that you will use a certain gesture to show when you need the speaker to slow down or stop.	Se for realizada uma interpretação por sussurro ou utilizado equipamento portátil, diga ao orador antes da tarefa que você usará um determinado gesto para mostrar quando precisa que o orador diminua a velocidade ou pare.
245	Explain that you can't interpret everything if the person doesn't pause each time you gesture.	Explique que não é possível interpretar tudo se a pessoa não pausar cada vez que os gestos forem feitos.
246	Simultaneous mode can take longer to learn for many indigenous interpreters, but it is possible to become skilled at it.	A interpretação simultânea pode levar mais tempo para ser aprendida, para muitos intérpretes indígenas, mas é possível se tornar hábil.
247	Until you do, say no to assignments that require it.	Até que se torne hábil, rejeite atribuições que exigem essa habilidade.
248	Ask to interpret consecutively instead.	Peça para interpretar consecutivamente.
249	Review of Section 17.1	Revisão da Seção 17.1
250	Simultaneous is an interpreting mode, like consecutive and sight translation.	Interpretação simultânea é um modo de interpretação, como tradução consecutiva e à prima vista,
251	It is a more advanced skill.	mas é uma habilidade mais avançada.
252	You need to be competent in consecutive interpreting before you start learning and performing in simultaneous mode.	É preciso ser competente em interpretação consecutiva antes de começar a aprender e atuar no modo simultâneo,
253	But you will have to learn to do it.	mas é necessário aprender a fazê-lo.
254	You might	Talvez
255	need to use simultaneous for emergencies, out-of-control situations, fast speech and public talks.	seja preciso usar o simultâneo para emergências, situações fora de controle, falas rápidas e palestras públicas.
256	Sometimes you might be lucky enough to work with portable equipment, which makes the work much easier.	Às vezes pode-se ter a sorte de trabalhar com equipamentos portáteis, o que torna o trabalho muito mais fácil.
257	Most community interpreters perform simultaneous without equipment.	A maioria dos intérpretes comunitários atua simultaneamente sem equipamento,

258	They perform “whispered simultaneous.”	executando a “interpretação sussurradas”.
259	Whisper interpreting does not mean you should whisper, which could damage your throat and voice.	Na interpretação sussurrada não significa que se deva sussurrar, pois isso pode danificar a garganta e a voz.
260	Instead, speak in a low voice close to the person or people you interpret for.	Em vez disso, deve-se falar em voz baixa perto da pessoa ou das pessoas para quem se está interpretando.
261	Simultaneous interpreting tires your brain quickly.	A interpretação simultânea exaure seu cérebro rapidamente.
262	Try working in a team and take breaks after every 15 to 30 minutes.	Deve-se procurar trabalhar em equipe, fazendo pausas a cada 15 a 30 minutos.
263	In reality,	Na verdade,
264	community interpreters rarely work in teams.	os intérpretes comunitários raramente trabalham em equipe.
265	Simultaneous presents special challenges for indigenous interpreters.	A interpretação simultânea apresenta desafios especiais para intérpretes indígenas,
266	They often lack	pois, muitas vezes, eles não têm
267	full proficiency in both languages.	proficiência total em ambas as línguas,
268	They have problems finding equivalents for terms and ideas.	e têm problemas para encontrar equivalentes para termos e ideias.
269	The fast pace is hard to keep up with.	O ritmo acelerado é difícil de acompanhar.
270	Use the strategies mentioned here to help you.	Usar as estratégias mencionadas aqui, irá ajudar.
271	If you	Se não for
272	can’t interpret simultaneously, tell your clients you can interpret in consecutive.	possível interpretar simultaneamente, os clientes devem ser informados de que a interpretação poderá ser de forma consecutiva.
273	Perhaps they will give you the assignment.	Talvez eles lhe dêem a tarefa.
274	492 · The Indigenous Interpreter®	492 · O Intérprete Indígena®
275	17Section	17Seção.
276	2	2
277	Simultaneous Interpreting in Health Care and Community Settings	Interpretação Simultânea em Contexto Hospitalar e Ambientes Comunitários
278	Learning Objective 17.2	Objetivo de Aprendizagem 17.2
279	Decide when, where and why to perform simultaneous interpreting in community settings.	Decidir quando, onde e por que realizar a interpretação simultânea em contextos comunitários.
280	Introduction	Introdução

281	The first decision to make about the simultaneous mode is when you should use it.	A primeira decisão a ser tomada sobre a interpretação simultânea é, quando ela deve ser usada.
282	The second decision is where you can use it.	A segunda decisão é, onde ela deve ser usada.
283	Finally, you should be sure you understand why you might have to use it.	Por fim, deve-se ter certeza de que se compreende por que talvez seja necessário usá-la.
284	This section explores how to make those decisions.	Esta seção irá explorar como tomar essas decisões.
285	It also shows you strategies for preparing for a simultaneous interpreting assignment.	e também, apresentará estratégias para se preparar para um trabalho de interpretação simultânea.
286	Decide when simultaneous mode is needed	Decidindo quando o modo simultâneo é necessário
287	Too many voices	Muitas vozes
288	Consecutive is the mode you will use most often in community settings.	Interpretação consecutiva é o modo que mais será usado nas configurações da comunidade,
289	Only one person speaks at a time.	onde apenas uma pessoa fala de cada vez.
290	For example, an income support specialist meets with her client to explain an application for food assistance (food stamps).	Por exemplo, uma especialista em auxílio financeiro se reúne com seu cliente para explicar um pedido de assistência alimentar (vale-refeição).
291	What happens if the interpreter uses simultaneous?	O que acontece se o intérprete usar a simultânea?
292	Which person does the client listen to—the social worker or the interpreter?	A qual pessoa o cliente ouve – o assistente social ou o intérprete?
293	Or both?	Ou ambos?
294	What information does the client miss?	Quais informações o cliente irá perder?
295	Even though simultaneous interpreting is faster than consecutive, simultaneous is not usually the best choice in community interpreting.	Embora a interpretação simultânea seja mais rápida que a consecutiva, a simultânea não costuma ser a melhor opção, na interpretação comunitária.
296	Helping the client and provider understand each other is more important than speed.	Ajudar o cliente e o provedor a se entenderem é mais importante do que a velocidade.
297	The Indigenous Interpreter® · 493	O Intérprete Indígena® · 493
298	Which Person Will the Client Listen To?	Qual pessoa o cliente ouvirá?
299	CLIENT	CLIENTE
300	INTERPRETER	INTÉRPRETE

301	SOCIAL WORKER	ASSISTENTE SOCIAL
302	Exceptions to the rule	Exceções à regra
303	Let's look at some examples of when it is better to use simultaneous than consecutive.	Vejamos alguns exemplos de quando é melhor usar a simultânea do que a consecutiva.
304	In all of these cases, simultaneous is the better choice for clear communication:	Em todos os casos abaixo, a simultânea é a melhor escolha para uma comunicação clara:
305	If two providers have a side conversation, use simultaneous to tell the client what is being said.	Se dois provedores tiverem uma conversa paralela, deve-se usar a simultânea para informar ao cliente o que está sendo dito.
306	If a mental health patient speaks too fast to interrupt, use simultaneous to keep up.	Se um paciente de saúde mental estiver falando rápido demais para interromper, deve-se usar a simultânea para acompanhar.
307	If a victim of trauma (such as rape, domestic violence or child abuse) is having a hard time telling her story, don't interrupt every few sentences.	Se uma vítima de trauma (como estupro, violência doméstica ou abuso infantil) está tendo dificuldade em contar sua história, não se deve interromper a cada poucas frases.
308	Switch to simultaneous.	O intérprete deve mudar para a simultânea
309	Try not to add to her stress.	e tentar não aumentar o estresse da vítima.
310	If a nurse is teaching new mothers how to diaper and feed their babies, use simultaneous.	Se uma enfermeira está ensinando as novas mães a trocar fraldas e alimentar seus bebês, a simultânea pode ser usada.
311	Simultaneous is better for presentations.	A interpretação simultânea é melhor para apresentações.
312	494 · The Indigenous Interpreter®	494 · O Intérprete Indígena®
313	Presentations/classes	Apresentações/aulas
314	Classes for parents (before surgery, for pregnancy, etc.)	Aulas para pais (antes da cirurgia, para gravidez, etc.)
315	School presentations	Apresentações escolares
316	Provider trainings	Treinamentos de profissionais
317	Many providers or family members	Muitos provedores ou membros da família
318	Medical appointments with multiple providers	Consultas médicas com vários prestadores de serviços
319	Parent-teacher conferences	Conferência de pais e professores
320	Side conversations	Conversas paralelas
321	Two providers talk about the patient.	Dois provedores falando sobre o paciente.

322	The client and a family member start talking.	Quando o cliente e um familiar começam a conversar.
323	Emergency situations	Situações de emergência
324	In the emergency department	Na sala de emergência
325	During police interactions	Durante as interações policiais
326	During conflict or crisis with clients	Durante conflito ou crise com clientes
327	Mental health	Saúde Mental
328	The patient speaks too fast to interpret consecutively.	Se o paciente fala rápido demais para interpretar consecutivamente.
329	The patient is not making sense.	Se a fala do paciente não está fazendo sentido.
330	The victim tells a traumatic story and shouldn't be interrupted.	Quando a vítima conta uma história traumática e não deve ser interrompida.
331	Drug and alcohol	Drogas e álcool
332	The patient is too intoxicated to pause and let the interpreter interpret.	O paciente está muito intoxicado para fazer uma pausa e deixar o profissional interpretar.
333	Lack of time	Falta de tempo
334	There is not enough time for consecutive.	Quando não há tempo suficiente para a consecutiva.
335	Simultaneous in Community Interpreting	Interpretação simultânea na Interpretação Comunitária
336	Strategies for saying no	Estratégias para dizer não
337	Simultaneous interpreting and sight translation are hard work, especially in indigenous languages.	A interpretação simultânea e a tradução à prima vista são trabalhosos, especialmente em línguas indígenas.
338	In Module 6 you practiced the "How to Say No" model to an inappropriate sight translation request.	No Módulo 6, você praticou o modelo "Como dizer não" para um pedido de tradução à prima vista inadequado.
339	You can use this technique when someone asks you to interpret in simultaneous mode.	É possível usar a mesma técnica quando alguém solicitar uma interpretação em modo simultâneo,
340	Give suggestions.	dando sugestões,
341	Help the provider find a better plan.	e ajudando o provedor a encontrar um plano mais adequado.
342	For example, you could:	Por exemplo, o intérprete pode:
343	Ask to do the session in consecutive.	Pedir para fazer a sessão em modo consecutivo.
344	Offer to summarize what is said.	Oferecer para resumir o que foi dito.
345	Withdraw from the session.	Retirar-se da sessão.
346	Try to find an interpreter who can perform simultaneous.	Tentar encontrar um intérprete que possa realizar a simultânea.

347	Remember, always put the indigenous person and provider's need to understand each other first.	É bom lembrar, a necessidade do indígena e do provedor de se entenderem, deve estar sempre em primeiro lugar.
348	Don't use simultaneous until you are ready.	O profissional não deve realizar a interpretação simultânea até que esteja pronto.
349	Instead, use the "How to Say No" model you learned in Module 6 to decline the assignment.	Em vez disso, pode fazer uso do modelo "Como dizer não" aprendido no Módulo 6, para recusar a tarefa.
350	The Indigenous Interpreter® · 495	O Intérprete Indígena® · 495
351	Review of Section 17.2	Revisão da Seção 17.2
352	Healthcare interpreters usually work in consecutive mode.	Os intérpretes de contexto hospitalar, geralmente trabalham em modo consecutivo,
353	It is the best mode for conversations.	pois é o melhor modo para interpretar conversas.
354	There are times, however, when simultaneous is needed, for example in:	Há momentos, no entanto, em que a simultânea é necessária, como por exemplo em:
355	Presentations or classes.	Apresentações ou aulas;
356	Meetings that include several providers or family members.	Reuniões que incluem vários provedores ou familiares;
357	Side conversations.	Conversas paralelas;
358	Rapid speech.	Oratórias rápidas;
359	Emergency situations.	Situações de emergência;
360	Out-of-control situations.	Situações fora de controle.
361	Use simultaneous when it is the best mode for clients and providers to understand each other.	A interpretação simultânea deve ser usada quando for esta for a melhor maneira para clientes e provedores se entenderem.
362	If you don't know how to work well in simultaneous mode, don't do it.	Se o profissional não souber como trabalhar bem no modo simultâneo, é melhor não fazê-lo.
363	496 · The Indigenous Interpreter®	496 · O Intérprete Indígena®
364	17Section	17Seção.
365	3	3
366	How to Practice Simultaneous Interpreting	Como praticar a interpretação simultânea
367	Learning Objective 17.3	Objetivo de Aprendizagem 17.3
368	Improve simultaneous interpreting skills through self-evaluation.	Aprimorar as competências de interpretação simultânea através da autoavaliação.
369	Introduction	Introdução

370	We've explored what simultaneous interpreting is and when and where to use it.	Depois de explorar o que é interpretação simultânea, quando e onde usá-la,
371	Now it's time to practice!	agora, vamos para a prática!
372	First, practice the elements of simultaneous interpreting.	A prática deve ser iniciada, primeiro, pelos elementos da interpretação simultânea.
373	Then put them all together and evaluate yourself.	Em seguida, o intérprete coloca-os todos juntos e avalia a si mesmo.
374	The practice elements to focus on are:	Os elementos de prática para focar são:
375	Shadowing and dual-tasking.	Acompanhamento e tarefa dupla
376	Chunking ideas.	Agrupamento de ideias
377	Speed paraphrasing.	Interpretação rápida
378	Module 1 showed you how to record yourself and listen to your consecutive interpreting.	No Módulo 1 foi apresentado como gravar a si mesmo e ouvir a própria interpretação consecutiva.
379	You can do the same with simultaneous.	O mesmo pode ser feito com a simultânea.
380	Self-recording lets you analyze your interpreting.	A auto-gravação permite que o intérprete analise a própria atuação
381	Then, when you know what you need to practice, you can set practice goals.	e quando souber o que precisa praticar, poderá definir metas de prática.
382	This section also helps you to prepare for simultaneous assignments.	Esta seção também ajudará a se preparar para tarefas simultâneas.
383	Self-evaluation for simultaneous interpreting	Autoavaliação para interpretação simultânea
384	Self-recording	Auto-gravação
385	First, record yourself.	Primeiro, o intérprete deve gravar sua interpretação,
386	It doesn't matter if you've never tried simultaneous interpreting before.	não importando se ele nunca tentou interpretação simultânea antes.
387	This recording gives you an idea of where your skill level is right now.	Esta gravação lhe dá uma ideia de onde seu nível de habilidade está no momento.
388	When you listen, you may be surprised at what you did well.	Ao ouvir, o intérprete pode se surpreender com sua atuação
389	You will also hear the ways you can improve.	e também, ouvirá as maneiras pelas quais pode melhorar.
390	Pick a short video or radio show interview, about two to three minutes.	Pode-se escolher um vídeo curto ou uma entrevista em um programa de rádio, de cerca de dois a três minutos,
391	It should be on a topic that you know about.	que seja sobre um tema conhecido.

