

2023/2024

[MESTRADO EM TRADUÇÃO E SERVIÇOS LINGUÍSTICOS]

FACULDADE DE LETRAS DA UNIVERSIDADE DO PORTO

Relatório de estágio: AP Portugal

O Tradutor na Era da Tecnologia e do Teletrabalho

Mariana Wolfs Cravo

2023/2024



Mariana Wolfs Cravo

Relatório de estágio: AP Portugal

O Tradutor na Era da Tecnologia e do Teletrabalho

Dissertação realizada no âmbito do Mestrado em Tradução e Serviços Linguísticos,
orientada pela Professora Doutora Elena Zagar da Cunha Galvão

Faculdade de Letras da Universidade do Porto

2023/2024

Sumário

Declaração de honra.....	4
Agradecimentos.....	5
Resumo.....	6
Abstract.....	7
Índice de Tabelas.....	8
Índice de Figuras.....	9
Índice de Gráficos.....	10
Lista de abreviaturas e siglas.....	11
Introdução.....	12
1. A AP Portugal – Tech Language Solutions.....	13
1.1. A empresa.....	13
1.2. A fase inicial – formações do Tech Training Center.....	14
1.3. A filosofia da empresa.....	15
2. Trabalho realizado durante o estágio.....	17
2.1. Número de projetos realizados, palavras e horas de trabalho.....	17
2.2. Processo de realização e entrega de um projeto.....	22
2.3. Exemplos práticos de dificuldades de tradução e soluções encontradas.....	25
3. O Futuro do Tradutor.....	31
3.1. O Trabalho Remoto – Desafios, Benefícios e o Futuro.....	31
3.2. O Homem e a Máquina – CAT Tools, Tradução Automática e a Inteligência Artificial.....	35
Conclusão.....	38
Referências Bibliográficas.....	42

Declaração de honra / *Declaration of Honour*

Declaro que o presente relatório é de minha autoria e não foi utilizado previamente noutro curso ou unidade curricular, desta ou de outra instituição. As referências a outros autores (textos, trabalhos, ideias) respeitam escrupulosamente as regras de atribuição de autoria e encontram-se devidamente indicadas no texto e nas referências bibliográficas, de acordo com as normas de referenciação. Tenho consciência de que a prática de plágio e auto-plágio constitui um ilícito académico.

I hereby declare that this report is of my authorship and has not been used previously in another course, degree, curricular unit or subject, at this or any other institution. References to other authors (statements, ideas, thoughts) scrupulously respect the rules of attribution and are duly indicated in the text and bibliographical references, in accordance with the rules of referencing. I am aware that the practice of plagiarism and self-plagiarism is an academic offence.

Declaro, ainda, que não utilizei ferramentas de inteligência artificial generativa (chatbots baseados em grandes modelos de linguagem) para realização de parte(s) do presente relatório, encontrando-se todas as interações (prompts e respostas) transcritas em anexo.

I further declare that I have not used generative artificial intelligence tools (chatbots based on large language models) to carry out part(s) of this report, and that all interactions (prompts and responses) have been transcribed in the annex.

Porto, 12/09/2024

Mariana Wolfs Cravo

Agradecimentos

Quero começar por agradecer à AP pela oportunidade maravilhosa de realizar o meu primeiro estágio curricular, pela formação excelente que me permitiu adquirir e consolidar tantos conhecimentos e pelas inúmeras oportunidades de aprendizagem e crescimento que me proporcionaram ao longo destes 6 meses. Um especial agradecimento ao Ricardo Silva e à Teresa Peixoto, que me acompanharam mais de perto e se mostraram particularmente atenciosos e compreensivos numa altura em que estava a passar por uma fase menos boa. Graças à Teresa, as reuniões semanais passaram rapidamente de mais uma tarefa de estágio para o momento mais esperado da semana, em que a distância física entre todos nós parecia desvanecer-se um pouco e havia sempre momentos de riso e descontração. Aproveito para agradecer também à Joana Silva, que se mostrou sempre disponível para esclarecer dúvidas e mostrar como trabalhar com uma determinada ferramenta, sempre com muita calma e paciência.

Quero, evidentemente, agradecer à minha orientadora de estágio, Elena Galvão, pelo tempo dedicado à preparação para o estágio e para o relatório, bem como pela disponibilidade de se encontrar comigo presencialmente para discutir o mesmo, pela atitude sempre positiva e de confiança em mim e no meu trabalho.

Por último, mas não menos importante, agradeço do fundo do coração a todos os meus amigos e familiares que me apoiaram durante os 6 meses de estágio e durante a elaboração deste relatório. 2024 não foi o ano mais fácil, mas em retrospectiva sinto que nunca cresci tanto a nível profissional e pessoal. E embora muito disso se deva à minha resiliência, nunca teria sido possível sem as pessoas que sempre acreditaram no meu potencial e me impulsionaram a ser mais ambiciosa e a investir no meu futuro, mesmo que isso signifique mudar só mais uma vez de rumo, estudar só mais um ano, aprender só mais uma língua, ser só um bocadinho melhor hoje do que consegui ser ontem. A vocês devo tudo aquilo que sou, e tudo o que virei a ser.

Resumo

O presente relatório tem como principal objetivo relatar e ilustrar a minha experiência de estágio curricular na empresa AP | Portugal – Tech Language Solutions, no âmbito do Mestrado em Tradução e Serviços Linguísticos da Faculdade de Letras da Universidade do Porto. O estágio curricular foi realizado em regime integralmente remoto e teve uma duração total de 6 meses, estendendo-se de janeiro de 2024 a junho do mesmo ano.

O relatório é composto por 3 capítulos. No primeiro capítulo é feita uma apresentação e descrição da empresa de acolhimento e do primeiro mês de estágio, marcado pela fase inicial de formação, bem como uma reflexão sobre a filosofia da empresa. O segundo capítulo tem por base a análise dos vários projetos realizados durante a totalidade do estágio, focando-se em vários fatores, tais como o volume de projetos e de palavras traduzidas, as horas de trabalho, os tipos de tarefas realizadas e as temáticas abordadas. Por fim, o terceiro capítulo destina-se a uma exposição/reflexão sobre o futuro do tradutor, incidindo sobre questões cada vez mais pertinentes como a tradução *freelance*, o teletrabalho, a evolução das ferramentas tecnológicas e a inteligência artificial.

Palavras-chave: estágio curricular, tradução, regime remoto, teletrabalho

Abstract

The present report aims to describe and illustrate my online internship experience at AP | Portugal – Tech Language Solutions, in the scope of my Master’s in Translation and Language Services at the Faculty of Arts and Humanities of the University of Porto. This curricular internship was entirely remote and lasted for a total of 6 months, from January 2024 all the way to June of the same year.

The report is divided into 3 chapters. The first chapter consists of a presentation and description of the company and the first month of internship, which consisted of an initial training period, as well as a reflection on the company’s philosophy. The second chapter presents an analysis of the various projects carried out throughout the internship, focusing on several factors such as the volume of projects and words translated, the number of hours spent working, the types of tasks carried out and the topics covered. Finally, the third chapter provides an exposition/reflection on the future role of the translator, focusing on increasingly pertinent issues such as freelance translation, remote work, teleworking, the evolution of technological tools and artificial intelligence.

Keywords: curricular internship, translation, remote work, teleworking

Índice de Tabelas

Tabela 1 - Excerto do projeto nº 1.....	27
Tabela 2 - Excerto do projeto nº 1.....	27
Tabela 3 - Excerto do projeto nº 2.....	28
Tabela 4 - Excerto do projeto nº 3.....	29
Tabela 5 - Excerto do projeto nº 4.....	30

Índice de Figuras

Figura 1 - Captura de ecrã a mostrar um e-mail de trabalho.....	23
Figura 2 - Captura de ecrã a mostrar a página de um projeto no Wordbee.....	24
Figura 3 - Captura de ecrã (...) separador da documentação de referência no Wordbee.....	24
Figura 4 - Captura de ecrã (...) separador com a contagem de palavras no Wordbee.....	25
Figura 5 - Captura de ecrã (...) comentário de revisão sobre um projeto de tradução.....	25

Índice de Gráficos

Gráfico 1 – Número de projetos realizados por mês.....	18
Gráfico 2 – Número de palavras traduzidas por mês.....	19
Gráfico 3 – Total de horas passadas a traduzir por mês.....	20

Índice de Abreviaturas e Siglas

AP – AP | Portugal – Tech Language Solutions

CAT – Computer Assisted Translation

DTP – Desktop Publishing

IA – Inteligência Artificial

ISO – International Organization for Standardization

MT - Memória de Tradução

PEMT – Post-Editing Machine Translation

QA – Quality Assurance

SEO – Search Engine Optimization

TA – Tradução Automática

Introdução

O presente relatório tem como principal objetivo relatar e ilustrar a minha experiência de estágio curricular na empresa AP | Portugal – Tech Language Solutions, no âmbito do Mestrado em Tradução e Serviços Linguísticos da Faculdade de Letras da Universidade do Porto.

A minha decisão de realizar um estágio de 6 meses totalmente remoto numa empresa onde mais nenhum aluno do meu curso iria estagiar não foi tomada de ânimo leve. Eu sabia que ia ter de sair da minha zona de conforto, tinha ouvido algumas experiências menos positivas de estagiários de anos anteriores e, ainda assim, decidi arriscar. Foi o programa curricular da AP que me cativou e levou a acreditar que este estágio seria uma ótima oportunidade em termos de formação, experiência e currículo, e portanto decidi estar presente no evento *online* que a empresa organizou para promover os programas de estágio e esclarecer quaisquer dúvidas que os interessados pudessem ter, começando aí a minha história com a empresa, bem antes de ter sido formalmente aceite como estagiária. Ao contrário de outras empresas, a AP tinha um programa específico para estágios curriculares, portanto sabia que iria ser uma experiência adaptada a alunos sem experiência profissional, naquela fase confusa de transição que é o ingresso no mercado de trabalho. E assim se iniciou uma longa jornada, repleta de altos e baixos, mas constante na aprendizagem, experiência e auto-superação.

Assim, neste relatório relato a minha experiência de estágio desde janeiro de 2024 até junho do mesmo ano, com base nos relatórios que fui elaborando mensalmente. Este relatório divide-se em 3 capítulos. No primeiro, é feita uma apresentação e descrição breve da empresa de acolhimento, bem como uma reflexão sobre a filosofia da empresa. O segundo capítulo consiste na exposição e análise de dados relativos ao volume de trabalho realizado ao longo do estágio, na demonstração do processo de realização de um projeto dentro da AP e de alguns exemplos práticos de dificuldades de tradução que surgiram e das soluções encontradas para as mesmas. Por fim, o último capítulo incide sobre a realidade atual e futura da tradução, explorando temas cada vez mais pertinentes como, por exemplo, o trabalho remoto e a IA. Por fim, segue-se uma conclusão do relatório, onde sumário tudo o que aprendi e adquiri com a

minha experiência de estágio e manifesto as minhas intenções, ambições e desejos para o futuro.

1. A AP | Portugal - Tech Language Solutions

Este capítulo tem como principal objetivo fornecer uma breve apresentação e descrição da entidade de acolhimento onde realizei o estágio. Todas as informações nele contidas foram retiradas do *website* da empresa - e estão atualizadas conforme o mesmo - e dos relatórios mensais que fui preenchendo e onde elaborei vários apontamentos e notas, nomeadamente em relação ao conteúdo das formações realizadas na fase inicial do estágio.

1.1. A empresa

A AP|PORTUGAL é uma empresa portuguesa de tecnologias de comunicação, gestão de eventos amplificados e de tradução, certificada pelas Normas Internacionais de Qualidade ISO 17100, ISO 18587 e ISO 23155. A empresa, fundada em 1998 e com uma agência em Lisboa e outra no Porto, oferece vários serviços, entre os quais: serviços de gestão de eventos multilingue, aluguer de equipamentos audiovisual, tradução, transcrição, interpretação e legendagem. Mais recentemente, passou também a oferecer serviços tecnológicos tais como a localização de websites, software e apps, SEO Multilingue e gestão de conteúdos multilingue. Através da prestação destes serviços e outros, a AP|PORTUGAL cobre e especializa-se em vários setores de atividade, desde a área económico-financeira à aeroespacial, passando pela farmacêutica e medicina, o entretenimento, o retalho e, obviamente, a tecnologia. Posso dizer que, no decorrer do meu estágio curricular com a AP, trabalhei com projetos de quase todas estas áreas. Para além do volume de trabalho, diria que a diversidade do mesmo foi das maiores mais-valias que este estágio me ofereceu. Tive a oportunidade de trabalhar frequentemente com projetos da área financeira (por exemplo, projetos da Binance) e da área tecnológica (por exemplo, projetos da Apple), mas também realizei, ocasionalmente, projetos

de outras áreas ou domínios específicos - União Europeia, medicina/medicina veterinária, culinária e até beleza e cosmética.

1.2. A fase inicial – formações do Tech Training Center

Um elemento crucial e diferenciador desta experiência de estágio, que contribuiu de forma significativa para a minha aprendizagem, foi o período inicial de formação oferecido pela empresa, que constava do programa de estágio curricular e que me ajudou a obter e aprofundar conhecimentos sobre a própria empresa e a filosofia da mesma, sobre o teletrabalho, sobre as Normas Internacionais de Qualidade, sobre o ciclo de vida de um projeto de tradução ou pós-edição e, ainda, sobre a gestão de projetos e conteúdos. Concluí um total de 7 formações do Tech Training Center da AP, o centro de formação digital da empresa - “Qualidade – ISO 17100”; “Qualidade – ISO 18587 (Pós-edição)”; “Escritórios Digitais & Teletrabalho”; “Formação DTP”; “Tradução e Legendagem”; “Internacionalização e Gestão de Conteúdo Digital” e “Gestão de Projetos e Tradução”. Todas as formações eram compostas por pequenos vídeos onde o(s) formador(es) abordava(m) diferentes conceitos ou mostrava(m) como navegar e ter um melhor aproveitamento de determinadas ferramentas de trabalho. Concluída a formação, quando nos sentíssemos preparados, fazíamos o exame final, que consistia em responder a várias perguntas de escolha múltipla sobre os temas abordados na formação. Após a conclusão de cada formação, era-nos concedido o certificado correspondente, também em formato digital. Esta fase inicial de formação foi um dos aspetos mais positivos de toda a minha experiência de estágio na AP, uma vez que facilitou o processo de adaptação inicial, permitindo-me adquirir primeiro os conhecimentos necessários e aclimatar-me ao regime de teletrabalho sem as complicações inerentes ao horário e volume de trabalho habituais que, mais tarde, vim a experienciar diariamente. Não desvalorizando o poder do conhecimento empírico, reconheço que conceder aos estagiários uma ou duas semanas onde se possam focar apenas na preparação do trabalho que virão a desempenhar futuramente é uma grande mais-valia para todos os envolvidos, uma vez que permite aos estagiários iniciar o

ciclo de trabalho com uma maior preparação e confiança e ajuda a poupar tempo e trabalho aos colaboradores da empresa, que também têm um horário de trabalho a cumprir e não se podem dar ao luxo de perder demasiado tempo do seu dia a responder a todas as dúvidas que os estagiários possam ter. Também foi um ótimo primeiro exercício da autonomia e responsabilidade que são necessárias quando trabalhamos em regime remoto, e confesso que me causou alguma estranheza perceber que não havia ninguém a acompanhar-me ou “vigiar” o meu trabalho durante o dia, que quase toda a comunicação seria feita através de mensagens no Workplace. Quase toda, porque a verdade é que desde o início e ao longo de todo o estágio foram realizadas reuniões semanais por videoconferência no Zoom, onde os estagiários se reuniam com o gestor de projetos e a mentora (Ricardo e Teresa) para fazer um resumo da semana de trabalho, e que muitas vezes acabava por ser um momento também de partilha e de socialização, muito graças à Teresa, que nos encorajava a falar também um pouco de como nos sentíamos, como tinha sido o nosso fim-de-semana, se estávamos a ter dúvidas ou problemas relacionados com algum projeto em específico, enfim, qualquer coisa que nos ajudasse a sentirmos mais à vontade e que, no fundo, ajudasse a “quebrar o gelo”, um processo que acaba por ser praticamente inevitável num local de trabalho presencial, mas que pode muito facilmente ser contornado em regime de teletrabalho. Desta forma, os esforços por parte da AP em conceder aos estagiários uma transição suave para o estágio *online* não passaram despercebidos, e sinto que adquiri imensos conhecimentos essenciais durante o período de formação, que não só foram essenciais durante o estágio como certamente serão uma enorme mais-valia durante toda a minha vida profissional e pessoal.

1.3. A filosofia da empresa

Um dos conceitos mais destacados durante a formação e que foi surgindo pontualmente de forma a enfatizar a sua importância foi o *Kaizen*. *Kaizen* é uma expressão japonesa que remete para o conceito de melhoria contínua. A expressão surge no contexto do pós-guerra (Segunda Guerra Mundial), que deixou o Japão derrotado e destruído, a precisar de uma recuperação e reconstrução total, recorrendo ao envolvimento de toda a população ao menor custo possível.

A *Toyota*, empresa que surgiu também nesse pós-guerra, foi uma das grandes empresas que adotou esta metodologia e, eventualmente, o *Kaizen* foi-se espalhando para fora do Japão e é hoje um conceito aplicado um pouco por todo o mundo, em vários setores diferentes. No caso da AP, encorajar todos os colaboradores que entram na empresa – como é o caso dos estagiários – a manter um olhar crítico sobre as ferramentas e metodologias de trabalho utilizadas é uma forma de aplicar o *Kaizen* e procurar continuamente a melhoria e a inovação, aceitando as ideias e sugestões das gerações vindouras que estão em contacto mais próximo com o futuro pois conhecem as novas tecnologias, a nova linguagem, as novas formas de estar e pensar. Esta metodologia pode e deve ser aplicada no nosso dia-a-dia. “Hoje melhor do que ontem e amanhã melhor do que hoje” é uma expressão que lhe está associada e que podemos utilizar quase como um *slogan*, em todos os momentos, para todas as pessoas e em todos os lugares. Da mesma forma que os japoneses procuraram fazer mais trabalho com menos recursos, também nós, enquanto colaboradores de uma empresa, enquanto profissionais, podemos e devemos procurar ser o mais eficientes que conseguirmos, estando sempre a pensar em formas de agilizar e simplificar o nosso trabalho (e, por consequência, o trabalho de todos).

*Todas as informações relativas à entidade de acolhimento presentes neste capítulo foram retiradas do *site* oficial da AP (<https://www.apportugal.com/>) e dos apontamentos que elaborei durante o período de formação inicial.

2. Trabalho realizado durante o estágio

Neste capítulo serão apresentados os diferentes tipos de projetos que realizei durante o estágio, bem como o volume de trabalho de cada mês (número de projetos, palavras e horas de trabalho) que fui registando nos relatórios mensais num modelo fornecido pela própria empresa.