392	It could be about exercise, gardening, cars, cooking or anything you know well	Pode ser sobre exercícios, jardinagem, carros, culinária ou qualquer tema que o intérprete conheça
393	The Indigenous Interpreter® · 497	O Intérprete Indígena ® ·497
394	enough to discuss.	bem o suficiente para discutir.
395	Next, follow the guidelines in Module 1 to record yourself using your smartphone, tablet or laptop.	Na sequência, é preciso seguir as orientações do Módulo 1 para gravar a si mesmo usando um smartphone, tablet ou laptop
396	Listen to your interpretation.	e em seguida, ouvir a própria interpretação
397	Notice the things you did well and also what didn't work well.	É importante observar as coisas que foram bem feitas e que não funcionou bem.
398	Use the table below to evaluate your performance.	Com ajuda da tabela abaixo, é possível avaliar o desempenho.
399	Delivery	Aplicação
400	(How did I sound?)	(Como eu soei?)
401	I sounded smooth.	Soei bem.
402	My expression and tone sounded similar to the speaker's.	Minha expressão e tom soaram semelhantes aos do orador.
403	I stopped and started a lot.	Parei e comecei várias vezes.
404	I used fillers (such as "uh," "mmm" or "eh") often.	Usei onomatopéias (como "uh", "hmmm" ou "eh") com frequência.
405	Other	Outros
406	Accuracy	Precisão
407	(Did I interpret everything?)	(Eu interpretei tudo?)
408	I interpreted everything correctly.	Interpretei tudo direitinho.
409	Sometimes I added things.	Às vezes, adicionei informações.
410	Sometimes I missed things.	Às vezes eu me perdi.
411	Sometimes I changed things.	Às vezes eu mudei informações.
412	Other	Outros
413	Language and grammar	Linguagem e gramática
414	I knew all the words and how to interpret them.	Eu conhecia todas as palavras e como interpretá-las.
415	Some ideas were hard to put into my indigenous language.	Algumas ideias foram difíceis de colocar em minha língua indígena.
416	I used correct grammar and terms.	Usei a gramática e os termos corretos.
417	Other	Outros
418	Now you have a baseline for your simultaneous interpreting.	A partir disso, tem-se uma linha de base para a interpretação simultânea.
419	This is your starting point.	Este é o ponto de partida.
420	Keep this first recording.	É bom guardar esta primeira gravação

421	Listen to it after you practice simultaneous for a while.	e ouvi-la depois de praticar a simultânea por um tempo.
422	You'll be amazed at how quickly you improve!	O intérprete se surpreenderá com a rapidez com que se aprimora!
423	Steps to simultaneous skills	Passos para melhorar as habilidades na interpretação simultânea
424	Community interpreters often say, "I could never do simultaneous.	Os intérpretes comunitários costumam dizer: "Eu jamais faria interpretação simultânea,
425	It's too hard."	Pois é muito difícil."
426	It's true that simultaneous mode can seem challenging.	É verdade que o modo simultâneo pode parecer desafiador,
427	But it is possible to learn it.	mas é possível aprender.
428	Once you do, you may surprise yourself by saying, "Oh, I wish I could do simultaneous for this assignment, it's easier than consecutive."	Depois de realizá-la, o intérprete dirá, surpreso: "Ah, eu gostaria de poder fazer a simultânea para esta tarefa, é mais fácil que a consecutiva".
429	Consecutive seems easier at first because you listen and then speak.	O modo consecutivo parece mais fácil no início porque primeiro se ouve e depois se fala,
430	But consecutive uses more short-term memory.	mas a consecutiva utiliza mais a memória de curto prazo.
431	You have to remember information for a longer time before you interpret.	É necessário lembrar as informações por mais tempo, antes de interpretar.
432	The main way that simultaneous is harder than consecutive is that you have to listen and speak at the same time.	A principal maneira pela qual a simultânea é mais difícil do que a consecutiva é que é preciso ouvir e falar ao mesmo tempo.
433	That's why simultaneous is an advanced skill.	É por isso que a interpretação simultânea é uma habilidade avançada.
434	After you become used to simultaneous interpreting, many interpreters find it easier because it uses up less short-term memory.	Depois de acostumar com a interpretação simultânea, muitos intérpretes acham mais fácil porque consome menos memória de curto prazo.
435	498 · The Indigenous Interpreter®	498 · O Intérprete Indígena®
436	Let's look at what you are doing during simultaneous:	Vejamos o que é feito durante a interpretação simultânea:
437	Simultaneous	Simultânea
438	Listen	Ouve
439	Deliver	Aplica
440	Understand	Entende
441	INTERPRETER	INTÉRPRETE
442	Analyze	Analisa

443	The interpreter does all four tasks at the same time.	O intérprete faz todas as quatro tarefas ao mesmo tempo.
444	Her brain switches back and forth rapidly between tasks.	Seu cérebro alterna rapidamente entre as tarefas.
445	The good news is that consecutive interpreting has these same four tasks: listen, understand, analyze and deliver.	A boa notícia é que a interpretação consecutiva tem essas mesmas quatro tarefas: ouvir, entender, analisar e aplicar.
446	When you practice consecutive, you are practicing each skill one at a time.	Quando se pratica a consecutiva, está-se praticando uma habilidade de cada vez,
447	You are developing the same skills you will need in simultaneous.	desenvolvendo as mesmas habilidades necessárias na simultânea.
448	In simultaneous, you have to do all four tasks as quickly as possible	Na simultânea, é preciso realizar todas as quatro tarefas, o mais rápido possível
449	while still producing accurate messages that make sense.	enquanto produz mensagens precisas que façam sentido.
450	You need to practice them first in consecutive before you can use them all at once in simultaneous.	Deve-se praticar primeiro no modo consecutivo antes de poder utilizar todas de uma vez na simultânea.
451	To get ready for simultaneous, you should practice:	Para se preparar para a simultânea, é indispensável praticar:
452	Shadowing and dual-tasking.	Acompanhamento e tarefa dupla
453	Chunking ideas.	Agrupamento de ideias
454	Speed paraphrasing.	Interpretação rápida
455	The Indigenous Interpreter® · 499	O Intérprete Indígena® · 499
456	Shadowing and dual-tasking	Acompanhamento e tarefa dupla
457	Many new interpreters in hospitals “shadow” or follow senior interpreters around as they interpret.	Muitos novos intérpretes em hospitais observam ou seguem intérpretes seniores enquanto interpretam.
458	This kind of shadow can be part of job training.	Esse tipo de observação pode fazer parte do treinamento profissional,
459	It is important and helpful.	pois é importante e útil.
460	However, it’s not what we mean when we say “shadowing” in this manual.	No entanto, não é isso que queremos dizer quando dizemos “acompanhamento” neste manual.
461	SPEAKER	FALANTE
462	Today we are going to teach you how to take care	Hoje vamos ensiná-lo a cuidar
463	of yourself after your surgery.	de si mesmo após a cirurgia.
464	INTERPRETER	INTÉRPRETE
465	Today we are going to teach you how to take care of yourself after your first surgery.	Hoje vamos ensiná-lo a cuidar de si mesmo após sua primeira cirurgia.

466	Here, “shadowing” means repeating what the speaker says at the same time in the same language.	Neste caso, “acompanhamento” significa repetir o que o falante diz ao mesmo tempo na mesma língua.
467	For example:	Por exemplo:
468	Shadowing helps your brain get used to doing two things at once: listening and talking.	O acompanhamento ajuda o cérebro a se acostumar a fazer duas coisas ao mesmo tempo: ouvir e falar.
469	It also helps you:	Também ajuda a:
470	Improve your pronunciation.	Melhorar a pronúncia.
471	Learn new terms and how to say them.	Aprender novos termos e como dizê-los.
472	Practice grammar and sentence structure.	Praticar a gramática e a estrutura de frases.
473	Warm up for interpreting simultaneously.	Serve de aquecimento para interpretar simultaneamente.
474	It’s easy to practice shadowing.	É fácil praticar o acompanhamento.
475	Do it while you watch TV or online videos, listen to the radio, or talk with friends.	É possível realizá-lo enquanto se assiste TV ou vídeos online, ouve rádio ou conversa com amigos
476	Simply repeat what the speaker says.	simplesmente repetindo o que o orador diz.
477	Try shadowing slow speakers and fast speakers.	Pode fazê-lo acompanhando oradores lentos e oradores rápidos,
478	Copy their tone and expression.	copiando seu tom e expressão,
479	Pay attention to anything that is hard to do, and practice that more.	prestando atenção a qualquer coisa que seja difícil de fazer e então praticando-a mais.
480	After shadowing a few times, try to do something else while you are shadowing.	Depois de treinar o acompanhamento algumas vezes, tente fazer outra coisa enquanto estiver acompanhando.
481	For example:	Por exemplo:
482	Write down numbers from 1 to 100.	Anotar os números de 1 a 100.
483	Write down numbers backward from 100 to 1.	Anotar os números de trás para frente de 100 a 1.
484	Write down numbers in patterns, such as 2, 4, 6, 8 or 5, 10, 15, 20.	Anotar os números em padrões, como 2, 4, 6, 8 ou 5, 10, 15, 20.
485	Write down your name, home address and telephone number several times.	Anotar seu nome, endereço residencial e número de telefone várias vezes.
486	500 · The Indigenous Interpreter®	500 · O Intérprete Indígena®
487	This technique is called “dual-tasking.”	Essa técnica é chamada de “tarefa dupla”.
488	You are shadowing and doing something else.	A realização de outra tarefa, enquanto está acompanhando.
489	Shadowing helps you listen and speak at the same time.	O acompanhamento ajuda você a ouvir e falar ao mesmo tempo.

490	When you dual-task, you listen, speak and have to think of numbers or words and write them down.	Quando se realiza duplas tarefas, ouve-se, fala-se ao mesmo tempo em que pensa-se em números ou palavras, anotando-os.
491	You are listening, thinking, talking and writing things down.	O intérprete está ouvindo, pensando, falando e anotando coisas.
492	That's hard brain work!	Isso é um trabalho mental difícil!
493	These exercises train your brain to handle many tasks at once.	Esses exercícios treinam o cérebro para lidar com muitas tarefas ao mesmo tempo,
494	They prepare you to interpret simultaneously.110	preparando-o você para interpretar simultaneamente.110
495	Chunking ideas	Agrupamento de ideias
496	You learned how to chunk ideas in Module 2.	Discutimos o agrupamento de ideias no Módulo 2.
497	Chunking helps you see the ideas in a sentence and how many there are.	Agrupá-las ajuda a ver as ideias em uma frase e quantas são.
498	Do you remember this example?	Relembrando um exemplo:
499	Example: I went shopping with my cousin.	Exemplo: Fui fazer compras com meu primo
500	In the vegetable section I slipped on a puddle of water and twisted my ankle.	e na seção de verduras, escorreguei em uma poça d'água e torci o tornozelo.
501	You can separate (chunk) this statement into four main ideas.	É possível separar (agrupar) esta declaração em quatro ideias principais.
502	Units of meaning: I went shopping with my cousin / In the vegetable section / I slipped on a puddle of water / and twisted my ankle.	Unidades de significado: Fui fazer compras com meu primo/ Na seção de verduras/ escorreguei em uma poça d'água / e torci o tornozelo.
503	For consecutive mode, chunking helps you to hold the main ideas in your short-term memory until you interpret.	No modo consecutivo, o agrupamento ajuda a manter as ideias principais na memória de curto prazo até que sejam interpretadas,
504	In simultaneous, chunking helps you decide when to start interpreting.	na simultânea, o agrupamento ajuda o intérprete a decidir quando começar a interpretar.
505	Try chunking, or identifying each idea, in these statements.	Vamos separar, ou identificar cada ideia, nas declarações abaixo:
506	NURSE	ENFERMEIRA
507	Hi, everyone.	Oi pessoal.
508	I'm Nurse Johnson.	Eu sou a enfermeira Johnson.
509	This is always a happy day.	Estamos felizes por estar aqui
510	We're here to teach you what you need to know so you can take your premature baby home.	para ensiná-los o que é preciso saber para levarem seu bebê prematuro para casa.

511	Since you are in this class, that means that your baby is gaining weight, learning to eat and healthy enough to be in an open crib.	Como vocês estão nesta classe, isso significa que seu bebê está ganhando peso, aprendendo a comer e está saudável o suficiente para ficar em um berço aberto.
512	110	110
513	These shadowing exercises were adapted from Exercises to Develop and Improve Simultaneous Interpreting Skills, California Judicial Council.	Esses exercícios de acompanhamento foram adaptados de Exercícios para Desenvolver e Aprimorar Habilidades de Interpretação Simultânea, Conselho Judicial da Califórnia.
514	Retrieved from http://www.courts.ca.gov/documents/improvesimulskills.pdf	Extraído de http://www.courts.ca.gov/documents/improvesimulskills.pdf
515	The Indigenous Interpreter® · 501	O Intérprete Indígena® · 501
516	Speed paraphrasing	Interpretação rápida
517	Word substitution and paraphrasing exercises were presented in Module 2.	Os exercícios de substituição de palavras e paráfrase foram apresentados no Módulo 2,
518	You interpret meaning, not words.	em que o significado é interpretado, não as palavras,
519	When you hear a	Quando ouvimos uma
520	statement, analyze what it means.	declaração, analisamos o que ela significa.
521	Do not attempt to memorize every word.	Não devemos tentar memorizar cada palavra.
522	In simultaneous, you have to analyze meaning much faster.	Na simultânea, temos que analisar o significado com mais rapidez.
523	Practice the way a runner does.	É importante praticar como um corredor.
524	Whenever you have a few minutes, try this exercise.	Sempre que tiver alguns minutos, podemos tentar o seguinte exercício:
525	Listen to a short statement.	Ouvir uma breve declaração
526	First find three different ways to say the same thing as quickly as you can in English.	e tentar encontrar, em primeiro lugar, três maneiras diferentes de dizer a mesma coisa o mais rápido possível na nossa língua.
527	Then do the same thing into your indigenous language.	Em seguida, fazer a mesma coisa na língua que será interpretada.
528	Your baby has a fever.	Seu bebê está com febre.
529	Your child has a temperature.	Seu filho(a) está febril.
530	Your son/daughter is hot.	Seu filho(a) está fervendo.
531	Your infant is running a temperature.	Seu bebê está com a temperatura alta.
532	Mrs. Garcia,	Sra. Garcia,

533	I have good news and bad news for you.	Tenho boas e más notícias para você.
534	Mrs. Garcia, I have something good and something bad to say.	Sra. Garcia, tenho algo bom e algo ruim a dizer.
535	Mrs. Garcia, there is positive news and negative news I want to share.	Sra. Garcia, há notícias positivas e negativas que quero compartilhar.
536	Mrs. Garcia, I need to tell you the good and the bad.	Sra. Garcia, preciso lhe contar algo bom e algo ruim.
537	It is important to say the three alternatives out loud.	É importante dizer as três alternativas em voz alta,
538	Don't just think them in your head or write them down.	não apenas pensar na mente ou escrevê-las.
539	You are training your brain and mouth to find alternatives quickly.	Isso treina o cérebro e a boca para encontrar alternativas, rapidamente.
540	Now practice this exercise over and over, as fast as you can.	Esse exercício tem que ser praticado repetidamente, o mais rápido que puder.
541	502 · The Indigenous Interpreter®	502 · O Intérprete Indígena®
542	Preparing for a simultaneous assignment	Preparando-se para uma tarefa simultânea
543	Get all documents ahead of time	Obter todos os documentos com antecedência
544	Getting the documents you need is critical for simultaneous.	Obter os documentos necessários é fundamental para a interpretação simultânea.
545	Insist on getting any slides, handouts, agendas and other documents before the assignment.	Deve-se insistir na obtenção de todos os slides, folhetos, agendas e outros documentos antes da tarefa
546	Use them to prepare your glossary, research the topic online and practice unfamiliar terms.	e utiliza-los para preparação do glossário, pesquisar o tópico online e praticar termos desconhecidos.
547	You can't interpret what you can't hear.	Não dá para interpretar o que não se pode ouvir,
548	This idea seems obvious.	essa ideia parece óbvia.
549	Yet you will have to fight to hear clearly, especially for simultaneous assignments.	No entanto, é preciso se esforçar para ouvir claramente, especialmente para as tarefas simultâneas.
550	In simultaneous, you have to hear the speaker over your own voice (except for sign language in most cases).	Na interpretação simultânea, o intérprete tem que ouvir o orador acima da própria voz (exceto para linguagem de sinais na maioria dos casos).
551	In community and legal settings this is usually hard.	Em ambientes comunitários e jurídicos, isso geralmente é difícil,
552	Speakers often don't use microphones.	pois os oradores geralmente não usam microfones.