2.1. Número de projetos realizados, palavras e horas de trabalho

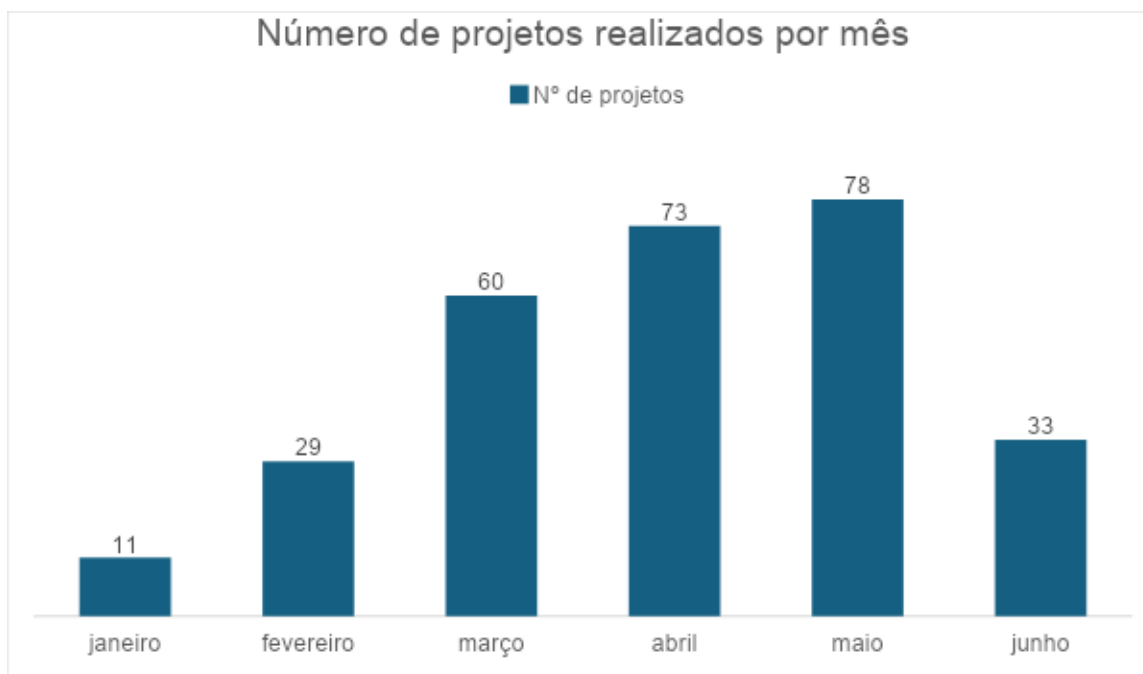


Gráfico 1 – Número de projetos realizados por mês

Ao longo de 6 meses de estágio realizei um total de 284 projetos. Como podemos ver pelo Gráfico 1, janeiro foi o mês com o menor número de projetos realizados. Isto deve-se muito ao facto de janeiro ter sido o mês onde tivemos o período de formação (mencionado no ponto 1.2.), que durou cerca de 2 semanas e durante o qual não recebi nenhum projeto, de forma a que me pudesse focar totalmente na formação. O mês de fevereiro ainda foi relativamente

calmo, com um total de 29 projetos, mas a partir de março o volume de trabalho começou a aumentar consideravelmente. Em março realizei um total de 60 projetos, em abril 73 e em maio cheguei a realizar 78 projetos. O último mês de estágio terminou de forma mais moderada, com um total de apenas 33 projetos. A plataforma *Wordbee*, um *software* assistente de tradução que funciona simultaneamente como plataforma de gestão de projetos e CAT Tool, onde ficaram registados todos os projetos que realizei ao longo do estágio, contabiliza um total de 408 projetos no meu perfil, mas isto deve-se ao facto de 124 serem projetos nos quais não participei ativamente, mas que tive de acompanhar, com o intuito de ver outros colaboradores a trabalhar e poder aprender com eles. Quanto ao número de palavras, segue-se um gráfico que indica o número total de palavras traduzidas por mês.

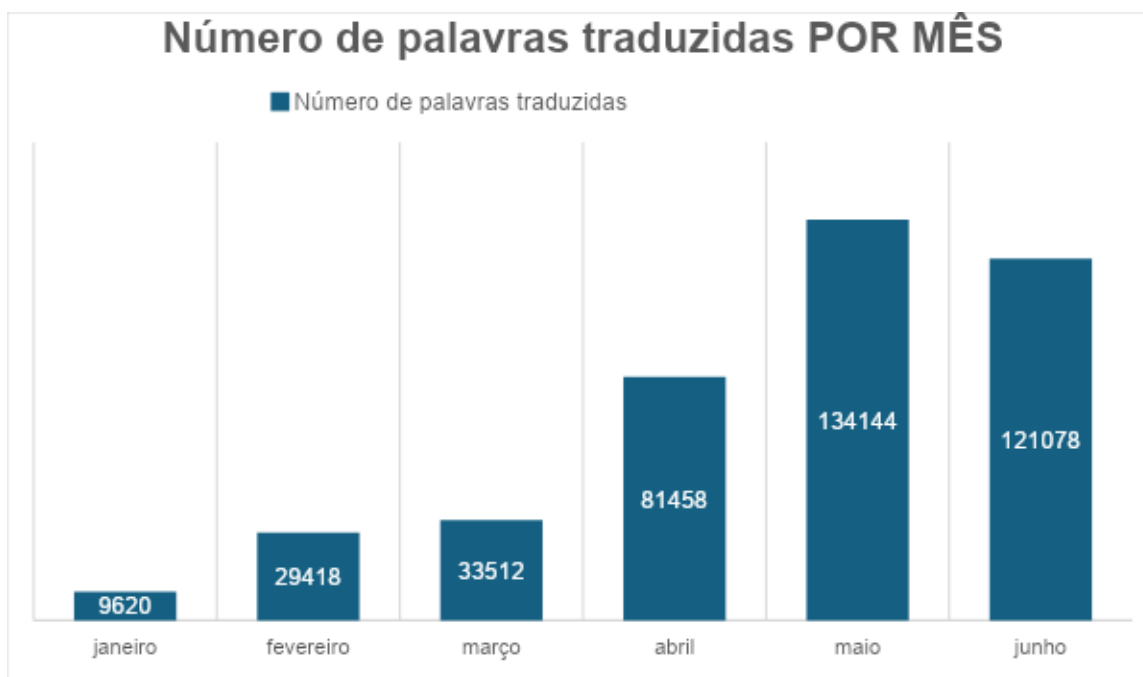


Gráfico 2 – Número de palavras traduzidas por mês

O número total de palavras traduzidas ao longo do estágio, sem contar os projetos de legendagem e transcrição, que serão destacados mais à frente, foi 409 230. Como podemos ver pelo Gráfico 2, em janeiro traduzi um total de 9620 palavras, em fevereiro 29418 e em março

33512. Em abril o volume de palavras traduzidas aumentou exponencialmente, somando-se um total de 81458 palavras traduzidas. Em maio, o mês com maior número de projetos realizados, também o número de palavras traduzidas foi o maior – 134 144. Curiosamente, tendo em conta que a quantidade de projetos foi consideravelmente menor nesse mês, junho teve o segundo número mais alto de palavras traduzidas – 121 078. Isto deve-se ao facto de ter realizado projetos de maiores dimensões neste mês, enquanto que no mês de março se verifica uma tendência oposta (grande número de projetos, mas baixo número de palavras traduzidas), sugerindo que foi um mês com muitos projetos de pequenas dimensões. Aproveito para deixar a nota de que o modelo de relatório mensal fornecido pela empresa, em formato Excel, deixava de conseguir fazer o cálculo automático do número de palavras e horas totais para cada mês a partir de um certo número de projetos, pelo que tive de efetuar quase todos estes cálculos posteriormente, com a ajuda de calculadoras digitais não disponibilizadas pela empresa. Em relação às horas de trabalho (mais uma vez, ainda sem contar, para já, com as tarefas de legendagem e transcrição) cheguei aos resultados demonstrados no Gráfico 3:

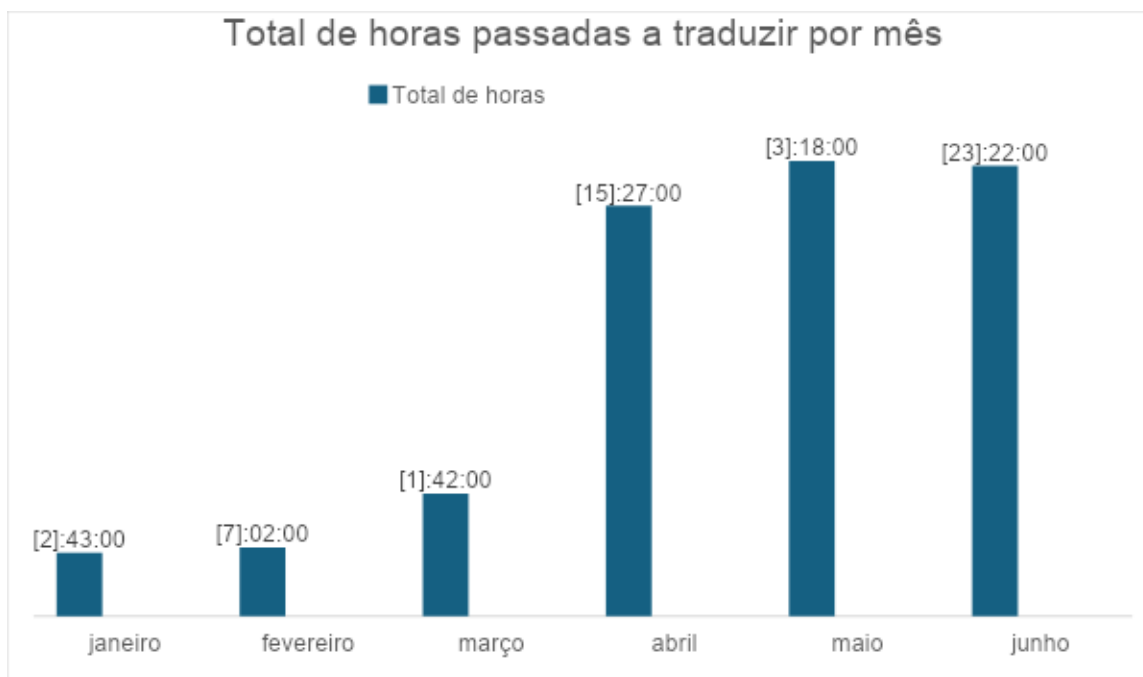


Gráfico 3 – Total de horas passadas a traduzir por mês

Como podemos observar pelo Gráfico 3, as horas de trabalho em projetos de tradução, pós-edição e pré-edição alinham com o número total de palavras traduzidas (ver Gráfico 2) na medida em que os últimos três meses de estágio - abril, maio e junho - foram os mais trabalhosos. Apesar de junho ter sido um mês com poucos projetos (ver Gráfico 1), foi neste mês que realizei o projeto que demorou mais tempo a ser realizado - 11 dias, 1 hora e 32 minutos. Este projeto foi feito em colaboração com outra estagiária e consistiu na elaboração de um glossário para validação do cliente, Amiblu. Este glossário deu muito trabalho a criar, uma vez que se trata de uma empresa de sistemas de tubos e acessórios em PRFV (plástico revestido a fibra de vidro) e toda a terminologia era, portanto, ligada a essa indústria. Tivemos de efetuar muita pesquisa, tanto no site da Amiblu como no material de referência fornecido e, ocasionalmente, tivemos de procurar em dicionários *online* e bancos de dados terminológicos como o EUR-Lex. Devido à dimensão e complexidade do projeto, tivemos de efetuar entregas faseadas, o que também facilitou a fase de revisão e posterior entrega ao cliente. Os restantes projetos, que não foram contabilizados nestes gráficos, foram os projetos de transcrição e legendagem. Em fevereiro realizei o meu primeiro projeto de transcrição, de um áudio em português com a duração de 7 horas, 37 minutos e 28 segundos. Realizei a transcrição no Word, seguindo o modelo de transcrição fornecido pela empresa. O número total de palavras do documento final foi 82576 e demorei 5 dias a completar a tarefa. Considerei esta uma das tarefas mais exigentes que levei a cabo durante o estágio, uma vez que se tratava de uma audiência do Tribunal, com inúmeros intervenientes que nem sempre eram identificáveis, várias intervenções impercetíveis e muito diálogo sobreposto (muitas vezes os intervenientes começavam a falar uns por cima dos outros, interrompiam ou faziam pequenos comentários ao longo do discurso de outro interveniente). Em maio voltei a realizar um projeto de transcrição, desta vez de um áudio com a duração de 1 hora, 36 minutos e 56 segundos. Tratava-se de um discurso proferido durante um evento (não especificado) de uma empresa chamada Cooprofar, ligada à indústria farmacêutica. Desta vez, o áudio era bem mais nítido e as falas dos intervenientes muito mais fáceis de entender, provavelmente por se tratar de um discurso proferido por uma só pessoa que certamente o preparou e ensaiou previamente, em contraste

com a sessão de tribunal onde vários intervenientes falavam ao mesmo tempo. Esta natureza mais simples da tarefa, aliada à minha experiência prévia com um projeto de transcrição bem mais complexo, levou a que conseguisse completar e entregar a transcrição no mesmo dia. Ainda no mês de maio realizei também o meu primeiro projeto de legendagem (en-pt) de um vídeo sobre uma empresa portuguesa de comida, o Grupo Bel. Este projeto foi dos que mais me entusiasmou, uma vez que sempre gostei muito de legendagem e já tinha experiência prévia com a ferramenta Subtitle Edit, pelo que foi um processo intuitivo e com o qual me senti muito confortável. O vídeo tinha uma duração de 7 minutos e 12 segundos, e a legendagem demorou 1 dia, 1 hora e 35 minutos a completar. O total de palavras deste projeto foi 993. Em junho voltei a receber mais um projeto de legendagem, desta vez de português para inglês britânico (en-GB). Este projeto de legendagem foi mais desafiante, uma vez que tive de traduzir do português para o inglês e o vídeo consistia no testemunho de uma paciente diagnosticada com angioedema, uma doença caracterizada pelo inchaço das camadas mais profundas da pele, sobre o tratamento que melhorou a sua qualidade de vida. Apesar de desafiante, foi um tema que me interessou e despertou muita curiosidade, uma vez que a área da Medicina é uma das que mais me fascina. O vídeo tinha uma duração de 4 minutos e 44 segundos e demorei 3 horas e 7 minutos a completar a legendagem, trabalhando novamente no Subtitle Edit. A complexidade de um projeto de legendagem reside no facto de ser um projeto multifacetado, passando por uma fase de tradução e só depois pela legendagem em si, que já requer conhecimentos técnicos mais específicos (é preciso saber inserir e ajustar as legendas, respeitar o limite máximo de caracteres por legenda, ajustar a *waveform*, etc). O gestor de projetos deu-me a opção de proceder apenas à tradução das legendas dentro do Wordbee, mas como já tinha trabalhado com o Subtitle Edit tanto na Licenciatura como no Mestrado, fiz questão de pôr em prática e aplicar esses conhecimentos, procurando ir ao encontro da filosofia da empresa (ver ponto 1.3.) e aproveitar qualquer oportunidade de melhoria contínua. Analisando os três gráficos apresentados acima, sinto que efetivamente realizei um grande volume de trabalho ao longo destes seis meses, especialmente nos meses de abril, maio e junho, e sinto-me orgulhosa da evolução que demonstrei e que se reflete nestas estatísticas. A verdade é que foram meses difíceis mas de muita prática, aprendizagem e superação contínua, que me

permitiram desenvolver ferramentas de gestão pessoal essenciais, como a gestão de tempo, a organização, a comunicação e a tomada de decisões.

2.2. Processo de realização e entrega de um projeto

O método e processo de realização e entrega dos projetos na AP é quase sempre o mesmo. Recebemos um e-mail com a referência do projeto e indicações sobre o mesmo, bem como o prazo de entrega. Durante a formação foi-nos aconselhado que nos habituássemos a marcar os e-mails importantes com o símbolo da estrela a amarelo (ver Figura 1) e a arquivar e-mails que pudessem ser ignorados, de forma a manter um espaço virtual de trabalho “limpo” e cuidado e a evitar erros e esquecimentos. Uma das mais-valias de ter estagiado na AP foi a criação de pequenos hábitos como este, que ajudaram muito na organização do meu dia de trabalho e na gestão de tempo e de recursos, e que certamente nunca irei deixar de praticar.

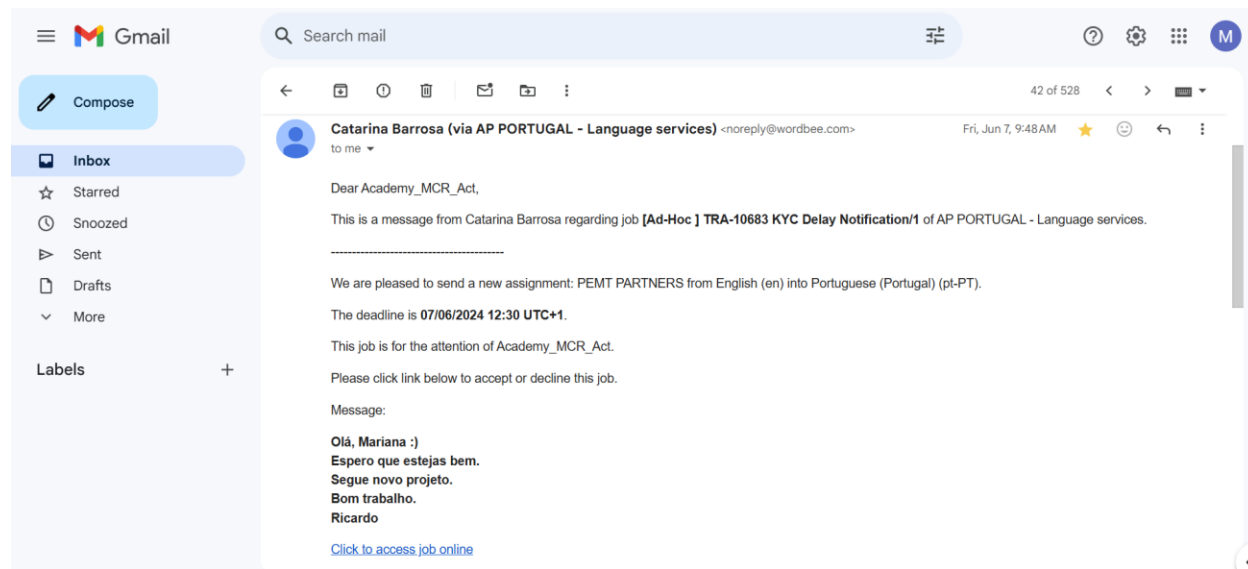


Figura 1 – Captura de ecrã a mostrar um e-mail de trabalho

Clicando no link a azul (“[Click to access job online](#)”), somos remetidos para a plataforma Wordbee, onde podemos aceder ao projeto, aos dados de acesso, ao material de referência e à

contagem de palavras do mesmo (ver Figuras 2, 3 e 4). Em primeiro lugar, temos de aceitar o projeto, para que o gestor de projetos e restantes colaboradores saibam que iniciámos a tarefa. O segundo passo consiste em entrar na plataforma do projeto utilizando os dados de acesso fornecidos (esta parte não é necessária para projetos que são realizados no próprio Wordbee, que, para além de ser um *software* de gestão de projetos, também funciona como ferramenta CAT). Em seguida, temos de realizar a tarefa dentro do tempo estabelecido, respeitando todas as fases necessárias, nunca esquecendo uma revisão final e um QA (Quality Assurance) antes de marcar o projeto como “completado”. O projeto passa, então, para as mãos do revisor, que pode ou não deixar algum *feedback*, podendo até mesmo contactar o tradutor através do *Workplace* ou via e-mail para deixar algum comentário ou correção mais importante ou urgente (ver figura 5).