553	Untrained interpreters try to just “get by.”	Intérpretes não treinados tentam apenas “se virar”,
554	They lower their voice and strain to hear.	abaixando a voz e se esforçando para ouvir.
555	As a professional interpreter, it is your job to advocate for what you need.	O profissional da interpretação deve defender o que precisa.
556	Interrupt the session and ask people to speak louder.	Interromper a sessão e pedir às pessoas que falem mais alto, é uma opção.
557	You are there to communicate.	O intérprete está lá para se comunicar.
558	If you can't hear what is said, the people you interpret for won't!	Se não consegue ouvir o que é dito, as pessoas para quem ele interpreta, não comparecerão!
559	Ask for a partner	Peça um parceiro de trabalho
560	If the assignment is longer than 45 minutes, you'll need a partner.	Se a tarefa durar mais de 45 minutos, o intérprete precisará de um parceiro.
561	After 30 minutes or so, your brain needs a	Após 30 minutos ou mais, o cérebro precisa de uma
562	break.	pausa.
563	If you keep interpreting, research shows you'll start to make big mistakes (Moser-Mercer, Künzli & Korac, 1998,	Se o intérprete continuar interpretando, pesquisas apontam que ele começará a cometer grandes erros (Moser-Mercer, Künzli & Korac, 1998,
564	p. 48).	p. 48).
565	If a partner is not available, work with the speaker to give you a 10-minute break every 30 to 40 minutes.	Se não houver disponibilidade de um parceiro, deve-se acertar com o orador para que façam intervalos de 10 minutos a cada 30 a 40 minutos.
566	If the assignment is longer than two hours, consider saying no.	Se a tarefa for superior a duas horas, o intérprete deve considerar dizer não.
567	Search online for video and	Pesquise online por arquivos de vídeo
568	audio files	e áudio
569	One of the best ways to prepare for a simultaneous assignment is to practice.	Uma das melhores maneiras de se preparar para uma tarefa simultânea é praticar.
570	Search online for videos and podcasts on the main topic.	Pode ser feito uma pesquisa online por vídeos e podcasts sobre o tema principal.
571	Sometimes speakers have online videos of their talks.	Às vezes, os palestrantes têm vídeos on-line de suas palestras.
572	Practice interpreting to them.	Praticar a interpretação desses material
573	It is much easier to learn terminology by using and interpreting it than memorizing glossary terms.	ajuda mais no aprendizado da terminologia usando-a e interpretando-a, do que memorizando termos de glossário.
574	The Indigenous Interpreter® · 503	O Intérprete Indígena ® · 503
575	Ask about the room and the sound	Pergunte sobre a sala e o som

576	For simultaneous interpreting, the room and the sound conditions are key.	Para a interpretação simultânea, a sala e as condições de som são fundamentais,
577	Ask the provider what kind of room you'll interpret in.	por isso é importante perguntar ao provedor em que tipo de sala o profissional interpretará,
578	Plan where to sit or stand to interpret.	e planejar onde sentar ou ficar de pé para interpretar.
579	Sound is often the biggest challenge.	O som é muitas vezes o maior desafio.
580	If possible, ask to have a microphone for the speaker.	Se possível, deve-se requisitar por um microfone para o orador.
581	If that is not possible, let the speaker know you may raise your hand or interrupt to ask him or her to speak louder.	Se isso não for possível, é interessante avisar ao orador que o intérprete pode levantar a mão ou interromper para pedir que ele fale mais alto.
582	Review of Section 17.3	Revisão da Seção 17.3
583	In some ways, simultaneous is easier to practice than consecutive.	De certa forma, a interpretação simultânea é mais fácil de praticar do que a consecutiva.
584	You only need yourself and a way to record your interpreting.	Só é preciso o intérprete e uma maneira de gravar sua própria interpretação.
585	There are many online videos and audio recordings, even for indigenous languages.	Existem muitos vídeos online e gravações de áudio, mesmo para línguas indígenas.
586	It is simple to record yourself and listen.	É simples gravar a si mesmo e ouvir.
587	This section gave you just a few of the many exercises that can help you improve your simultaneous skills.	Esta seção forneceu apenas alguns dos muitos exercícios que podem ajudar a melhorar as habilidades simultâneas do intérprete.
588	The three tasks this section focused on for practice were:	As três tarefas que esta seção focou para a prática foram:
589	Shadowing and dual-tasking.	Acompanhamento e tarefa dupla
590	Chunking ideas.	Agrupamento de ideias
591	Speed paraphrasing.	Interpretação rápida
592	Finally, this section gave you strategies for preparing for a simultaneous assignment.	Por fim, esta sessão forneceu estratégias para se preparar para uma tarefa simultânea.
593	There are differences between consecutive and simultaneous sessions.	Existem diferenças entre sessões consecutivas e simultâneas.
594	It is important to be prepared by:	É importante estar preparado para:
595	Asking for all documents ahead of time.	Solicitar todos os documentos com antecedência.

596	Asking for a partner if the assignment is longer than 45 minutes.	Solicitar um parceiro se a tarefa for superior a 45 minutos.
597	Practicing with online videos and audio recordings.	Praticar com vídeos online e gravações de áudio.
598	Knowing what kind of room and sound conditions you will have.	Saber que tipo de ambiente e condições de som serão disponibilizados.
599	504 · The Indigenous Interpreter®	504 · O Intérprete Indígena®
600	Review of Module 17: Introduction to Simultaneous Interpreting	Revisão do Módulo 17: Introdução à Interpretação Simultânea
601	This module gave you a brief introduction to simultaneous interpreting.	Este módulo apresentou uma breve introdução à interpretação simultânea.
602	Section 17.1 showed you how simultaneous interpreting works.	A seção 17.1 mostrou como funciona a interpretação simultânea,
603	It is often done with the help of equipment, usually portable equipment.	que muitas vezes é feita com a ajuda de equipamentos, geralmente equipamentos portáteis.
604	Most community interpreters don't have equipment.	A maioria dos intérpretes comunitários não tem equipamento e
605	Instead, they perform whispered simultaneous (which is not whispered but	em vez disso, executam a interpretação sussurrada (que não é sussurrada, mas
606	spoken in a quiet voice), also called chuchotage.	falado em voz baixa), também chamado de chuchotage.
607	Simultaneous can be challenging for indigenous interpreters.	A interpretação simultânea pode ser desafiadora para os intérpretes indígenas.
608	You need strong language proficiency, knowledge of the topic and practice.	É necessário sólida proficiência no idioma, conhecimento do tópico e prática.
609	Until you are skilled at it, either say no to such assignments or ask if you can interpret consecutively.	Até que o intérprete tenha adquirido habilidade, deve rejeitar essas atribuições ou perguntar se pode realizar a interpretação consecutiva.
610	Section 17.2 showed that although consecutive is the main mode for community and medical interpreting, simultaneous may be needed for:	A seção 17.2 mostrou que, embora a consecutiva seja o principal modo de interpretação médica e comunitária, a simultânea pode ser necessária para:
611	Presentations or classes.	Apresentações ou aulas;
612	Meetings that include several providers or family members.	Reuniões que incluem vários provedores ou familiares;
613	Side conversations.	Conversas paralelas;
614	Rapid speech.	Oratórias rápidas;
615	Emergency situations.	Situações de emergência;
616	Out-of-control situations.	Situações fora de controle.

617	Section 17.3 gave you strategies for simultaneous.	A Seção 17.3 apresentou estratégias para a interpretação simultânea,
618	First, practice shadowing and dual-tasking, chunking ideas and speed paraphrasing.	primeiro, praticando o acompanhamento e a tarefa dupla, agrupando ideias e interpretando rapidamente.
619	Then put your new skills together by practicing interpreting with online videos and audio recordings.	Em seguida, é importante juntar as novas habilidades, praticando a interpretação com vídeos online e gravações de áudio.
620	Evaluate your own recordings.	Deve-se avaliar as próprias gravações
621	Prepare well for simultaneous assignment.	e preparar-se bem para as tarefas simultâneas.
622	Get all the documents you need, work with the client to have good sound conditions and work in a team if possible.	É necessário requisitar todos os documentos necessários, trabalhando com o cliente para ter boas condições de som e, trabalhando em equipe, se possível.
623	The Indigenous Interpreter® · 505	O Intérprete Indígena®. 505

MÓDULO 19

Nº	TEXTO-FONTE	TEXTO-ALVO
1	19	19
2	Module	Módulo
3	Trauma and Interpreter Self-care	Trauma e Autocuidado do Intérprete
4	Learning Objectives	Objetivos de Aprendizagem
5	After completing this module, you'll be able to:	Após concluir este módulo, o(a) aluno(a) será capaz de:
6	Learning Objective 19.1	Objetivo de Aprendizagem 19.1
7	Explore the impact of stress and trauma on interpreters.	Explorar o impacto do estresse e trauma em intérpretes.

8	Learning Objective 19.2	Objetivo de Aprendizagem 19.2
9	Practice self-care before, during and after interpreting.	Praticar autocuidado antes, durante e depois da interpretação.
10	Learning Objective 19.3	Objetivo de Aprendizagem 19.3
11	Write a self-care plan.	Elaborar um plano de autocuidado.
12	536 · The Indigenous Interpreter®	536 · O Intérprete Indígena ®
13	Overview	Visão Geral
14	Healthcare and other community interpreters work in stressful environments.	Intérpretes em contexto hospitalar e outras áreas da interpretação comunitária trabalham em ambientes estressantes,
15	They interpret for those who are sick, in pain or in need of basic services.	pois interpretam para quem está doente, com dor ou precisando de serviços básicos.
16	Self-care is an important skill for professional interpreters.	O autocuidado é uma habilidade importante para intérpretes profissionais.
17	Interpreters need realistic and specific strategies for managing the stress and trauma they experience at work.	São necessárias estratégias realistas e específicas para gerenciar o estresse e o trauma que vivenciam no trabalho.
18	The first section of this module defines and identifies the differences between stress, trauma and secondary trauma.	A primeira seção deste módulo define e identifica as diferenças entre estresse, trauma e trauma secundário,
19	It introduces the concept of self-care.	e introduz o conceito de autocuidado.
20	The second section offers short-term self-	A segunda seção oferece estratégias de autocuidado de curto prazo
21	care strategies for interpreters to use before, during and after an interpreting assignment.	para os intérpretes usarem antes, durante e depois de um trabalho de interpretação.
22	The third section focuses on how to write a self-care plan.	A terceira seção se concentra em como escrever um plano de autocuidado.
23	This module is based on a pioneering work, Breaking Silence: Interpreting for Victim Services (Bancroft et al., 2016a).113	Este módulo é baseado em um trabalho pioneiro, Breaking Silence: Interpreting for Victim Services (Bancroft et al., 2016a).113

24	113 To download a copy of this free training manual, workbook and glossary, go to http://ayuda.com/get-help/language-services/resources/	113 Para baixar uma cópia deste manual de treinamento gratuito, pasta de trabalho e glossário, acesse http://ayuda.com/get-help/language-services/resources/
25	The Indigenous Interpreter® · 537	O Intérprete Indígena® · 537
26	19Section	19Seção.
27	1	1
28	Stress and Trauma	Estresse e Trauma
29	Learning Objective 19.1	Objetivo de Aprendizagem 19.1
30	Explore the impact of stress and trauma on interpreters.	Explorar o impacto do estresse e trauma em intérpretes.
31	Introduction	Introdução
32	This section defines stress, trauma and secondary trauma, which is also called vicarious trauma.	Esta seção define estresse, trauma e trauma secundário, que também é chamado de trauma vicário.
33	You will explore stressful and traumatic experiences that often occur in health care and community services.	Exploraremos experiências estressantes e traumáticas que geralmente ocorrem nos serviços de saúde e comunitários.
34	The stress and trauma that interpreters experience at work can affect them deeply.	O estresse e o trauma que os intérpretes vivenciam no trabalho podem afetá-los profundamente.
35	Interpreters need to understand what stress and trauma are and how they affect other people and themselves.	É necessário que entendam o que são estresse e trauma e como eles afetam outras pessoas e a si mesmos.
36	For example, if you interpret for a mother whose baby has just died or a victim of sexual assault, that session will probably affect you.	Por exemplo, se o profissional interpreta para uma mãe cujo bebê acabou de morrer ou foi vítima de agressão sexual, essa sessão provavelmente o afetará.
37	These are emotionally difficult experiences for the mother, the victim and for you.	Estas são experiências emocionalmente difíceis para a mãe, para a vítima e para o intérprete.
38	Doctors, therapists and many other providers receive training on how to	Médicos, terapeutas e vários outros profissionais recebem treinamento sobre

	take care of themselves after emotionally intense sessions.	como cuidar de si mesmos após sessões emocionalmente intensas.
39	Interpreters need this training too.	Os intérpretes também precisam desse treinamento.
40	Stress and trauma	Estresse e trauma
41	This topic is of critical importance for interpreters.	Este tópico é de suma importância para os intérpretes.
42	Every community and legal interpreter encounters stress, and almost every one of them has experienced trauma while interpreting.	Todo o intérprete, comunitário e jurídico, se estressa, e quase todos já sofreram traumas ao interpretar.
43	Yet even the difference between stress and vicarious trauma is not clear to most interpreters.	Ainda assim, a diferença entre estresse e trauma indireto não é clara para a maioria dos intérpretes.
44	Bancroft et al. (2016a), p. 70	Bancroft et al. (2016a), p. 70
45	Interpreting is a “helping profession.”	Interpretar é uma “profissão de ajuda”.
46	In other words, like nurses, teachers and social workers, interpreters do work that helps other people.	Em outras palavras, como enfermeiros, professores e assistentes sociais, os intérpretes fazem um trabalho de auxílio à outras pessoas.
47	Community interpreters provide a special service to	Os intérpretes comunitários prestam um serviço especial às
48	people in need.	pessoas necessitadas.
49	They help immigrants and the Deaf get health care, education and social and legal services.	Eles ajudam os imigrantes e os surdos a obterem cuidados de saúde, educação, serviços sociais e jurídicos
50	They often work during stressful and difficult times.	e, geralmente, trabalham em momentos estressantes e difíceis.
51	The stress and trauma that patients and clients experience can also affect them.	O estresse e o trauma que pacientes e clientes experimentam também pode afetá-los.
52	538 · The Indigenous Interpreter®	538 · O Intérprete Indígena®
53	Stress	Estress

54	Stress can be defined as “a state of mental or emotional strain	O estresse pode ser definido como “um estado de tensão mental ou emocional
55	or tension resulting from adverse [negative] or demanding circumstances.” ¹¹⁴ It is a normal part of life.	resultante de circunstâncias adversas [negativas] ou exigentes”. ¹¹⁴ É uma parte normal da vida.
56	When we feel stress, it affects us physically, emotionally and mentally.	Quando sentimos estresse, isso nos afeta física, mental e emocionalmente.
57	Our bodies respond.	Nosso corpo responde,
58	Our hearts beat harder.	nosso coração bate mais forte,
59	We can get short of breath.	podemos ficar sem fôlego
60	Our stomach muscles may tighten.	e o estômago pode embrulhar.
61	Emotionally, we may feel anxious or scared.	Emocionalmente, podemos nos sentir ansiosos ou com medo,
62	We might get angry and frustrated.	sentir raiva e frustração,
63	Mentally, our thoughts might race.	Mentalmente, nossos pensamentos podem correr,
64	Sometimes it feels hard to focus.	sendo difícil, as vezes, se concentrar.
65	Other times, we can think only about our problems.	Em outro momento, podemos pensar apenas em nossos problemas.
66	For example, imagine you are driving to work.	Por exemplo, imagine que uma pessoa está dirigindo para o trabalho
67	You have an important interpreting assignment right at the beginning of the day.	e tem uma importante tarefa de interpretação logo no início do dia.
68	You know that a team of doctors will meet with a patient to discuss a big surgery.	Ele está ciente de que que uma equipe de médicos se reunirá com um paciente para discutir uma grande cirurgia.
69	The patient is taking the morning off from work.	O paciente está tirando a manhã de folga do trabalho.
70	Suddenly, traffic slows down.	De repente, o trânsito fica mais lento,
71	You can see an accident ahead.	e o intérprete avista um acidente à frente,
72	You are stuck on the highway.	ficando preso no trânsito.
73	You’re going to be late.	Ele percebe que vai se atrasar.

74	Your heart starts beating fast.	Seu coração começa a bater acelerado,
75	You	ele começa
76	sweat.	a suar
77	Your hands shake.	e suas mãos tremem.
78	You feel scared and worried.	Ele se sente assustado e preocupado,
79	The medical team is going to be angry.	pois a equipe médica vai ficar brava.
80	Why didn't you leave 15 minutes earlier?	Por que não saiu 15 minutos antes?
81	Why did you take this highway?	Por que pegou esta via?
82	You get angry at the cars around you.	E fica ressentido fica com os carros ao seu redor.
83	You are stressed.	O intérprete está estressado.
84	Stress: In a medical or biological context stress is a physical, mental, or emotional factor that causes bodily or mental tension.	Estresse: Em um contexto médico ou biológico, o estresse é um fator físico, mental ou emocional que causa tensão corporal ou mental.
85	Stresses can be external (from the environment, psychological, or social situations) or internal (illness, or from a medical procedure).	As situações de estresse podem ser externas (do ambiente, de situações psicológicas ou sociais) ou internas (doença ou de um procedimento médico).
86	Stress can initiate the "fight or flight" response. ¹¹⁷	O estresse pode iniciar uma resposta de "luta ou fuga". ¹¹⁷
87	Stress can be good or bad.	O estresse pode ser bom ou ruim.
88	Often, how it affects us depends on how we react.	Geralmente, ele nos afeta dependendo de como reagimos.
89	Some kinds of stress can make us want to work harder to solve problems.	Alguns tipos de estresse podem nos fazer querer trabalhar mais para resolver problemas.
90	Other times, we might freeze and not know what to do.	Outras vezes, isso pode nos paralisar e não sabemos o que fazer.
91	Stress can make our minds less clear.	O estresse pode deixar nossas mentes menos claras,
92	It can be hard to make decisions.	e tornar mais difíceis, as decisões.
93	Everyone responds to stress	Cada um responde ao estresse de forma

94	differently.	diferente.
95	As an interpreter, how do you react to stress?	Como um intérprete deve reagir ao estresse?
96	What do you do to handle your stress?	O que fazer para lidar com ele?
97	Oxford Living Dictionaries.	Dicionário Oxford Living.
98	Retrieved from https://en.oxforddictionaries.com/definition/stress	Extraído de https://en.oxforddictionaries.com/definicao/
99	Retrieved from https://www.medicinenet.com/script/main/art.asp?articlekey=20104	Estraído de https://www.medicinenet.com/script/main/art.asp?articlekey=20104
100	The Indigenous Interpreter® · 539	O Intérprete Indígena® · 539
101	Trauma	Trauma
102	Trauma is more serious than normal everyday stress.	O trauma é mais sério do que o estresse diário normal.
103	Trauma can be	O trauma pode ser
104	defined as:	definido como:
105	An emotional response to a terrible event like an accident, rape or natural disaster.	Uma resposta emocional a um evento terrível como um acidente, estupro ou desastre natural.
106	Immediately after the event, shock and denial are typical.	Imediatamente após o evento, o choque e a negação são típicos.
107	Longer-term reactions include unpredictable emotions, flashbacks, strained relationships and even physical symptoms like headaches or nausea.	Reações de longo prazo incluem emoções imprevisíveis, flashbacks, relacionamentos tensos e até mesmo sintomas físicos como dores de cabeça ou náuseas.
108	While these feelings are normal, some people have difficulty moving on with their lives.	Embora esses sentimentos sejam normais, algumas pessoas têm dificuldade em seguir em frente com suas vidas.
109	Psychologists	Os psicólogos

110	can help these individuals find constructive ways of managing their emotions.	podem ajudar esses indivíduos a encontrar maneiras construtivas de gerenciar suas emoções.
111	American Psychological Association116	Associação Americana de Psicologia116
112	What causes trauma?	O que causa o trauma?
113	Individual trauma results from an event, series of events, or set of circumstances that is experienced by an individual as physically or emotionally harmful or	O trauma individual resulta de um evento, série de eventos ou conjunto de circunstâncias que é vivenciado por um indivíduo como física ou emocionalmente prejudicial ou
114	threatening and that has lasting adverse [negative] effects on the individual's functioning and physical, social,	ameaçador e que tem efeitos adversos (negativos) duradouros sobre o comportamento do indivíduo e seu bem-estar físico, social,
115	emotional or spiritual well-being.	emocional ou espiritual.
116	U.S. Substance Abuse and Mental Health Services	Serviços de Saúde Mental e Abuso de Substâncias dos EUA
117	Administration (SAMHSA)117	Administração (SAMHSA) 117
118	Stress is something we experience every day.	O estresse é algo comum que experimentamos todos os dias.
119	A crying baby can cause stress.	Um bebê chorando pode causar estresse,
120	Worry about money or health is stressful.	se preocupar com dinheiro ou saúde é estressante.
121	But trauma is more than simple stress.	Mas o trauma é mais do que o simples estresse.
122	Trauma is the result of a strong, harmful experience (or many).	O trauma é o resultado de uma, ou muitas experiências fortes e prejudiciais,
123	Trauma can affect you all your life.	Que podem afetar um indivíduo por toda a sua vida.
124	Often it can be hard to recover from a traumatic experience.	Muitas vezes pode ser difícil se recuperar de uma experiência traumática.
125	Trauma can be experienced by one person, for example, after being in a	O trauma pode ser vivenciado por uma pessoa, por exemplo, após sofrer um

	car crash, losing a close family member or getting robbed.	acidente de carro, perder um familiar próximo ou ser assaltado.
126	Trauma can also affect a group.	O trauma também pode afetar um grupo.
127	For example, war and natural disasters such as earthquakes are big events that can traumatize large groups of people.	Por exemplo, guerras e desastres naturais como terremotos são grandes eventos que podem traumatizar grandes grupos de pessoas.
128	Many villages and communities of indigenous peoples have seen their entire communities traumatized by massacres and other violence against them.	Muitas aldeias e comunidades de povos indígenas viram suas comunidades inteiras traumatizadas por sofrerem massacres e outras violências contra eles.
129	Retrieved from http://www.apa.org/topics/trauma/	Extraído de http://www.apa.org/topics/trauma/
130	Retrieved from http://www.samhsa.gov/traumajustice/traumadefinition/definition.aspx	Extraído de http://www.samhsa.gov/traumajustice/traumadefinition/definicao.aspx
131	540 · The Indigenous Interpreter®	540 · O Intérprete Indígena®
132	Secondary trauma	Trauma secundário
133	Interpreters experience trauma in their own lives.	Intérpretes vivenciam traumas em suas próprias vidas.
134	They experience the trauma of clients and patients.	Eles vivenciam o trauma de clientes e pacientes.
135	When you are exposed to other people's traumas and problems, especially for a long time, you can develop secondary trauma (also called vicarious trauma).	Quando se está exposto aos traumas e problemas de outras pessoas, especialmente por um longo período de tempo, pode-se desenvolver um trauma secundário (também chamado de trauma vicário).
136	Healthcare and community interpreters often experience secondary trauma because they interpret for painful stories, such as a child dying, a man	Os intérpretes de saúde e comunitários, geralmente, sofrem traumas secundários porque interpretam histórias dolorosas, como uma criança morrendo, um homem

	losing an arm in surgery or a woman who was raped.	perdendo um braço em uma cirurgia ou uma mulher que foi estuprada.
137	Interpreters are at risk for harm from trauma.	Os intérpretes correm o risco de sofrer danos por trauma,
138	There are many reasons.	por muitas razões.
139	Remember, while interpreting, you have to:	Ao interpretar, o profissional deve lembrar-se de:
140	Interpret everything, including painful experiences, curse words and shocking stories.	Interpretar tudo, incluindo experiências dolorosas, palavrões e histórias chocantes;
141	Interpret the names of private body parts and words for sex and violence.	Interpretar os nomes de partes íntimas do corpo e as palavras para sexo e violência;
142	Manage your emotional response if you have had similar experiences yourself (such as rape, abuse or losing a close family member).	Gerenciar sua resposta emocional se o próprio intérprete teve experiências semelhantes (como estupro, abuso ou perda de um familiar próximo);
143	Manage your feelings and body reactions.	Gerenciar seus sentimentos e reações corporais;
144	Interpreters Experience Stress and Trauma at Work	Intérpretes experimentam estresse e trauma no trabalho
145	INTERPRETER	INTÉRPRETE
146	Lack of support Interpreters need more support and	Falta de apoio Intérpretes precisam de mais apoio e
147	training on how to manage stress and trauma.	treinamento sobre como lidar com o estresse e o trauma.
148	Personal stress and trauma Interpreters have	Estresse pessoal e trauma Intérpretes precisam
149	to control their emotional reactions while they interpret.	controlar suas reações emocionais enquanto interpretam.
150	Stories of pain Interpreters are part of stressful and	Histórias de dor Intérpretes fazem parte de sessões estressantes e
151	traumatic sessions.	traumáticas.
152	Being the voice of trauma	Sendo a voz do trauma

153	Interpreters have to tell patient and client stories of trauma as if they were their own.	Intérpretes têm que contar histórias de trauma de pacientes e clientes como se fossem suas.
154	Manage stress in your own life (such as overwork, raising children or losing a spouse) when you also interpret for patients or clients with trauma.	Gerenciar o estresse em sua própria vida (como excesso de trabalho, criação de filhos ou perda de cônjuge) quando o profissional também interpreta para pacientes ou clientes com trauma.
155	The Indigenous Interpreter® · 541	O Intérprete Indígena ® · 541
156	Processing trauma	Processando os traumas
157	Doctors, social workers, nurses and therapists are also exposed to trauma.	Médicos, assistentes sociais, enfermeiros e terapeutas também estão expostos a traumas.
158	When they are in training, they learn how to deal with	Quando estão em treinamento, aprendem a lidar com
159	trauma so it does not harm them.	o trauma para não serem prejudicados.
160	The interpreting profession is just beginning to study how trauma affects interpreters.	A profissão de intérprete está apenas começando a estudar como o trauma afeta os profissionais da área.
161	Interpreters may be even more affected by trauma than other providers because they do not only hear a story: They are also the voice of trauma.	Os intérpretes podem ser ainda mais afetados pelo trauma do que outros provedores, porque eles não apenas ouvem uma história: eles também são a voz do trauma.
162	Consecutive Interpreting and Trauma	Interpretação Consecutiva e Trauma
163	Interpreters process what speakers say FOUR times.	Os intérpretes processam o que os falantes dizem QUATRO vezes.
164	They can be more affected by stress and trauma than providers.	Eles podem ser mais afetados pelo estresse e trauma do que os outros profissionais envolvidos.
165	PATIENT	PACIENTE
166	I don't	Eu não entendo
167	There are understand	Existem
168	treatments we	tratamentos que

169	what cancer is.	o que é cancer.
170	can try, but I Will I get	podemos tentar, mas
171	can't promise better?	mas não posso prometer
172	Can it	Vou melhorar? Pode
173	you the cancer	que o cancer
174	be treated?	ser tratado?
175	will be cured.	será curado.
176	DOCTOR	DOUTOR
177	1. Listen to the message.	1. Ouça a mensagem.
178	2. Understand and analyze the message.	2. Compreenda e analise a mensagem.
179	4. Deliver the message in another language.	4. Entregue a mensagem no outro idioma.
180	3. Convert the message to the other language.	3. Converta a mensagem para outro idioma.
181	INTERPRETER	INTÉRPRETE
182	When you interpret trauma stories, your brain goes through four steps.	Quando se interpreta histórias de trauma, o cérebro passa por quatro etapas.
183	First you hear the story.	Primeiro ouve-se a história,
184	Then you think about what the story means.	para depois pensar sobre o que a história significa.
185	Then you convert the words to put that story into the other language.	Então, converte-se as palavras para colocar essa história no outro idioma.
186	Finally, you think of the story for a fourth time when you deliver the message.	E por fim, o intérprete pensa na história pela quarta vez quando entrega a mensagem.
187	542 · The Indigenous Interpreter®	542 · O Intérprete Indígena®
188	When you interpret consecutively, you process the trauma four times.	Quando se interpreta consecutivamente, o trauma é processado quatro vezes.
189	It can be hard for interpreters to “let go” of what they interpret.	Pode ser difícil, para os intérpretes, esquecer o que eles interpretam.
190	Some images and stories can stay with you a long time.	Algumas imagens e histórias podem ficar marcadas por muito tempo.