The screenshot displays the Wordbee project management interface. At the top, there are navigation links for 'Home', 'Jobs', and 'My company'. Below this, a header bar contains tabs for 'Job details', 'Word count', 'Cost', and 'Reference material'. The main content area is titled 'Status and organisation' and shows the following information:

- Supplier: Academy_MCR_Act
- Assigned to: [User icon]
- Status: Completed
- Cost: 1,287.00 €
- Last message: Olá Mariana, segue novo projeto. Bom trabalho, Ivone

To the right of the status information, there is a 'Click to rate' button with five stars and a notification: 'You have finished work. Should the client require corrections or have questions then you will be notified.' Below the status section is a 'Details' section with the following data:

Reference:	O-84821-TRV-001/1		
Task:	PEMT PARTNERS	Deadline:	6/26/2024 1:00 PM UTC+1
Source language:	English (en)	Instructions:	https://cloud.memsource.com/web/project2/show/2oL7H6Ociu9p31gzRF5uN5?workflow=23912745&max=50&offset=0&sort=jobInnerId,beginIndex&order=asc
Target language:	Portuguese (Portugal) (pt-PT)	Domain(s):	MEDICINE > Veterinary Medicine
Reference material:	view files		
Work start:	6/26/2024 8:38 AM UTC+1	Work end:	6/26/2024 10:35 AM UTC+1
Work duration:	1 hour and 56 minutes		

Figura 2 - Captura de ecrã a mostrar a página de um projeto no Wordbee

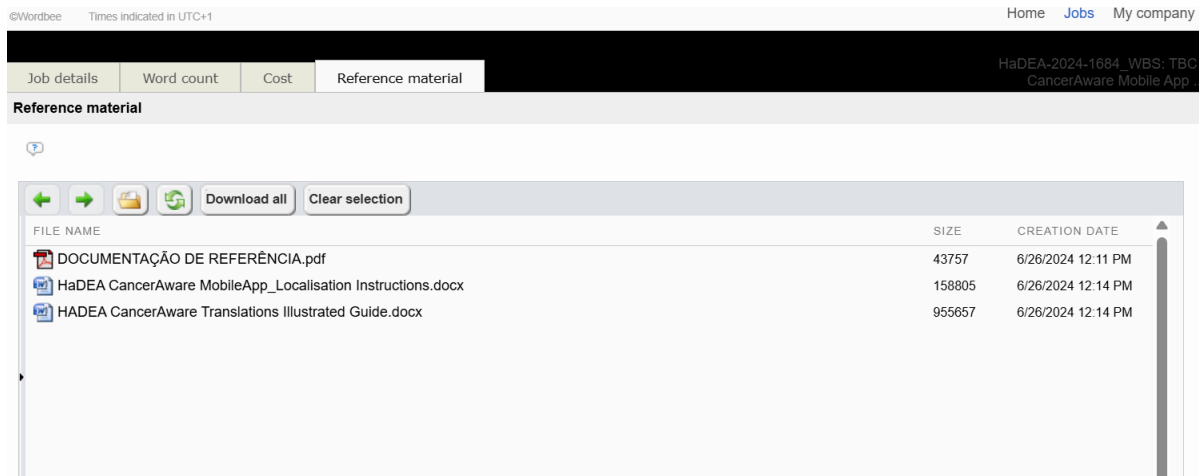


Figura 3 - Captura de ecrã a mostrar o separador da documentação de referência no Wordbee

©Wordbee Times indicated in UTC+1 Home Jobs My company

Job details Word count Cost Reference material Q-84821-TRV-001/

Word count

#	Document	No trans	110% pre-transl.	100% pre-transl.	Machine translated.	95% pre-translated	100% match or repetition	95% match or repetition	85% match or repetition	75% match or repetition	60% match or repetition	No match	WORDS Total	SEGS Total	CHARS Total
1	FICHEIRO-PARA-CONTAGEM.docx	0	0	0	0	0	744	151	251	116	192	843	2297	132	11475
TOTAL		0	0	0	0	0	744	151	251	116	192	843	2297	132	11475

Figura 4 – Captura de ecrã a mostrar o separador com a contagem de palavras no Wordbee

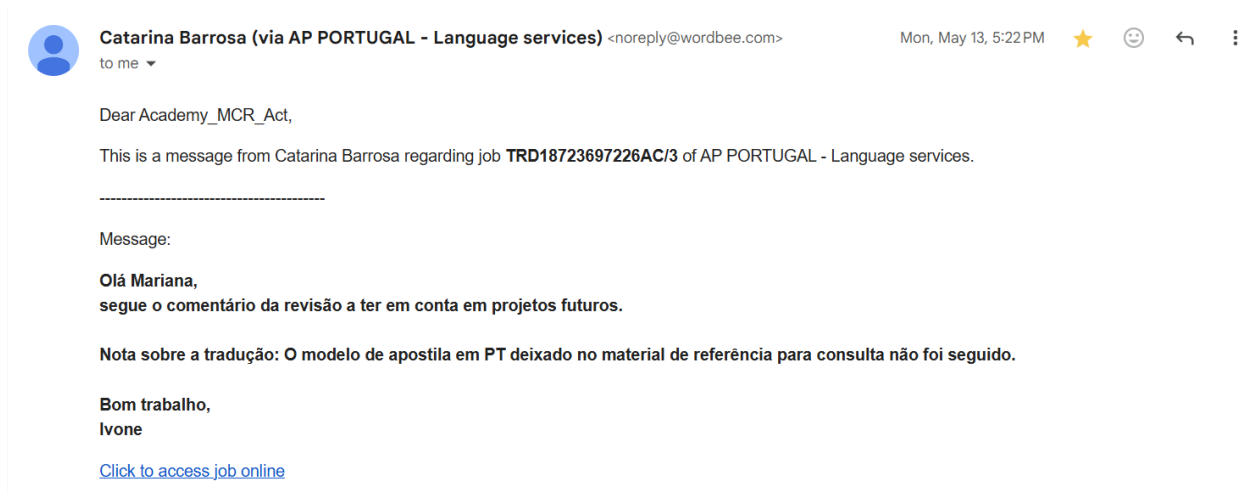


Figura 5 – Captura de ecrã a mostrar um comentário de revisão sobre um projeto de tradução

2.3. Exemplos práticos de dificuldades de tradução e soluções encontradas

Ao longo do estágio trabalhei com centenas de projetos, na sua maioria de pós-edição. No caso dos projetos realizados para a Binance e para a Apple, pertencentes à área financeira e à área tecnológica, respetivamente, o esforço de pós-edição era sempre mínimo devido à precisão da tradução automática bem como da MT e, até, no caso dos projetos para a Apple, de um glossário e da documentação de referência. Raramente surgia algum termo ou expressão que causasse estranheza ou que, devido à natureza técnica deste tipo de projetos, exigisse muita pesquisa adicional ou criatividade nas soluções de tradução. Contudo, pontualmente foram surgindo alguns projetos de outras áreas, como a culinária, o retalho e até a beleza e cosmética, que já exigiram um maior esforço de pesquisa e resolução de problemas, muitas vezes perante a falta ou até mesmo ausência total de qualquer documentação de referência ou quaisquer indicações por parte do cliente. Todos os exemplos que serão apresentados, de seguida, nas Tabelas 1 a 5 foram realizados na plataforma *Wordbee*, que contém a sua própria CAT-Tool integrada, e os textos de chegada correspondem à versão final revista e aprovada do projeto.

O primeiro exemplo prático de um projeto onde tive de contornar um desafio de tradução algo peculiar foi num projeto de pós-edição de inglês para português, realizado em junho, para o qual não obtive qualquer informação relativamente ao cliente ou ao projeto em si. O projeto continha 4 ficheiros para pós-edição. Após uma leitura integral do texto de partida, repartido pelos 4 ficheiros, percebi que se tratava de uma série de e-mails trocados entre uma loja de retalho e um fornecedor. O texto de partida apresentava alguns erros de inglês e era muito confuso, pelo que tive de alternar constantemente entre ficheiros para perceber o contexto de cada e-mail do fornecedor e a respetiva resposta obtida por parte da loja. A Tabela 1 mostra um excerto do primeiro ficheiro, que engloba o conteúdo do primeiro e-mail e, como podemos observar pela Tabela 1 (texto de partida), este continha alguns erros de pontuação e gramática que optei por corrigir de forma a tornar a leitura mais fácil e natural. Aliás, como podemos ver pelo último segmento da Tabela 1, tentei sempre redigir o texto da forma mais natural possível no português, mesmo que o original não tivesse erros gramaticais que tivessem de ser corrigidos.