191	Also, you interpret in first person.	Além disso, por interpretar em primeira pessoa,
192	Direct speech can make you feel as if the trauma is happening to you.	o discurso direto pode fazer o intérprete sentir como se o trauma estivesse acontecendo com ele.
193	Your brain plays a trick on you.	O cérebro lhe prega uma peça
194	When you leave the session, you might cry or want to shout.	e ao sair da sessão, ele pode querer chorar ou gritar,
195	You feel some of the pain.	compartilhei pouco da dor.
196	Stress vs. secondary trauma	Estresse vs. trauma secundário
197	Job stress	Estresse no trabalho
198	Vicarious trauma	Trauma vicário
199	Immediate response (during the session)	Resposta imediata (durante a sessão)
200	Irritation	Irritação
201	Dizziness/	Tontura/
202	lightheadedness	vertigens
203	Impatience	Impaciência
204	Nausea	Náusea
205	Feeling “fed up”	Sentindo-se “farto”
206	Heart pounding	Coração disparado
207	Fantasies of revenge	Fantasias de vingança
208	Distress or sadness	Angústia ou tristeza
209	Anger	Raiva
210	“Spacing out”	Afastamento
211	Frustration	Frustração
212	Inability to continue	Incapacidade de continuar
213	Short-term response (right after the session)	Resposta de curto prazo (logo após a sessão)
214	Taking it out on colleagues	Descarregar nos colegas
215	Shaken or shaking	Agitação ou tremedeira
216	Venting to friends/	Desabafo com amigos/
217	family	família

218	Confusion	Confusão
219	Problem solving	Solução de problemas
220	Emotional numbness	Entorpecimento emocional
221	Revisiting job	Revisando a descrição
222	description	do trabalho
223	Flashbacks	Flashbacks
224	Reporting problems	Relatando problemas
225	Intrusive thoughts of	Pensamentos intrusivos de
226	crime	violência
227	Desire to quit	Desejo de desistir
228	Longer-term response	Resposta a longo prazo
229	Desire to make	Desejo de fazer
230	changes	mudanças
231	Insomnia or nightmares	Insônia ou pesadelos
232	Reevaluating the job	Reavaliando o trabalho
233	Depression	Depressão
234	Anxiety	Ansiedade
235	Fear for safety or self/family	Temer pela própria segurança ou da família
236	Interpreter Stress vs.	Estresse do intérprete vs.
237	Vicarious Trauma	Trauma vicário
238	Extreme job stress could lead to some of the responses that are seen in the "vicarious trauma" column and vice versa.	Estresse extremo no trabalho pode levar a algumas das respostas que são vistas na coluna "trauma vicário" e vice-versa.
239	This table is intended only as a general snapshot for interpreters; it is not clinical guidance.	A tabela acima destina-se apenas a ser um resumo geral para intérpretes; não é orientação clínica.
240	Bancroft et al., 2016a, p. 80.	Bancroft et al. (2016a), p. 80
241	The Indigenous Interpreter® · 543	O Intérprete Indígena® · 543
242	Stress is different than trauma.	Estresse é diferente de trauma.
243	Most of us know how to adapt to and live with stress.	A maioria de nós sabe como se adaptar e viver com o estresse.

244	Trauma can cause more harm.	O trauma pode causar mais danos
245	Trauma can last longer.	e pode durar mais tempo.
246	Interpreters need to know the differences between regular stress and signs that they may be suffering something from secondary trauma (also called vicarious trauma).	Os intérpretes precisam saber as diferenças entre o estresse regular e os sinais de que podem estar sofrendo de algum trauma secundário (também chamado de trauma vicário).
247	The table on the previous page is	A tabela da página anterior foi
248	taken from an interpreting training manual called Breaking Silence: Interpreting for Victim Services (Bancroft et al., 2016a, p. 80).	retirada de um manual de treinamento de interpretação chamado Breaking Silence: Interpreting for Victim Services (Bancroft et al., 2016a, p. 80).
249	It shows differences between how people react to stress and trauma.118	Ele mostra as diferenças entre como as pessoas reagem ao estresse e ao trauma.118
250	Stories of trauma from indigenous interpreters	Histórias de trauma de intérpretes indígenas
251	The indigenous interpreters interviewed for this program shared some of the difficult experiences they have had working as interpreters.	Os intérpretes indígenas entrevistados para este programa compartilharam algumas experiências difíceis que viveram, trabalhando como intérpretes.
252	Their stories show how interpreting other people's traumatic stories can affect interpreters.	Suas histórias mostram como interpretar histórias traumáticas de outras pessoas, pode afeta-los.
253	It has an impact on their work—and on their personal lives.	Isso impacta seu trabalho – e suas vidas pessoais.
254	Mixteco interpreter	Intérprete mixteco
255	Once I had a video interpreting assignment for a woman who had been in an accident while she was pregnant.	Certa vez, tive um trabalho de interpretação de vídeo para uma mulher que sofreu um acidente enquanto estava grávida.
256	The accident made her disabled.	O acidente a deixou incapacitada.
257	She had given birth to her baby but did	Ela deu à luz seu bebê, mas
258	not know that it was dead.	não sabia que estava morto.

259	When I interpreted that information, she cried really hard.	Quando interpretei essa informação, ela chorou muito.
260	I had to ask her what she wanted to do with the baby's body.	Eu tive que perguntar o que ela queria fazer com o corpo do bebê.
261	She was bitter that she was disabled.	Ela estava amargurada por ter se tornado deficiente.
262	When she cried I had to keep it all in.	Enquanto ela chorava, eu tinha que guardar tudo para mim.
263	I walked all over to calm myself down.	Caminhei por toda parte para me acalmar.
264	I was with the nurses at the hospital, which helped me feel better.	Eu estava com as enfermeiras do hospital, o que me ajudou a me sentir melhor.
265	I felt really stressed that day.	Me senti muito estressado naquele dia.
266	Triqui interpreter	Intérprete Triqui
267	Once I interpreted for a patient who was dying.	Uma vez eu interpretei para um paciente que estava morrendo.
268	By the time I arrived at the	Quando cheguei à
269	appointment, the patient had died.	consulta, o paciente havia falecido.
270	I had to interpret for the family.	Tive que interpretar para a família.
271	I felt bad.	Eu me senti mal.
272	Another time I interpreted for a man in jail.	Outra vez interpretei para um presidiário.
273	118 Note: Extreme job stress could cause some of the responses in the "vicarious trauma" column and vice versa.	118 Nota: Estresse extremo no trabalho pode causar algumas das respostas que estão na coluna "trauma vicário" e vice-versa.
274	544 · The Indigenous Interpreter®	544 · O Intérprete Indígena®
275	He told me how his mother had died when he was a teenager.	Ele me contou como sua mãe havia morrido quando ele era adolescente.
276	He said that's why he had ended up in jail.	Disse que foi por isso que ele acabou na prisão.
277	I know it's not personal, but culturally it makes us sad.	Eu sei que não é pessoal, mas culturalmente nos deixa tristes.

278	These kinds of appointments make you afraid.	Esses tipos de compromissos deixam você com medo.
279	You don't want to go.	Você não quer ir.
280	The training and support we have received have given me the confidence to be here and not feel afraid.	A formação e o apoio que recebemos deram-me confiança para estar aqui e não sentir medo.
281	We have someone to support us.	Temos alguém para nos apoiar.
282	Interpreters need the training and extra support.	Os intérpretes precisam de treinamento e suporte extra.
283	Mixteco interpreter	Intérprete mixteco
284	I had a difficult case where a baby died.	Tive um caso difícil em que um bebê morreu.
285	I interpreted for the family for several months.	Interpretei para a família por vários meses.
286	The baby had heart problems.	O bebê tinha problemas cardíacos.
287	I went with them to the big hospitals out of town and interpreted for cardiologists and neurologists.	Fui com eles aos grandes hospitais fora da cidade e interpretei para cardiologistas e neurologistas.
288	The mother had a lot of difficult experiences.	A mãe teve muitas experiências difíceis.
289	During one appointment, the cardiologist told her about the condition the baby had but not with many details.	Durante uma consulta, o cardiologista contou a ela sobre a condição do bebê, mas não com muitos detalhes.
290	I intervened and tried to get him to explain it more simply because what he was saying didn't make sense in Mixteco.	Eu intervi e tentei fazer com que ele explicasse de forma mais simples porque o que ele estava dizendo não fazia sentido na Mixteco.
291	He tried to draw a heart and explain what was wrong with her baby.	Ele tentou desenhar um coração e explicar o que havia de errado com seu bebê.
292	But he never told her the baby could die.	Mas ele nunca contou a ela que o bebê poderia morrer.
293	A few months later the family came into our hospital's ER.	Alguns meses depois, a família veio ao pronto-socorro do nosso hospital.

294	I couldn't go right away because I was with other patients.	Não pude ir logo porque estava com outros pacientes.
295	When I got to the ER, the baby had died.	Quando cheguei ao pronto-socorro, o bebê havia morrido.
296	The mother asked over and over why her baby had died.	A mãe perguntou várias vezes por que seu bebê havia morrido.
297	We told her, but she couldn't take it in.	Nós dissemos a ela, mas ela não conseguiu aceitar.
298	It was such a hard case, even the ER doctor cried.	Foi um caso tão difícil que até o médico do pronto-socorro chorou.
299	He said, "I'm so sorry I couldn't save your baby.	Ele disse: "Sinto muito por não poder salvar seu bebê.
300	I did everything I could."	Fiz tudo o que pude."
301	As the interpreter, it really hurt.	Como intérprete, realmente doeu
302	It's hard to think about.	e é difícil pensar a respeito.
303	Sometimes you have to take a break.	Às vezes é preciso fazer uma pausa.
304	Mixteco interpreter	Intérprete mixteco
305	When you follow a case from the beginning, the patients feel like a family member.	Quando você acompanha um caso desde o início, o paciente se sente como um membro da família.
306	You feel what they feel.	Você sente o que eles sentem.
307	Once I interpreted for a mother who lost a baby.	Uma vez eu interpretei para uma mãe que perdeu um bebê.
308	My mother lived through something similar.	Minha mãe viveu algo parecido.
309	My baby brother died.	Meu irmão caçula morreu.
310	This made me want to help this family.	Isso me fez querer ajudar essa família.
311	I remember what my mother went through.	Lembro-me do que minha mãe passou.
312	I put aside my other work to help this family.	Deixei de lado meu outro trabalho para ajudar esta família.
313	It's another life, another soul.	É outra vida, outra alma.
314	There is no one else to help.	Não há mais ninguém para ajudar.

315	I wanted them to feel like they were not alone.	Eu não queria que eles sentissem que estavam sozinhos.
316	The Indigenous Interpreter® · 545	O Intérprete Indígena® · 545
317	Mixteco interpreter	Intérprete mixteco
318	Once I interpreted over the phone for a boy who had a broken leg.	Uma vez eu interpretei por telefone para um menino que tinha uma perna quebrada.
319	He had a cast on his knee.	Ele tinha um gesso no joelho.
320	They took an X-ray and saw that his bone was healing badly.	Eles tiraram um raio-X e viram que seu osso estava cicatrizando mal.
321	They had to saw the cast off.	Eles tiveram que serrar o gesso.
322	It made me nervous.	Isso me deixou nervoso.
323	What if they cut his skin?	E se eles cortassem sua pele?
324	They had a hard time getting the cast off.	Eles tiveram muita dificuldade para tirar o gesso.
325	They cut it	Eles cortaram um
326	some and then tried to pull from both sides to break it.	pouco e depois tentaram puxar de ambos os lados para quebrá-lo.
327	They had to hold the boy.	Tiveram que segurar o menino.
328	He said it hurt and he wanted them to stop.	Ele disse que estava doendo e queria que eles parassem.
329	I started to sweat.	Comecei a suar.
330	I thought, “Man, how this boy must be feeling.”	Eu pensei: “Cara, como esse menino deve estar se sentindo”.
331	When the cast broke, it made a loud cracking sound, and the boy screamed like I’ve never heard before.	Quando o gesso quebrou, fez um som alto de rachadura, e o menino gritou como eu nunca tinha ouvido antes.
332	Then they moved his bone to see how it was, and he screamed again.	Então eles moveram seu osso para ver como estava, e ele gritou novamente.
333	I was so nervous;	Eu estava tão nervoso,
334	I wanted it to end.	queria que isso acabasse logo.
335	The mother got angry.	A mãe ficou brava
336	She yelled at them.	e começou a gritar com eles.

337	How come they didn't give him pain medication to numb his leg?	Por que não lhe deram analgésicos para anestésiar a perna?
338	So I just interpreted.	Então eu apenas interpretei.
339	You have to interpret the angry moments.	Você tem que interpretar os momentos de raiva.
340	The doctors can look at you like they are your words, but they were the mother's.	Os médicos podem olhar para você como se fossem suas palavras, mas eram as da mãe.
341	When I interpret for something like this, it's hard at first.	Quando eu interpreto para algo assim, é difícil no começo
342	But the second time I can handle it.	mas em seguida eu consigo lidar com isso.
343	When a new thing happens, I go through the same process.	Quando algo novo acontece, eu passo pelo mesmo processo.
344	Being an interpreter is like being in school.	Ser intérprete é como estar na escola.
345	Stressful vs. traumatic assignments	Tarefas estressantes versus Tarefas traumáticas
346	Some interpreting sessions are stressful.	Algumas sessões de interpretação são estressantes
347	We find ways to handle them.	e encontramos maneiras de lidar com elas.
348	Other sessions are more traumatic.	Outras sessões são mais traumáticas.
349	Think about the appointments you have.	Pensando nos compromissos de um intérprete,
350	Which ones are stressful?	quais são estressantes?
351	Which ones could cause you to feel trauma?	Quais podem fazer com que o intérprete sinta um trauma?
352	Every interpreter is different.	Cada intérprete é diferente.
353	But sessions that are often stressful for indigenous interpreters include:	Mas as sessões que costumam ser estressantes para os intérpretes indígenas incluem:

354	Interpreting for end-of-life appointments (palliative care and hospice).	Interpretação para consultas de fim de vida (cuidados paliativos e hospício);
355	Interpreting conflicts between the patient or client and	Interpretação de conflitos entre o paciente ou cliente e
356	the provider.	o provedor;
357	546 · The Indigenous Interpreter®	546 · O Intérprete Indígena®
358	Interpreting for people who are sick but won't change their behavior to get well (for example, a diabetes patient who won't change his diet).	Interpretação para pessoas que estão doentes, mas não mudam seu comportamento para melhorar (por exemplo, um paciente com diabetes que não muda sua dieta);
359	Interpreting for patients who probably won't follow through with their treatment or service plan (for example, you know a patient won't fill out the insurance forms that could pay for surgery because the forms are too complicated).	Interpretação para pacientes que provavelmente não seguirão com seu tratamento ou plano de serviço (por exemplo, saber que um paciente não preencherá os formulários do seguro que poderia pagar pela cirurgia porque os formulários são muito complicados).
360	Interpreting for patients with sexually transmitted infections (the patients often refuse the regular treatments that will let them live a long time).	Interpretação para pacientes com infecções sexualmente transmissíveis (os pacientes geralmente recusam os tratamentos regulares que os deixarão viver por mais tempo);
361	Sessions that can be traumatic include interpreting for sessions like these:	Sessões que podem ser traumáticas incluem interpretação para sessões como:
362	Disconnecting a patient from life support.	Desconectar um paciente do suporte que o mantém vivo;
363	Domestic violence.	Violência doméstica.
364	A patient who dies in the emergency room and the doctor has to tell the family.	Um paciente que morre no pronto-socorro e o médico tem que avisar a família;

365	A gynecologist who has to talk to the mother about terminating a pregnancy.	Um ginecologista que tem que conversar com a mãe sobre a interrupção da gravidez;
366	Babies who are born dead (stillborn).	Bebês que nascem mortos (natimorto).
367	Any kind of neonatal emergency with a premature baby.	Qualquer tipo de emergência neonatal com um bebê prematuro.
368	Patients who are connected to life support because of a drowning or coma.	Pacientes que estão conectados ao suporte de vida por causa de afogamento ou coma.
369	An emergency C-section.	Uma cesariana de emergência;
370	A major injury to arms or legs (when they are cut off or broken).	Uma lesão grave nos braços ou pernas (quando são cortadas ou quebradas);
371	Child abuse (physical or sexual).	Abuso infantil (físico ou sexual).
372	Resilience	Resiliência
373	Resilience: The capacity to recover quickly from difficulties; toughness.	Resiliência: A capacidade de se recuperar rapidamente das dificuldades; resistência.
374	Oxford Living Dictionaries 121	Dicionário Oxford Living 121
375	After reading about all this stress and trauma for interpreters, you may wonder why you would ever want to do this work.	Depois de se informar sobre todo esse estresse e trauma que os intérpretes passam, o profissional pode se perguntar por que gostaria de fazer esse trabalho.
376	Yet many interpreters	No entanto, muitos intérpretes
377	find such assignments meaningful and important.	acham essas atribuições significativas e importantes.
378	After all, you are helping people at intense moments of their lives.	Afinal, acreditam estar ajudando pessoas em momentos intensos de suas vidas.
379	They need you.	Por isso são necessários.
380	119 Retrieved from https://en.oxforddictionaries.com/definition/resilience	Extraído de https://en.oxforddictionaries.com/definition/ethics
381	The Indigenous Interpreter® · 547	O Intérprete Indígena® · 547

382	However, as an interpreter, you need to be aware of how stress and trauma can harm you.	No entanto, como intérprete, é preciso estar ciente de como o estresse e o trauma podem prejudicá-lo.
383	You need to prevent that harm.	É preciso evitar esse dano.
384	The rest of this module focuses on how to take care of yourself.	O restante deste módulo se concentra em como cuidar de si mesmo.
385	Start by remembering that you are present for many wonderful moments in people's lives.	O intérprete deve lembrar-se que está presente em muitos momentos maravilhosos na vida das pessoas.
386	Patients come in sick and go home feeling better.	Os pacientes chegam doentes e vão para casa se sentindo melhor.
387	Parents welcome new children into their families.	Pais acolhem novos filhos em suas famílias.
388	Clients who need help with housing, education and jobs get the resources they need.	Os clientes que precisam de ajuda com moradia, educação e empregos obtêm os recursos de que precisam.
389	Teachers and school psychologists help students with learning disabilities have success at school.	Os professores e psicólogos escolares ajudam os alunos com dificuldades de aprendizagem a terem sucesso na escola.
390	These positive experiences are just as important as the hard ones.	Essas experiências positivas são tão importantes quanto as difíceis.
391	Research has shown that the most common effect of trauma is resilience.	Pesquisas mostram que o efeito mais comum do trauma é a resiliência
392	What is resilience?	O que é resiliência?
393	It's the ability to get back to normal after you have a hard experience.	É a capacidade de voltar ao normal depois de uma experiência difícil.
394	Resilience is the ability to:	Resiliência é a capacidade de:
395	Bounce back [keep on going]	Recuperar-se [siga em frente]
396	Take on difficult challenges and still find meaning in life	Enfrentar desafios difíceis e ainda encontre sentido na vida
397	Respond positively to difficult situations	Responder positivamente a situações difíceis
398	Rise above adversity	Passar por cima da adversidade

399	Cope when thing look bleak [hopeless]	Lidar quando as coisas parecem sombrias [sem esperança]
400	Tap into hope	Aproveitar a esperança e superar
401	Transform unfavorable situations into wisdom, insight and compassion	Transformar situações desfavoráveis em sabedoria, discernimento e compaixão
402	Endure	Aguentar
403	Resilience refers to the ability of an individual, family, organization or community to cope with adversity and adapt to challenges or change.	Resiliência refere-se à capacidade de um indivíduo, família, organização ou comunidade para lidar com a adversidade e se adaptar a desafios ou mudanças.
404	It is an ongoing process that requires time and effort and engages people in taking a number of steps to enhance their response to adverse circumstances.	É um processo contínuo que requer tempo e esforço e envolve as pessoas na tomada de uma série de medidas para melhorar a resposta a circunstâncias adversas.
405	Resilience implies that after an event, a person or community may not only be able to cope and recover, but also change to reflect different priorities arising from the experience and prepare for the next stressful situation.	Resiliência implica que após um evento, uma pessoa ou comunidade pode não apenas ser capaz de lidar e se recuperar, mas também mudar para refletir diferentes prioridades decorrentes da experiência e se preparar para a próxima situação estressante.
406	Bancroft et al. (2016a), 84	Bancroft et al. (2016a), p. 84
407	548 · The Indigenous Interpreter®	548 · O Intérprete Indígena®
408	Community and healthcare interpreters see resilience every day.	Os intérpretes comunitários e de saúde veem a resiliência todos os dias,
409	You interpret for immigrants who show great resilience.	ao interpretar para imigrantes que mostram grande resiliência,
410	They have left their native homes, traveled to a new country and adapted to a new way of life.	pois deixaram suas casas nativas, viajaram para um novo país e se adaptaram a um novo modo de vida.
411	You are resilient too.	O intérprete também é resiliente.
412	Interpreting can be a challenge.	Interpretar pode ser um desafio,
413	It can be heartbreaking.	pode ser de partir o coração.

414	It can also inspire and excite you.	Mas também pode inspirar e animar o intérprete.
415	This is rewarding work.	Esse é um trabalho gratificante.
416	Interpreters are like many other professionals who help people.	Os intérpretes são como muitos outros profissionais que ajudam as pessoas.
417	Doctors, nurses, teachers and social workers also experience trauma.	Médicos, enfermeiros, professores e assistentes sociais também passam por traumas.
418	Many of them grow into stronger, more caring people as a result.	Muitos deles se tornam pessoas mais fortes e atenciosas como resultado.
419	You can too.	isso também é possível para o intérprete.
420	Review of Section 19.1	Revisão da Seção 19.1
421	Stress and trauma are part of interpreting.	Estresse e trauma fazem parte da interpretação.
422	They affect interpreters' work and their personal lives.	Eles afetam o trabalho dos intérpretes e suas vidas pessoais.
423	The stories they interpret can have a deep impact on them.	As histórias que eles interpretam podem ter um impacto profundo sobre eles.
424	Interpreters need to know the difference	Os intérpretes precisam saber a diferença
425	between stress, trauma and secondary trauma and how they affect interpreters at work and at home.	entre estresse, trauma e trauma secundário e como eles afetam os intérpretes no trabalho e em casa.
426	Stress is something that all of us experience.	O estresse é algo que todos experimentam.
427	It can have a good effect or a bad effect on us.	Pode ter um efeito bom ou um efeito ruim sobre as pessoas.
428	Often, stress can motivate us to work harder or solve problems.	Muitas vezes, o estresse pode nos motivar a trabalhar mais ou a resolver problemas.
429	It can also create anxiety and worry.	Também pode gerar ansiedade e preocupação.
430	Trauma is more serious.	O trauma é mais grave.

431	Over time, interpreters can develop mental, emotional and physical problems because of secondary trauma.	Com o tempo, os intérpretes podem desenvolver problemas mentais, emocionais e físicos devido a traumas secundários.
432	Understanding how stress, trauma and secondary trauma affect interpreters can help them to prevent harm to themselves.	Compreender como o estresse, o trauma e o trauma secundário afetam os intérpretes pode ajudá-los a evitar danos a si mesmos.
433	The Indigenous Interpreter® · 549	O Intérprete Indígena® · 549
434	19Section	19Seção.
435	2	2
436	Interpreter Self-care	Autocuidado do Intérprete
437	Learning Objective 19.2	Objetivo de Aprendizagem 19.2
438	Practice self-care before, during and after interpreting.	Praticar autocuidado antes, durante e depois da interpretação.
439	Exposure to stress and trauma combined with self-care help interpreters become stronger, happier and more resilient people.	A exposição ao estresse e ao trauma combinado com o autocuidado ajuda os intérpretes a se tornarem pessoas mais fortes, mais felizes e mais resilientes.
440	INTERPRETER	INTÉRPRETE
441	INTERPRETER	INTÉRPRETE
442	Introduction	Introdução
443	To handle the impact of stress and trauma, interpreters need to:	Para lidar com o impacto do estresse e do trauma, os intérpretes precisam:
444	Recognize their own ways of reacting to stress.	Reconhecer suas próprias maneiras de reagir ao estresse.
445	Practice strategies for handling stress and secondary trauma.	Praticar estratégias para lidar com o estresse e trauma secundário.
446	Now that you understand what stress and secondary trauma are, this section explores strategies for responding to stress and trauma.	Depois de compreendido o que são estresse e trauma secundário, esta seção explora estratégias para responder ao estresse e ao trauma.
447	Self-care	Autocuidado

448	The way to protect ourselves from the negative effects of stress and trauma is self-care.	A maneira de nos protegermos dos efeitos negativos do estresse e do trauma é o autocuidado.
449	Self-care is about how we take care of ourselves, especially when we experience stress and trauma.	O autocuidado é sobre como cuidamos de nós mesmos, especialmente quando passamos por estresse e trauma.
450	Self-care: the ability to maintain physical, emotional, relational and spiritual health in times of stress.	Autocuidado: a capacidade de manter a saúde física, emocional, relacional e espiritual em tempos de estresse.
451	Jeanette David and April Naturale, SAMHSA120	Jeanette David e April Naturale, SAMHSA120
452	We already know we have to care of ourselves at home.	Já sabemos que temos que nos cuidar em casa.
453	Many of us try to eat well, exercise, get enough sleep and spend time with friends and family.	Muitos de nós tentamos comer bem, fazer exercícios, dormir o suficiente e passar tempo com amigos e familiares.
454	Self-care applies to our work lives too.	O autocuidado também se aplica à nossa vida profissional.
455	120 Retrieved from http://beta.samhsa.gov/sites/default/files/podcasts-selfcare-dbhresponders-presentation.pdf	120 Extraído de http://beta.samhsa.gov/sites/default/files/podcasts-selfcare-dbhresponders-presentation.pdf
456	550 · The Indigenous Interpreter®	550 · O Intérprete Indígena®
457	Before, during and after the session	Antes, durante e depois da sessão
458	The strategies listed here are just suggestions.	As estratégias listadas aqui são apenas sugestões
459	Try them out.	para que o intérprete experimente,
460	Use the ones that work best for you.	use as que funcionam melhor para ele,
461	Add new ones that you know will support your health and well-being.	e adicione novas estratégias que apoiarão sua saúde e bem-estar.
462	Before the assignment	Antes da tarefa
463	You won't always know when a stressful assignment is coming.	Não se sabe quando uma tarefa estressante está chegando.

464	Community interpreters often don't have time to prepare.	Os intérpretes comunitários, geralmente, não têm tempo para se preparar.
465	A traumatic assignment may seem simple at first and become hard.	Uma tarefa traumática pode parecer simples no início e se tornar difícil.
466	In that case, use your self-care strategies for during and after the assignment.	Nesse caso, deve-se usar as estratégias de autocuidado durante e após a tarefa.
467	When you do have the chance to prepare, try these strategies.	Quando o intérprete tiver a chance de se preparar, deve experimentar essas estratégias.
468	Prepare for the assignment	Preparar-se para a tarefa
469	Often the best way to lower stress is to simply be prepared for what you have to do.	Geralmente, a melhor maneira de diminuir o estresse é simplesmente estar preparado para o que você precisa fazer.
470	When you prepare for the assignment well, you will feel comfortable with the terminology and the service.	Ao se preparar bem para a tarefa, o intérprete se sentirá confortável com a terminologia e o serviço
471	You will know what to expect.	e saberá o que esperar.
472	Before Interpreting	Antes de interpretar
473	During Interpreting	Durante a interpretação
474	Take deep breaths.	Respire fundo.
475	Focus on your notes.	Concentre-se em suas anotações.
476	Switch to third person for painful stories (such as rape).	Mude para a terceira pessoa para histórias dolorosas (como estupro).
477	Focus on the task of interpreting, not the emotions in the room.	Concentre-se na tarefa de interpretar, não nas emoções da sala.
478	Ask for a break.	Peça uma pausa.
479	After Interpreting	Depois de interpretar
480	Talk with the provider after the session.	Fale com o prestador de serviços após a sessão.
481	Take deep breaths.	Respire fundo.
482	Do what relaxes you.	Faça algo para relaxar.
483	Ask for support from coworkers or family and friends.	Peça apoio de colegas de trabalho ou familiares e amigos.

484	Follow your self-care plan.	Siga seu plano de autocuidado.
485	Be prepared for the assignment.	Esteja preparado para a tarefa.
486	Meet with the provider to coordinate.	Reúna-se com o provedor para coordenar.
487	Plan where to sit for safety.	Planeje onde sentar por segurança.
488	Imagine what might happen—plan your response.	Imagine o que pode acontecer – planeje sua resposta.
489	Take a few deep breaths before starting.	Respire fundo algumas vezes antes de começar.
490	Self-care Strategies	Estratégias de autocuidado
491	The Indigenous Interpreter® · 551	O Intérprete Indígena®· 551
492	Meet with the provider before the assignment	Reúna-se com o provedor antes da atribuição
493	When possible, meet with the provider.	Sempre que possível, reúna-se com o provedor.
494	Ask what to expect.	Pergunte o que esperar.
495	Let the provider know about your worries or fears.	Deixe o provedor saber sobre suas preocupações ou medos.
496	Imagine how the assignment will go	Imagine como será a tarefa
497	Take time to visualize the assignment.	Reserve um tempo para visualizar a tarefa.
498	Who will be there?	Quem estará presente?
499	What will you have to do?	O que terá que ser feito?
500	How do you think you'll respond?	Como o intérprete acha que vai responder?
501	Will you be scared or nervous?	Ele vai ficar com medo ou nervoso?
502	Imagine feeling calm and prepared.	O intérprete pode imaginar-se sentindo-se calmo e preparado.
503	Olympic athletes use this technique to prepare for big events.	Atletas olímpicos usam essa técnica para se preparar para grandes eventos,
504	They imagine every part of the race or competition.	imaginam cada parte da corrida ou competição,
505	They visualize their perfect performance.	e visualizam seu desempenho perfeito.