Texto de partida	Texto de chegada
This NEW 19 ORDER replaces the one with same number 19 sent the 30/9 It has 40 pieces less because of 2 clients :	Esta NOVA ENCOMENDA 19 substitui a encomenda com o mesmo número 19 enviada a 30/9 . Tem menos 40 peças por causa de 2 clientes:
. one closed the shop	- um fechou a loja
- another is upset again, he was with summer and now again with winter delivers	- o outro está novamente insatisfeito, já estava relativamente ao verão e agora está de novo com as entregas de inverno
I'm really sorry for this, it is also very bad for us, but even after my visit to clients, no solution was found	Lamento imenso o sucedido, isto também é muito mau para nós, mas mesmo depois da minha visita aos clientes, não se conseguiu chegar a uma solução

Tabela 1 - Excerto do projeto nº 1

Ainda no mesmo projeto mas num ficheiro diferente, surgia outro e-mail, desta vez sobre um assunto diferente. O remetente era diferente do anterior, mas o texto continha vários erros de gramática e pontuação no inglês, consideravelmente mais graves do que os do excerto anterior.

Texto de partida	Texto de chegada
Recently we noticed big percentage of illness in the production.	Recentemente, notámos uma grande percentagem de pessoas da produção a ficarem doentes.
People were absent for three weeks in different time..	Houve pessoas que estiveram ausentes durante cerca de três semanas em alturas diferentes...
It happened as in the sewery as in the cutting department as well.	Aconteceu tanto na costura como no departamento de corte.
It cost delays.	Causou atrasos.
The materials are cut late, than whole production is later and some sewers absent so we had to find another partners for production.	Os materiais foram cortados tarde, toda a produção atrasou e alguns costureiros estiveram ausentes , pelo que tivemos de encontrar outros parceiros para a produção.
Additional to it , we do new cups :	Para além disso, criámos novas copas:
brassiere S class, balconette MHM , bra ultra.	sutiã classe S, balconette MHM, sutiã ultra.
Some sizes were difficult to put materials on cup , it needed time for developing constructions.	Para alguns tamanhos era difícil colocar os materiais nas copas , sendo necessário mais tempo para desenvolver as construções.

Tabela 2 - Excerto do projeto nº 1

Ao longo do estágio fui, também, recebendo projetos de pequena dimensão da área da cosmética e até da culinária, duas áreas que me fascinam e que, portanto, tive um enorme prazer em traduzir. A Tabela 3 mostra um excerto de um projeto de tradução de inglês para

português de um anúncio para um produto de cosmética. Perante a ausência de indicações ou documentação de referência, tive uma maior liberdade de pesquisa e baseei-me em vários *websites* de marcas de cosmética e beleza para me certificar que utilizava a terminologia correta. A falta de documentação de apoio foi um desafio frequente neste tipo de projetos cujo destino seria a publicação em *websites* ou aplicações, pelo que tive de considerar o público-alvo e basear-me nas estruturas fraseológicas e na terminologia utilizada em vários anúncios publicitários de produtos de cosmética da mesma natureza.

Texto de partida	Texto de chegada
<p>mrk1 FACE & LIPS TRIO : /mrk1 mrk2 Highlighter, Lip Balm and Blush. /mrk2 mrk3 These playful formulas are ideal for swiping on with your finger or a brush. /mrk3</p>	<p>mrk1 TRIO ROSTO & LÁBIOS : /mrk1 mrk2 Iluminador, Bálsamo Labial e Blush. /mrk2 mrk3 Estas fórmulas divertidas são ideais para aplicar com o dedo ou com um pincel. /mrk3</p>

Tabela 3 - Excerto do projeto nº 2

Já os projetos relacionados com a culinária e produtos alimentares apresentaram um desafio semelhante, devido à especificidade da terminologia e da necessidade de pesquisa em *websites* e livros de culinária. A Tabela 4 mostra um projeto de tradução de inglês para português de um rótulo de um produto alimentar, neste caso, de uma infusão de Rooibos. A tradução de rótulos de produtos alimentares é sempre uma tarefa de responsabilidade acrescida, uma vez que muitas pessoas têm intolerâncias e alergias alimentares e a desinformação ou o consumo impróprio de certos ingredientes pode levar a graves consequências de saúde. Como tal, mais uma vez perante a falta de documentação de referência e à semelhança do que sucedeu com os projetos de produtos de cosmética, baseei-me nos rótulos de produtos semelhantes que tinha em casa e também efetuei uma pesquisa por imagens de rótulos de infusões que contivessem os mesmos ingredientes. Também tive um cuidado redobrado na revisão de forma a certificar-me que os ingredientes, as percentagens e as instruções de armazenamento estavam de acordo com o texto de partida e não continham erros ou omissões.

Texto de partida	Texto de chegada
Lemon flavoured organic Rooibos infusion with ginger.	Infusão biológica de Rooibos com sabor a limão e gengibre.
Ingredients: Rooibos* (43%), Lemongrass*, Ginger root* (15%), White Hibiscus*, Natural lemon flavouring* (5%), Lemon Peel* (3%), Orange Peel*.	Ingredientes: Rooibos* (43%), erva-príncipe*, raiz de gengibre* (15%), hibisco branco*, aroma natural de limão* (5%), casca de limão* (3%), casca de laranja*.
Store in a cool, dry place.	Armazenar num local fresco e seco.
Best Before: See Base	Prazo de validade: Ver base

Tabela 4 - Excerto do projeto nº 3

Na Tabela 5, podemos observar outro excerto de um projeto de pós-edição de inglês para português, desta vez de um documento de natureza jurídica, mais concretamente um pedido de pensão de reforma individual. Este tipo de projetos, de cariz jurídico (certificados, diplomas, licenças, entre outros) costuma ter uma grande quantidade de material de referência e indicações por parte ou do cliente ou do gestor de projetos - por exemplo, documentos oficiais com Apostila em que o modelo da mesma tem de ser seguido à risca. No entanto, para este projeto, possivelmente por se tratar de uma pós-edição e não de uma tradução de raiz, não havia qualquer documentação de referência nem indicações por parte do cliente ou do gestor, pelo que o esforço de edição foi menor e optei por recorrer a fontes como o EUR-Lex, o IATE, o Juremy e até mesmo o *website* da Segurança Social para confirmar alguns termos e expressões de natureza jurídica. Este tipo de projeto requer muita atenção ao pormenor, uma vez que na área jurídica a terminologia utilizada pode ser algo confusa, havendo, por exemplo, diferentes expressões que remontam para o mesmo conceito (*According to/Pursuant to* - Nos termos de).

Texto de partida	Texto de chegada
By application submitted on 16 December 2021 through the Portuguese competent institution, Mr. (...) wishes to be granted a personal retirement pension.	Por requerimento apresentado em 16 de dezembro de 2021 através da instituição portuguesa competente, o Sr. (...) pretende que lhe seja concedida uma pensão de reforma individual.
According to Article 69b(2) of the Social Insurance Code /SIC/, men who have worked 15 years under the first category of work may retire in 2021 if they have reached the age of 58 years and 08 months, and in 2022 if they have reached the age of 58 years and 10 months and the sum of retirement pensions and age is 100.	Nos termos do artigo 69.º, n.º 2 b do Código da Segurança Social (CSS), indivíduos que tenham trabalhado 15 anos na primeira categoria de trabalho podem reformar-se, em 2021, se tiverem atingido os 58 anos e 08 meses de idade, e em 2022 se tiverem atingido os 58 anos e 10 meses de idade e a soma das pensões de reforma e da idade for 100.
Pursuant to Article 68(1)–(2) of the SIC, in 2021, men become entitled to a retirement pension upon reaching the age of 64 years and 04 months and having completed 39 years of retirement pensions, and in 2022 - upon reaching the age of 64 years and 05 months and having completed 39 years and 02 months of retirement pensions.	Nos termos do artigo 68.º, n.ºs 1 e 2 do CSS, em 2021, indivíduos passam a ter direito a uma pensão de reforma quando atingem os 64 anos e 04 meses de idade e tenham completado 39 anos de pensões de reforma, e em 2022 quando atingem os 64 anos e 05 meses de idade e tiverem completado 39 anos e 02 meses de pensões de reforma.

Tabela 5 - Excerto do projeto nº 4

3. O Futuro do Tradutor

Neste terceiro e último capítulo, é feita uma reflexão sobre algumas das especificidades do trabalho do tradutor na atualidade, nomeadamente o trabalho remoto, a solidão e outros problemas de cariz físico e mental que podem surgir do mesmo e o aparecimento e desenvolvimento de ferramentas de apoio à tradução que dividem a comunidade tradutiva e a população geral em duas categorias: os que encaram estas ferramentas como uma mais-valia

para o seu trabalho, e os que sentem que o seu trabalho se encontra ameaçado pelas mesmas ferramentas que, ao longo dos anos, ajudaram a criar e desenvolver.