506	You can do this too.	O intérprete também pode fazer isso.
507	Breathe before starting	Respire antes de começar
508	Take a few deep, slow breaths.	Faça algumas respirações profundas e lentas.
509	Deep breathing is one of the easiest and quickest ways to handle stress.	A respiração profunda é uma das maneiras mais fáceis e rápidas de lidar com o estresse.
510	Research shows that deep breathing and meditation promote health in many ways.	Pesquisas apontam que a respiração profunda e a meditação promovem a saúde de várias maneiras.
511	Even if you have just a minute before the session starts, find a place to sit or stand still and take a few deep breaths in and out.	Mesmo que se tenha apenas um minuto antes do início da sessão, o intérprete pode encontrar um lugar para sentar ou ficar parado para respire fundo algumas vezes.
512	Pay attention	Prestar atenção
513	to your breathing.	à respiração.
514	You may be surprised at how awake and calm it makes you feel. (See the following pages for more information on breathing exercises.)	É surpreendente o quão acordado e calmo é possível se sentir. (Consultar as páginas a seguir para obter mais informações sobre exercícios respiratórios.)
515	During the assignment	Durante a tarefa
516	The hardest time to manage stress and trauma is during the assignment.	O momento mais difícil de gerenciar o estresse e o trauma é durante a tarefa.
517	You might interpret for a patient whose baby has died.	O profissional pode interpretar para um paciente cujo bebê morreu.
518	The client may share a difficult story about rape and abuse.	O cliente pode compartilhar uma história difícil sobre estupro e abuso.
519	You may be the “voice” telling the client he is going to be deported.	O intérprete pode ser a “voz” dizendo ao cliente que ele será deportado.
520	You are in the middle of a tough experience and you are everyone’s voice.	O intérprete está no meio de uma experiência difícil e é a voz de todos.

521	But you are also human.	Intérpretes também são humanos,
522	Interpreters are not machines.	não são máquinas.
523	We react emotionally and physically to difficult experiences.	Reagimos emocional e fisicamente a experiências difíceis.
524	Yet, as the interpreter, you have to stay calm and focused.	No entanto, o intérprete deve manter a calma e o foco.
525	This is what doctors, therapists, teachers and social workers have to do as well.	Isso é o que médicos, terapeutas, professores e assistentes sociais têm que fazer também.
526	They may feel sad for their patient, or angry when a client is hurt.	Eles podem se sentir tristes por seu paciente ou com raiva quando um cliente é ferido.
527	They are also trained to put aside their feelings while they work.	Eles também são treinados para deixar de lado seus sentimentos enquanto trabalham.
528	Try the next strategies to help you manage your reactions.	O intérprete pode experimentar as próximas estratégias para ajudá-lo a gerenciar suas reações.
529	552 · The Indigenous Interpreter®	552 · O Intérprete Indígena®
530	Grounding techniques	Técnicas de aterramento
531	Grounding refers to a set of techniques to stop you from re-experiencing a trauma, even if it is someone else's trauma.	Aterramento refere-se a um conjunto de técnicas para impedir que você experimente novamente um trauma, mesmo que seja o trauma de outra pessoa.
532	Grounding is a professional technique that is used by therapists to help their clients, particularly traumatized clients	É uma técnica profissional que é usada por terapeutas para ajudar seus clientes, particularmente clientes traumatizados.
533	Bancroft et al. (2016a), p. 92.	Bancroft et al. (2016a), p. 92
534	The word "grounding" comes from "ground" or "earth."	A palavra "aterramento" vem de "terra" ou "terra".
535	When you "ground" yourself, you focus on the physical space around you.	Quando alguém se "aterra", se concentra no espaço físico ao seu redor.
536	You are sitting on a chair.	Se está sentado em uma cadeira,

537	Your feet are on the floor.	os pés estão no chão.
538	You are helping a provider and patient communicate.	O intérprete está ajudando um provedor e um paciente a se comunicarem.
539	The story you are hearing happened in the past.	A história que ele está ouvindo aconteceu no passado.
540	It is not your story.	Não é a sua história
541	It may be hard to listen to and interpret it, but it is not happening now.	Pode ser difícil ouvi-la e interpretá-la, mas não está acontecendo agora.
542	Grounding Exercise	Exercício de aterramento
543	For use during a panic attack, when you need to stay calm, or anytime you feel “disconnected” from your body.	Para usar durante um ataque de pânico, quando o profissional precisar se acalmar ou sempre que se sentir “desconectado” do seu corpo.
544	Look around you.	Olhar a sua volta.
545	Identify and name:	Identificar e nomear:
546	5 things you see 4 things you feel 3 things you hear 2 things you smell 1 thing you taste	5 coisas que vê, 4 coisas que sente, 3 coisas que ouve, 2 coisas que cheira, 1 coisa que prova
547	The Indigenous Interpreter® · 553	O Intérprete Indígena® · 553
548	Here are a few grounding techniques.	Aqui estão algumas técnicas de aterramento.
549	Take deep breaths.	Respire fundo.
550	Focus on physical things: what you can see, smell, hear or taste.	Concentrar-se em coisas físicas: o que se pode ver, cheirar, ouvir ou saborear.
551	Pay attention to interpreting and taking notes.	Prestar atenção na interpretação e nas anotações.
552	Switch from first to third person when you interpret	Mudar de primeira para terceira pessoa ao interpretar
553	painful events.	eventos dolorosos.
554	Remind yourself that this is your work, not your personal life.	Lembrar-se de que este é um trabalho, não a sua vida pessoal.
555	Anything that helps you stay focused, calm and in the present (“here and now”) is a grounding technique.	Qualquer coisa que o ajude a manter o foco, a calma e o presente (“aqui e agora”) é uma técnica de aterramento.

556	Interpreters have shared some of their special grounding techniques:	Os intérpretes compartilharam algumas de suas técnicas especiais de aterramento:
557	Wear a rubber band or bracelet and snap it against your wrist when you interpret painful stories.	Usar um elástico ou pulseira e encaixá-la no pulso ao interpretar histórias dolorosas.
558	Visualize a safe place, such as a mountain or a beach.	Visualizar um lugar seguro, como uma montanha ou uma praia.
559	If your mind visualizes a traumatic story, and the images disturb you, try to imagine everything in black and white and the people as stick figures.	Se a mente visualiza uma história traumática e as imagens são perturbadoras, o interprete deve tentar imaginar tudo em preto e branco e as pessoas como figuras de palito.
560	Pick something in the room to look at.	Escolher algo na sala para olhar.
561	Tap your foot on the floor.	Bater o pé no chão.
562	Wiggle your toes inside your shoes.	Mexer os dedos dos pés dentro dos sapatos.
563	Take a drink of water.	Tomar um gole de água.
564	Choose a grounding technique that doesn't bother anyone else.	Deve-se escolher uma técnica de aterramento que não incomode ninguém.
565	If you have to interpret for a long, intense assignment, see the exercises	Se o intérprete tiver que interpretar para um trabalho longo e intenso, pode checar os exercícios
566	in the boxes on the next page.	na página seguinte
567	You can do them in just one to three minutes.	e praticá-los por apenas um a três minutos.
568	Take a break	Dê uma pausa
569	If you can't calm down or stay focused during the session, ask for a break.	Se não conseguir se acalmar ou manter o foco durante a sessão, o intérprete pode pedir uma pausa.
570	You don't have to say why.	Não é preciso explicar o por quê.
571	Ask for a brief bathroom or water break.	Uma breve pausa para ir ao banheiro ou para tomar água.

572	During your break, do something to calm down.	Durante o intervalo, ele pode fazer algo para se acalmar.
573	Practice a grounding technique.	Praticar uma técnica de aterramento.
574	Breathe.	Respirar.
575	Stretch.	Alongar.
576	554 · The Indigenous Interpreter®	554 · O Intérprete Indígena®
577	Grounding exercises	Exercícios de aterramento
578	Grounding Exercise: 1 Minute	Exercícios de aterramento: 1 minuto
579	Put your hand on your belly or just below your navel.	Coloque a mão na barriga ou logo abaixo do umbigo.
580	Feel your belly rise and fall gently as you breathe.	Sinta sua barriga subir e descer suavemente enquanto você respira.
581	Breathe in slowly.	Respire lentamente.
582	Pause for a count of three.	Pausa para uma contagem de três.
583	Breathe out.	Respire.
584	Pause for a count of three.	Pausa para uma contagem de três.
585	Continue to breathe deeply for one minute, pausing for a count of three after each breath in and each breath out.	Continue a respirar profundamente por um minuto, fazendo uma pausa para uma contagem de três após cada inspiração e cada expiração.
586	Grounding Exercise: 2 Minutes	Exercício de aterramento: 2 minutos
587	Count down slowly from ten to zero.	Conte lentamente de dez a zero.
588	With each number, take one complete breath, inhaling and exhaling.	Com cada número, faça uma respiração completa, inspirando e expirando.
589	Breathe in slowly.	Respire lentamente.
590	For example, breathe in deeply saying “ten” to yourself.	Por exemplo, respire profundamente dizendo “dez” para si mesmo.
591	Breathe out slowly.	Expire lentamente.
592	On your next breath, say “nine,” and so on.	Na próxima respiração, diga “nove” e assim por diante.
593	If you feel lightheaded, count down more slowly to space your breaths further apart.	Se você se sentir tonto, conte mais lentamente para espaçar mais as respirações.

594	When you reach zero, you should feel more relaxed.	Quando você chegar a zero, você deve se sentir mais relaxado.
595	If not, go through the exercise again.	Se não, faça o exercício novamente.
596	Grounding Exercise: 3 Minutes	Exercício de aterramento: 3 minutos
597	While sitting down, take a break and check your body for tension.	Enquanto estiver sentado, faça uma pausa e verifique se há tensão no seu corpo.
598	Relax your facial muscles and allow your jaw to fall open slightly.	Relaxe os músculos faciais e permita que sua mandíbula se abra ligeiramente.
599	Let your shoulders drop.	Deixe seus ombros caírem.
600	Let your arms fall to your sides.	Deixe seus braços caírem para os lados.
601	Allow your hands to loosen so that there are spaces between your fingers.	Deixe suas mãos se soltarem para que haja espaços entre os dedos.
602	Uncross your legs or ankles.	Descruze as pernas ou tornozelos.
603	Feel your thighs sink into your chair, letting your legs fall comfortably apart.	Sinta suas coxas afundarem na cadeira, deixando suas pernas caírem confortavelmente.
604	Feel your feet on the floor.	Sinta seus pés no chão.
605	Breathe in and out slowly while you sit completely relaxed.	Inspire e expire lentamente enquanto se senta completamente relaxado.
606	The Indigenous Interpreter® · 555	O Intérprete Indígena ® · 555
607	Dos and don'ts during the session	O que fazer e o que não fazer durante a sessão
608	It's not always easy to control your reactions to stressful situations.	Nem sempre é fácil controlar suas reações a situações estressantes.
609	You are human.	Somos humano.
610	If a patient or client is upset, it can be easy to comfort them as you would a friend.	Se um paciente ou cliente está chateado, pode ser fácil confortá-lo como faria com um amigo.
611	But when you interpret, here are things you should not do	Mas quando se interpreta, aqui estão coisas que não se deve fazer
612	Touch the client.	Tocar o cliente.
613	Tell the client everything will be all right.	Em vez disso, o intérprete pode dizer ao cliente que tudo ficará bem.

614	Give the client advice about what to do.	Dar conselhos ao cliente sobre o que fazer.
615	Tell the client how to feel better.	Dizer ao cliente como se sentir melhor.
616	Wipe the client's tears.	Enxugar as lágrimas do cliente.
617	Cry with the client.	Chorar com o cliente.
618	Offer to have a cup of tea or coffee with the client.	Oferecer-se para tomar uma xícara de chá ou café com o cliente.
619	Stay and comfort the client if the provider has to leave for a few minutes.	Ficar e confortar o cliente se o provedor precisar sair por alguns minutos.
620	Instead, practice the grounding techniques explored in this section.	Em vez disso, o intérprete deve praticar as técnicas de aterramento exploradas nesta seção.
621	When you are stressed during a session, do try to do all this:	Quando estiver estressado durante uma sessão, ele pode tentar fazer tudo isso:
622	Interpret everything.	Interpretar tudo.
623	Focus on taking notes while the client tells his or her story.	Concentrar-se em fazer anotações enquanto o cliente conta sua história.
624	Feel the chair you are sitting in and see the room you are in.	Sentir a cadeira em que está sentado e ver a sala em que está.
625	Notice sounds, the air flowing, any smells in the room.	Observar sons, o ar fluindo, qualquer cheiro na sala.
626	Take a few breaths whenever you can.	Respirar algumas vezes sempre que puder.
627	Remind yourself that you are interpreting the story, not living it.	Lembrar-se de que está interpretando a história, não vivendo.
628	Remember that you are helping this person by being a voice.	Lembrar-se de que está ajudando essa pessoa sendo uma voz.
629	Look at something in the room, like a clock or a painting.	Olhar para algo na sala, como um relógio ou uma pintura.
630	Put both feet on the ground and wiggle your toes.	Colocar os dois pés no chão e mexer os dedos dos pés.
631	After the assignment	Após a tarefa
632	When you finish a difficult session, focus on your self-care.	Ao terminar uma sessão difícil, concentrar-se em seu autocuidado.

633	Right	Logo
634	after the session you can:	após a sessão, o intérprete pode:
635	Take more deep breaths.	Respire mais fundo.
636	Breathing is the simplest and quickest action to take.	A respiração é a ação mais simples e rápida a ser tomada.
637	Meet with the provider.	Reúnir-se com o provedor.
638	Discuss what was stressful.	Discutir o que foi estressante.
639	Debrief with your supervisor or coworkers.	Converse com o supervisor ou colegas de trabalho.
640	Call a loved one.	Ligar para um ente querido.
641	Share your feelings.	Compartilhar seus sentimentos.
642	556 · The Indigenous Interpreter®	556 · O Intérprete Indígena®
643	Remember: You can talk about your feelings to anyone.	Lembrete: o intérprete pode falar sobre seus sentimentos com qualquer pessoa.
644	Just don't share details about the session.	Só não compartilhe detalhes sobre a sessão.
645	In the long term,	A longo prazo,
646	practice regular self-care.	praticar o autocuidado regularmente,
647	Do what relaxes you most.	fazendo coisas relaxantes.
648	Eat well and exercise.	Comer bem e fazer exercícios.
649	Get enough sleep.	Dormir o suficiente.
650	Follow your self-care plan	Seguir um plano de autocuidado
651	(discussed in the next section.)	(discutido na próxima seção).
652	Review of Section 19.2	Revisão da Seção 19.2
653	This section gave you strategies for how to take care of yourself before, during and after a difficult assignment.	Esta seção forneceu estratégias sobre como cuidar de si mesmo antes, durante e depois de uma tarefa difícil.
654	Community interpreters cannot avoid difficult experiences, but they can take steps to protect themselves.	Os intérpretes comunitários não podem evitar experiências difíceis, mas podem tomar medidas para se proteger.
655	The Indigenous Interpreter® · 557	O Intérprete Indígena® · 557
656	19Section	19Seção.
657	3	3

658	Building a Self-care Plan	Desenvolvendo um plano de autocuidado
659	Learning Objective 19.3	Objetivo de Aprendizagem 19.3
660	Write a self-care plan.	Elaborar um plano de autocuidado.
661	Introduction	Introdução
662	This section focuses on your self-care plan.	Esta seção se concentra em um plano de autocuidado.
663	You will learn how to write	O intérprete vai aprender a elaborar
664	a plan that can help prevent the negative effects of stress and trauma.	um plano que possa ajudar a prevenir os efeitos negativos do estresse e do trauma.
665	Planning for self-care	Planejamento para o autocuidado
666	Self-care is not just for times of stress.	O autocuidado não é apenas para momentos de estresse.
667	Our health includes our	Nossa saúde inclui nosso
668	well-being.	bem-estar.
669	It means having positive social and family relationships, feeling happy, being able to relax and feeling that our lives have purpose and meaning.	Significa ter relações sociais e familiares positivas, sentir-se feliz, poder relaxar e sentir que nossas vidas têm propósito e significado.
670	Our health depends on taking care of ourselves.	Nossa saúde depende de cuidar de nós mesmos.
671	Daily self-care can reduce stress and secondary trauma.	O autocuidado diário pode reduzir o estresse e o trauma secundário.
672	Long-Term Self-care for Interpreters	Autocuidado a longo prazo para intérpretes
673	Enough sleep	Dormir suficiente
674	Eating well	Comer bem
675	Activity and exercise	Atividades e exercícios
676	Relaxation techniques	Técnicas de relaxamento
677	Long-term self-care can be divided into four main areas:	O autocuidado a longo prazo pode ser dividido em quatro áreas principais:
678	Enough sleep	Dormir suficiente
679	Eating well	Comer bem
680	Activity and exercise	Atividades e exercícios

681	Relaxation techniques	Técnicas de relaxamento
682	These four areas seem obvious.	Essas quatro áreas parecem óbvias.
683	Most of us know we need to exercise and eat well.	A maioria de nós sabe que precisa se exercitar e comer bem.
684	We wish we got more sleep.	Gostaríamos de poder dormir mais.
685	But if we don't plan, it's easy to skip healthy activities.	Mas se não planejarmos, é fácil pular atividades saudáveis.
686	We think, "Oh,	Pensamos: "Ah,
687	I'm busy today.	Estou ocupado hoje.
688	I'll exercise tomorrow."	Vou me exercitar amanhã."
689	Or "Next year when I'm done with my college classes I'll start eating better.	Ou "No próximo ano, quando eu terminar minhas aulas na faculdade, começarei a comer melhor.
690	It's too hard right now."	Está muito difícil agora."
691	Self-care is easy to postpone.	É fácil adiar o autocuidado,
692	When we do, we pay a price.	mas quando o fazemos, pagamos um preço.
693	The negative symptoms you saw in the last section could happen to us.	Os sintomas negativos descritos na última seção podem acontecer conosco.
694	That's why interpreters need to plan their self-care.	É por isso que os intérpretes precisam planejar seu autocuidado.
695	558 · The Indigenous Interpreter®	558 · O Intérprete Indígena®
696	Writing a self-care plan	Escrevendo um plano de autocuidado
697	Interpreters need a written self-care plan.	Os intérpretes precisam de um plano de autocuidado por escrito.
698	When we write down our goals, we are more likely to reach them.	Quando escrevemos nossos objetivos, é mais provável que os alcancemos.
699	We need a plan to include self-care in our daily activities.	Precisamos de um plano para incluir o autocuidado em nossas atividades diárias.
700	We also need to plan things we can do before, during and after hard assignments.	Também precisamos planejar coisas que podemos fazer antes, durante e depois de tarefas difíceis.
701	Set realistic goals and objectives	Estabeleça metas e objetivos realistas

702	In Module 1 you practiced setting goals and objectives to improve your interpreting skills.	No Módulo 1 praticamos a definição de metas e objetivos para melhorar as habilidades de interpretação.
703	The goal was a general but realistic statement.	A meta era uma declaração geral, mas realista.
704	The objective gave a specific description of how to achieve the goal.	O objetivo deu uma descrição específica de como atingir a meta.
705	Self-care goals and objectives should be realistic too.	As metas e objetivos de autocuidado também devem ser realistas.
706	They should be something you really can do.	Devem ser algo que o intérprete realmente pode cumprir.
707	If you say, "I want to lose weight this year," your goal is too general and vague.	Se disser: "Quero perder peso este ano", seu objetivo é muito geral e vago.
708	How will you lose weight?	Como ele vai perder peso?
709	When?	Quando?
710	How much weight do you want to lose?	Quanto peso quer perder?
711	Let's say the goal is to lose five pounds soon.	Digamos que a meta seja perder cinco quilos em breve.
712	The objective could be, "I will lose five pounds over the next 30 days by exercising three times a week for one hour and not eating snacks between meals."	O objetivo poderia ser: "Vou perder cinco quilos nos próximos 30 dias me exercitando três vezes por semana durante uma hora e não comendo lanches entre as refeições".
713	The objective	O objetivo
714	is more specific and detailed than the goal.	é mais específico e detalhado do que a meta.
715	But it has to be realistic.	Mas tem que ser realista.
716	Now you have an objective you can follow that is more likely to help you lose weight.	Agora existe um objetivo que pode ser seguido com maior probabilidade de ajudá-lo a perder peso.
717	When you set your goals and objectives, pick actions that you are at least 70 percent likely to do.	Ao definir as metas e objetivos, o intérprete deve escolher ações que

		tenham pelo menos 70% de probabilidade de serem realizadas.
718	They should fit well into your life.	Devem se encaixar bem na vida do intérprete.
719	If you hate the gym, don't plan to go to the gym three days a week!	Se odeia a academia, não deve planejar ir à academia três dias por semana!
720	INTERPRETER	INTÉRPRETE
721	Set realistic goals that you are 70% likely to work on and achieve.	O intérprete precisa definir metas realistas nas quais tem 70% de probabilidade de trabalhar e alcançar.
722	I want to lose weight this year.	Eu quero perder peso este ano.
723	I want to lose five pounds over the next 30 days by exercising three times a week for one hour and not eating any snacks between meals.	Eu quero perder cinco quilos nos próximos 30 dias me exercitando três vezes por semana durante uma hora e não comendo nenhum lanche entre as refeições.
724	NOT REALISTIC	NÃO REALISTA
725	REALISTIC	REALISTA
726	The Indigenous Interpreter® · 559	O Intérprete Indígena® · 559
727	Examples of self-care goals	Exemplos de metas de autocuidado
728	Long-term goal: Relaxation	Objetivo a longo prazo: Relaxamento
729	Objectives	Objetivos
730	Twice a month, on weekends, my partner and I will go on a date to a place we enjoy.	Duas vezes por mês, nos fins de semana, meu parceiro e eu vamos a um lugar que gostamos.
731	Each night, I will turn off all electronic screens an hour before going to bed and then listen to music that relaxes me for a few minutes.	Todas as noites, desligo todas as telas eletrônicas uma hora antes de ir para a cama e depois ouço uma música que me relaxa por alguns minutos.
732	Every week I will sit with my son to watch his favorite TV show without cooking or cleaning up at the same time.	Toda semana eu sento com meu filho para assistir seu programa de TV favorito sem cozinhar ou limpar ao mesmo tempo.
733	Before the assignment	Antes da tarefa

734	Before every assignment, I will sit for one minute and breathe in and out deeply.	Antes de cada tarefa, sento-me por um minuto e inspiro e expiro profundamente.
735	I will leave for each assignment 30 minutes early so I don't arrive late or stressed.	Sairei para cada tarefa 30 minutos mais cedo para não chegar atrasado ou estressado.
736	Before a difficult assignment, I'll talk to my supervisor and	Antes de uma tarefa difícil, vou conversar com meu supervisor e
737	ask for advice.	pedir conselhos
738	During the assignment	Durante a tarefa
739	I will sit in a place where I feel safe and can focus on interpreting.	Vou sentar-me em um lugar onde me sinta seguro e possa me concentrar na interpretação.
740	If I get upset, I'll put my feet on the floor and wiggle my toes	Se ficar chateado, coloco os pés no chão e mexo meus dedos
741	in my shoes.	nos meus sapatos.
742	If the story is about violence or abuse, I will focus on my note-taking and interpreting.	Se a história for sobre violência ou abuso, focarei em minhas anotações e interpretação.
743	After the assignment	Após a tarefa
744	If I am upset, I will take a 10-minute walk outside and breathe the outside air deeply.	Se estou chateado, faço uma caminhada de 10 minutos ao ar livre e respiro profundamente.
745	If I am confused, I will talk with my supervisor.	Se eu estiver confuso, falarei com meu supervisor.
746	If I feel traumatized, I will go home and have a nice dinner with my family to focus on the good things in my life.	Se me sinto traumatizado, vou para casa, jantar com minha família para me concentrar nas coisas boas da minha vida.
747	Each of these examples is specific and realistic.	Cada um desses exemplos é específico e realista.
748	They are actions	São ações
749	that busy adults can do.	que adultos ocupados conseguem fazer.
750	560 · The Indigenous Interpreter®	560 · O Intérprete Indígena®

751	Self-care Plan for Community Interpreters	Plano de autocuidado para intérpretes comunitários
752	Long-Term Goals	Metas de longo prazo
753	Short-Term Goals	Metas de curto prazo
754	Before the assignment	Antes da tarefa
755	During the assignment	Durante a tarefa
756	After the assignment	Após a tarefa
757	1. ENOUGH SLEEP	1. DORMIR O SUFICIENTE
758	Goal: Objective:	Meta: Objetivo:
759	Goal: Objective:	Meta: Objetivo:
760	Goal: Objective:	Meta: Objetivo:
761	Goal: Objective:	Meta: Objetivo:
762	2. EATING WELL	2. COMER BEM
763	Goal: Objective:	Meta: Objetivo:
764	Goal: Objective:	Meta: Objetivo:
765	Goal: Objective:	Meta: Objetivo:
766	Goal: Objective:	Meta: Objetivo:
767	3. ACTIVITY AND EXERCISE	3. ATIVIDADES E EXERCÍCIOS
768	Goal: Objective:	Meta: Objetivo:
769	Goal: Objective:	Meta: Objetivo:
770	Goal: Objective:	Meta: Objetivo:
771	Goal: Objective:	Meta: Objetivo:
772	4. RELAXATION	4. RELAXAMENTO
773	Goal: Objective:	Meta: Objetivo:
774	Goal: Objective:	Meta: Objetivo:
775	Goal: Objective:	Meta: Objetivo:
776	Goal: Objective:	Meta: Objetivo:
777	This table is adapted from Bancroft et al. (2016a), p. 102.	Esta tabela é adaptada de Bancroft et al. (2016a), p. 102.
778	The Indigenous Interpreter® · 561	O Intérprete Indígena® · 561
779	Building your plan	Elaborando um plano
780	Now it's your turn.	O intérprete pode criar um plano,

781	The table on the previous page can help you organize your goals.	através da tabela na página anterior para ajudá-lo a organizar seus objetivos.
782	Choose from this list of possible self-care activities or put in your own.	Pode escolher a partir da lista de possíveis atividades de autocuidado ou colocar as suas próprias.
783	Here are examples of self-care goals (you will also need to think of specific objectives):	Abaixo, estão alguns exemplos de metas de autocuidado (o intérprete também precisará pensar em objetivos específicos):
784	Sleeping for seven to nine hours a night.	Dormir de sete a nove horas por noite
785	Taking more walks.	Fazer mais caminhadas
786	Having time with friends.	Passar tempo com os amigos
787	Reading books.	Ler livros
788	Meditating.	Meditar
789	Spending more time singing, dancing or playing with my children.	Passar mais tempo cantando, dançando ou brincando com meus filhos.
790	Taking more weekend trips.	Fazer mais viagens de fim de semana.
791	Listening to music.	Ouvir música
792	Taking afternoon naps.	Tirar sonecas da tarde.
793	Practicing deep breathing.	Praticar a respiração profunda.
794	Whatever else you like to do.	O que mais você gosta de fazer.
795	Write something you like to do, or it's not self-care—it's punishment!	Escreva algo que você gosta de fazer, ou não é autocuidado – é punição!
796	Review of Section 19.3	Revisão da Seção 19.3
797	Interpreters can take positive action to prevent the harm caused by stress or secondary trauma.	Os intérpretes podem tomar medidas positivas para prevenir os danos causados pelo estresse ou traumas secundários.
798	One of the best ways to protect yourself is to write a self-care plan.	Uma das melhores maneiras de se proteger é escrever um plano de autocuidado.
799	Interpreters need goals for the stress	Os intérpretes precisam de metas para lidar com o estresse

800	or trauma they experience before, during and after an assignment.	ou trauma que experimentam antes, durante e depois de uma tarefa.
801	They also need longer-term goals for general health and wellness.	Eles também precisam de metas de longo prazo para a saúde e bem-estar geral.
802	This section explored how to write your own self-care plan.	Esta seção explorou como escrever seu próprio plano de autocuidado.
803	Remember: Set goals and objectives for self-care that are realistic for your life.	Lembrando: Deve se estabelecer metas e objetivos de autocuidado que sejam realistas.
804	562 · The Indigenous Interpreter®	562 · O Intérprete Indígena®
805	Review of Module 19: Trauma and Interpreter Self-care	Revisão do Módulo 19: Trauma e Autocuidado do Intérprete
806	Community interpreters often have stressful work.	Os intérpretes comunitários geralmente têm um trabalho estressante.
807	Section 19.1 showed how interpreters interpret many stories of trauma.	A seção 19.1 mostrou como os intérpretes interpretam muitas histórias de traumas.
808	Hospitals, schools and community services help people during the best and worst moments of their lives.	Hospitais, escolas e serviços comunitários ajudam as pessoas nos melhores e piores momentos de suas vidas.
809	Interpreters may experience trauma even more deeply than other workers because they are the “voice” of the story.	Os intérpretes podem vivenciar um trauma ainda mais profundo do que outros trabalhadores porque são a “voz” da história.
810	They can experience	Eles podem experimentar
811	secondary trauma by interpreting painful stories often.	traumas secundários interpretando histórias dolorosas com frequência.
812	The way to protect yourself from this kind of harm is self-care.	A maneira de se proteger desse tipo de dano é o autocuidado.
813	Section 19.2 explored strategies for managing stress and trauma before, during and after interpreting assignments.	A Seção 19.2 explorou estratégias para gerenciar o estresse e o trauma antes, durante e após os trabalhos de interpretação.

814	Section 19.3 showed you how to write your own self-care plan.	A seção 19.3 mostrou como redigir seu próprio plano de autocuidado.
815	Interpreters may be exposed to stress and trauma, but they also have the joy of providing an essential service to those in need.	Os intérpretes podem estar expostos ao estresse e ao trauma, mas também têm a alegria de prestar um serviço essencial a quem precisa.
816	Use the tools explored in this module.	Usa as ferramentas exploradas neste módulo
817	They can help you have a long, productive and healthy career as a professional interpreter.	pode ajudar o intérprete a ter uma carreira longa, produtiva e saudável como profissional.
818	The Indigenous Interpreter® · 563	O Intérprete Indígena ®. 563