3.1. O Trabalho Remoto – Desafios, Benefícios e o Futuro

O maior desafio que enfrentei ao longo destes 6 meses de estágio foi, sem dúvida alguma, o regime remoto. Antes de mais, é importante fazer a distinção entre o teletrabalho e o trabalho remoto, pois não são exatamente a mesma coisa. O teletrabalho é uma situação mais específica, porque pressupõe sempre a existência de um contrato de trabalho e há um contacto permanente com as pessoas com quem se trabalha, enquanto que o trabalho remoto não pressupõe essas condicionantes, sendo que o trabalhador pode optar por trabalhar onde quiser e da forma que preferir, desde que o trabalho seja cumprido dentro do prazo (Reis, 2022). Aquilo que inicialmente me pareceu ser a situação de trabalho ideal para alguém como eu, uma pessoa calma e introvertida que gosta do seu espaço, do seu conforto e de algum silêncio para se poder concentrar, acabou por originar bastantes noites sem dormir, problemas de saúde (tanto físicos como mentais) e muitas dúvidas sobre as minhas escolhas profissionais, culminando num estado de *burnout* físico e psicológico. De facto, aquilo que me atraiu em relação ao estágio em regime remoto esteve presente desde o início – uma maior autonomia e liberdade, o conforto de casa, menores gastos em comida e transportes, entre outros pontos indiscutivelmente positivos. Contudo, é preciso ver os dois lados da mesma moeda. A minha rotina diária, que antes envolvia muita atividade física (deslocações entre a casa e a faculdade para além da prática de exercício físico regular) e interação e comunicação pessoal diárias com outras pessoas (amigos, colegas de faculdade, familiares, docentes e até funcionários dos sítios que frequentava), transformou-se numa realidade quase oposta a essa. Acordar, preparar-me para o trabalho, fazer o trabalho, comunicar com os gestores de projetos (pouco), fazer as minhas refeições, descansar (pouco), sair do trabalho, tudo isto sem sair realmente do mesmo local e sem ter qualquer tipo de interação presencial com alguém que não pertencesse ao meu agregado familiar. Adicionando-se um considerável volume de trabalho diário com o qual não estava habituada a lidar e considerando a quantidade de horas por dia que eram passadas em frente a um ecrã, rapidamente comecei a perceber que tinha subestimado a minha capacidade

de passar tanto tempo isolada do resto do mundo. Comecei a sentir-me muito solitária, desmotivada, sedentária e ansiosa. A pouca comunicação que tive com outras estagiárias era feita através de mensagens e sempre relacionada com o trabalho. A realidade é que este é um ponto difícil de contornar, uma vez que a própria condição da socialização humana é precisamente isso: humana. O 1º Relatório Anual do Estado do Trabalho Remoto em Portugal, publicado pela Remote Portugal, revela um alto nível de satisfação com o trabalho remoto em Portugal graças aos fatores que já mencionei como, por exemplo, as horas extra que os trabalhadores ganham por não se terem de deslocar fisicamente ao local de trabalho. No entanto, importa salientar que nem sempre essas horas extra são ocupadas da melhor forma. De acordo com o relatório, 35% de inquiridos indicaram trabalhar mais de 8 horas por dia, ou seja, tiveram dificuldades em “desligar” do trabalho e continuaram a trabalhar fora do horário, situação na qual também me encontrei várias vezes ao longo do estágio. O isolamento também foi apontado como um dos principais desafios, bem como a dificuldade em provar o esforço de trabalho perante a gestão, a saúde mental e bem-estar. Este fator é particularmente interessante. De facto, temos uma maior liberdade e autonomia no trabalho remoto pois não temos ninguém a “controlar” ou “vigiar” o que fazemos durante o dia, como nos organizamos e repartimos as tarefas e qual é o nosso nível de esforço e concentração ao longo do dia de trabalho. Mas isto nem sempre é positivo. A verdade é que duas pessoas podem produzir o mesmo volume de trabalho ao fim de um mês, mas uma pode ter tido um volume de trabalho constante e fácil de gerir enquanto a outra teve um volume de trabalho irregular, com muitos projetos grandes num dia e pouquíssimo trabalho no outro. Pessoalmente, voltando a refletir sobre a minha experiência de estágio, senti que alguns gestores de projetos geriam muito bem o meu dia de trabalho, enviando-me vários projetos que conseguia concluir dentro de uma hora ou menos, ocupando o meu dia com muito trabalho diversificado, enquanto que outros me atribuíam apenas projetos de grandes dimensões, por vezes com centenas de ficheiros onde grande parte do conteúdo não era sequer editável. Nestes casos, acabava por perder muito tempo a abrir cada ficheiro e a procurar por conteúdo a traduzir. No final, muito pouco tempo acabava por ser dedicado à própria tarefa de tradução. Contudo, o fator mais desafiante de todos e o que me levou a querer refletir sobre a questão dos desafios do trabalho remoto mais

a fundo foi mesmo o isolamento. Nas conclusões do relatório, a Remote Portugal afirma que “Também aqui as empresas podem tentar ajudar ao promover encontros que estimulem a socialização, a partilha e o feedback.”. De facto, uma das iniciativas que sugeri no último mês de autoavaliação do estágio foi, precisamente, que se marcassem mais atividades e eventos, tanto *online* como presencialmente, de forma a promover a socialização pessoal entre os estagiários e os vários colaboradores da empresa. Aliás, a ideia chegou a ser mencionada algumas vezes ao longo das reuniões semanais via *Zoom* pelos próprios mentores/gestores, mas nunca chegou a ser posta em prática, pelo menos durante os seis meses durante os quais estagiei. Num estudo de 2020 intitulado *Loneliness and the Workplace*, a Cigna, empresa multinacional americana de gestão de cuidados de saúde e de seguros, procurou explorar o impacto da solidão na cultura e no local de trabalho em mais de 10 000 cidadãos norte-americanos. Em 2019, 61% dos inquiridos, ou seja, 3 em cada 5 cidadãos americanos confessaram sentir solidão. Melhorar a conexão interpessoal no trabalho é uma medida apontada pela Cigna para a prevenção deste crescente sentimento coletivo que pode influenciar negativamente a saúde mental do trabalhador e, conseqüentemente, o seu desempenho profissional. Segundo o estudo, os trabalhadores afirmam que ter um “melhor amigo” ou um bom amigo no local de trabalho reduz o nível de solidão em 6 pontos (na escala utilizada do estudo, de 20-80, sendo 20 “menos solitário” e 80 “muito solitário”, isto traduz-se numa diferença de 43.2 para 48.8). Ainda assim, e apesar de todos os desafios que o trabalho remoto pode trazer, é inegável que este método de trabalho tem vindo a ganhar cada vez mais adesão e popularidade, como evidencia o relatório da Remote Portugal – 43% dos inquiridos indica estar satisfeito com o trabalho remoto, apontando como principais benefícios a possibilidade de ter um horário flexível (10%), o equilíbrio entre a vida pessoal e profissional (12%), a possibilidade de trabalhar a partir de casa (12%), a flexibilidade para trabalhar em qualquer local (13%) e não precisar de fazer deslocações (17%). Quanto às previsões para o futuro, 49% dos inquiridos nomeia o regime misto como cenário futuro ideal, indicando que gostariam de trabalhar a partir de casa apenas dois ou três dias por semana e os restantes no escritório.

É inegável que o trabalho remoto veio para ficar, sendo cada vez mais importante considerar os desafios que implica e criar estratégias para os enfrentar. Como tal, é fundamental que as empresas tenham em conta a forma como empregam o regime remoto, que procurem saber como os seus trabalhadores preferem comunicar (mensagens, chamadas, reuniões), que criem momentos de interação social, quer *online* (podem organizar um evento de *quiz*, por exemplo) quer presencialmente para quem se conseguir deslocar até ao escritório ou outro local que possa vir a ser acordado para a realização do evento (um *coffee break* ou um jantar de empresa, por exemplo). Quanto aos trabalhadores, também existem formas de combater a solidão e manter uma boa relação entre a vida profissional e a vida pessoal, como a prática regular de exercício físico e uma boa higiene do sono. Os empregadores podem incentivar os seus trabalhadores a manter bons hábitos através de pequenos gestos motivacionais como, por exemplo, a oferta de um vale de desconto para inscrição num ginásio (Cigna, 2020). Mas, acima de tudo, é essencial que exista uma boa comunicação entre a empresa e os seus trabalhadores e uma preocupação com o bem-estar mental e físico de todos, de forma a que estes problemas não se tornem num entrave à produtividade e ao desempenho de cada trabalhador e, conseqüentemente, da empresa em si.

3.2. O Homem e a Máquina – CAT Tools, Tradução Automática e a Inteligência Artificial

Ao longo destes 6 meses de estágio na AP, tive a oportunidade e o privilégio de aprender a utilizar e trabalhar com uma grande variedade de ferramentas de tradução assistida (no inglês, *Computer-Assisted Translation* ou *CAT Tools*). Wordbee, Smartling, Memsource, MemoQ, Smartcat e Subtitle Edit foram algumas das *CAT Tools* que mais utilizei ao longo do estágio, sendo que já tinha tido experiência com algumas destas, para além de outras com as quais trabalhámos durante o Mestrado, como o SDL Trados Studio.

A Tradução Automática (TA) e a Inteligência Artificial (IA) são dois tópicos que têm vindo a gerar alguma controvérsia dentro do mundo da tradução. Cada vez mais tradutores profissionais aproveitam as sugestões dos tradutores automáticos para criar uma tradução final de alta

qualidade, o que levanta uma questão importante: Seremos mais do que meros “corretores” dos erros cometidos por máquinas? (Green et al., 2015)

Ora, as próprias designações que utilizamos quando nos referirmos à TA sugerem o envolvimento do ser humano. No inglês, surgem termos como “*machine-aided/assisted human translation*” (tradução humana assistida por máquina), “*human-aided/assisted machine translation*” (tradução automática assistida por humanos) e, apesar da ênfase não estar sempre no mesmo elemento, a existência de ambos está sempre implícita. Até mesmo quando refletimos sobre as ferramentas CAT (tradução assistida por computadores), o foco mantém-se no tradutor humano, cuja tarefa (tradução) é meramente apoiada (assistida) pelas ferramentas tecnológicas. (Han, 2020)

Voltando a refletir sobre a minha experiência de estágio, lembro-me que nos foi explicado, logo durante o período de formação, o “ciclo de vida” de um projeto de tradução. Este é, de facto, todo um ciclo estruturado e complexo, passando por várias etapas e, frequentemente, por vários linguistas. No caso da AP, o ciclo típico de um projeto de tradução envolvia a fase da pré-tradução, onde o documento entregue pelo cliente era submetido a um processo de *Desktop Publishing*, ou DTP. O DTP podia servir para efeitos de orçamentação, sendo necessário fazer uma contagem de palavras, ou para retirar do documento apenas o conteúdo a traduzir, mas, em ambos os casos, era preciso tornar o documento editável e ter em conta todos os elementos que não seriam para contabilizar ou traduzir (como imagens, logótipos, assinaturas, entre outros). Terminado este processo, seguia-se a fase da tradução, efetuada por um ou mais tradutores, mas sempre em colaboração constante com os gestores de projetos ou os revisores, cuja função seria rever e corrigir a tradução (bem como dar *feedback* e sugerir melhorias ao tradutor para não repetir os mesmos erros em projetos futuros). As CAT Tools e as memórias de tradução (MT) também auxiliavam esta fase do projeto, mas a prioridade era quase sempre seguir as indicações do cliente e o material de referência que nos era fornecido pelo mesmo. Assim, o esforço humano acabava sempre por se sobrepor exponencialmente ao *input* das ferramentas tecnológicas. Por fim, tendo sido feita uma revisão do projeto de tradução, havia ainda uma última fase, a de pós-tradução, que consistia numa verificação final do documento a entregar ao cliente, para garantir que estava devidamente traduzido e formatado. Todo este

ciclo de vida envolve, portanto, a colaboração de várias partes para chegar ao produto final desejado, e nenhuma das etapas pode ser iniciada sem a anterior ter sido concluída com sucesso. Portanto, não me parece justo nem fundamentado afirmar que o tradutor desempenha o papel de mero “corretor” de erros de TA. Uma tradução de alta qualidade requer organização, planeamento, divisão de tarefas e revisão, releitura e controlo de qualidade, e o tradutor está presente em todas estas fases. A Inteligência Artificial (IA), incorporada em muitos dos *softwares* de tradução mais utilizados hoje em dia, tem dado muito que falar nos últimos anos, mas não é uma invenção tão recente quanto muitos pensam, tendo surgido na década de 1950. Hoje em dia, através da evolução tecnológica, encontra-se muito mais desenvolvida e permite traduzir grandes volumes de texto a uma velocidade surpreendente, bem como traduzir vários textos para várias línguas diferentes em simultâneo. Contudo, a IA continua a ter inúmeras limitações e está longe de substituir o tradutor humano no que toca ao rigor, à precisão e à capacidade de interpretação do texto de partida. A IA não tem a capacidade, por exemplo, de avaliar e adaptar uma tradução ao seu potencial público-alvo, nem de considerar as normas e culturas locais, a intenção ou mensagem do texto original, respeitar o estilo do autor original ou ter em conta as expectativas do leitor. Todas estas nuances requerem o olhar atento e a capacidade de pesquisa e interpretação do tradutor humano, pelo que, quando pretendemos uma tradução de alta qualidade, fiel ao original e adaptada ao público-alvo, devemos encarar a IA como uma ferramenta que pode auxiliar o trabalho do tradutor, não substituí-lo. (Optilingua International, 2023).

Para além disso, não nos podemos esquecer que tanto a TA como a IA são invenções humanas e que, portanto, são as nossas correções que ajudam a máquina a produzir melhores sugestões, o que, por sua vez, agiliza e potencia o nosso trabalho. O chamado “loop de feedback positivo” é uma prova da natureza simbiótica da relação entre o tradutor e a TA, dois elementos que se apoiam mutuamente, sendo que o último não existiria sem o primeiro. (Green et al., 2015).

Não podemos negar que o futuro do tradutor é algo incerto e transmutável. Uma profissão que, no nosso país, não é regulamentada, que vive muito do trabalho por conta própria e, cada vez mais, se apoia nas tecnologias e pode ser feita à distância, traz consigo muitos benefícios, mas também muitos receios e desafios. Lembro-me de, numa das primeiras aulas do Mestrado, um

professor ter mencionado o estereótipo do tradutor que trabalha em casa, de pijama, com uma chávena de café na secretária e o gatinho ao colo, uma imagem de paz e serenidade, mas que a realidade nem sempre seria assim. De facto, ao longo destes seis meses fui desvendando a realidade por detrás do trabalho do tradutor, o nível de autonomia e disciplina que é exigido para que tudo seja feito com rigor e para que se cumpram sempre os prazos, a rede complexa de linguistas e gestores que possibilita o ciclo de vida de cada projeto e garante a organização e a qualidade do trabalho de cada empresa, a importância de priorizar a satisfação dos clientes e de manter uma boa relação com os mesmos. Descobri que pode, efetivamente, ser uma profissão algo solitária a menos que se mantenha um regime de trabalho híbrido, e que é importante que as empresas considerem muito seriamente os perigos do isolamento, esforçando-se por proporcionar mais momentos de interação, tanto *online* como presenciais, gerando mais feedback e organizando eventos, por exemplo. Também pude testemunhar o quanto as ferramentas tecnológicas de tradução nos podem ajudar, agilizando o nosso trabalho e permitindo-nos comunicar e trabalhar a partir de qualquer lugar, mas aprendi igualmente que a qualidade final de cada projeto está sempre dependente do raciocínio, da lógica e até, por vezes, da emoção que nenhuma máquina é capaz de reproduzir. O futuro do tradutor não me parece, portanto, estar minimamente em risco. Parece-me estar em mudança, e nós só temos de saber mudar com ele.

Conclusão

O presente relatório teve como objetivo relatar e ilustrar a minha experiência de estágio na empresa AP | Portugal – Tech Language Solutions, no âmbito do Mestrado em Tradução e Serviços Linguísticos da Faculdade de Letras da Universidade do Porto, que teve a duração total de seis meses e foi levado a cabo em regime inteiramente remoto.

Considero que estes seis meses de estágio foram, acima de tudo, extremamente enriquecedores. Adquiri conhecimentos e ensinamentos que vou levar para o resto da minha

vida, tanto profissional como pessoal. Para além do período de formação inicial, do qual obtive sete certificados para adicionar ao meu currículo, tive a oportunidade de experienciar um ambiente de trabalho remoto, com todos os seus benefícios e desafios, de trabalhar com as mais variadas ferramentas de tradução, algumas das quais não teria tido a oportunidade de explorar de outra forma, de aprender a gerir o meu dia de trabalho e o meu tempo e a saber lidar com os momentos mais complicados e com os dias mais atarefados. Sinto que desenvolvi competências linguísticas e tradutivas através da realização dos projetos de tradução, pós-edição, transcrição e legendagem, tendo enriquecido o meu vocabulário e conhecimento geral de áreas mais específicas, como a tecnológica e a económico-financeira, por exemplo (projetos Apple e Binance, respetivamente).

Este estágio também me permitiu desenvolver competências pessoais essenciais, forçando-me a criar e manter uma rotina de trabalho estruturada e organizada, a ser mais autónoma, disciplinada e rigorosa. Para além disso, a minha experiência menos positiva com alguns aspetos do trabalho remoto levou-me a querer pesquisar mais sobre este assunto, uma vez que se trata de uma questão relativamente recente, e a explorar essa temática no presente relatório. Esta investigação obrigou-me a olhar para a minha experiência de uma perspetiva mais neutra e com o objetivo de tentar entender como posso garantir uma experiência mais positiva caso tenha de voltar ao trabalho remoto ou híbrido no futuro.

Em retrospectiva, sinto-me satisfeita com o meu percurso, orgulhosa da minha evolução e muito grata à AP pela oportunidade e por todas as ferramentas que me deram para construir um futuro de muito sucesso e concretização profissional e pessoal. Quanto a perspetivas futuras, foi em parte graças ao trabalho remoto que percebi o quanto valorizo a comunicação e a interação com outras pessoas, o que me levou a começar a considerar uma mudança de rumo, um “bichinho” que foi crescendo e crescendo até que decidi dar uma oportunidade à Interpretação de Conferência, tendo-me inscrito no curso de Especialização em Interpretação de Conferência da Faculdade de Letras da Universidade do Porto. Neste sentido, até os aspetos menos positivos desta experiência de estágio acabaram por se manifestar numa oportunidade de crescimento profissional e pessoal. Afinal, as competências que este estágio me ajudou a ganhar são universais a qualquer prestador de serviços linguísticos, como a adaptabilidade, a

disciplina, a ética de trabalho e as competências culturais e linguísticas. Sinto-me confiante e positiva perante o meu futuro enquanto linguista, e sei que levo destes seis meses todas as ferramentas de que necessito e que irei aplicar a cada passo do percurso, independentemente de onde este me levar.

Referências Bibliográficas

Optilingua International. (2023, 21 de março). *The impact of AI on the future of translation*.

<https://www.alphatrad.com/news/future-impact-ai-translation>

Reis, C. (2022, September 27). *As diferenças entre teletrabalho e trabalho remoto*. Ekonomista.

<https://www.e-konomista.pt/diferencas-teletrabalho-trabalho-remoto/>

Portugal, R. (2021, 25 de novembro). *1º Relatório Anual do Estado do Trabalho Remoto em*

Portugal - Remote Portugal. Remote Portugal. <https://remoteportugal.pt/1o-relatorio-anual->

[do-estado-do-trabalho-remoto-em-portugal/](https://remoteportugal.pt/1o-relatorio-anual-do-estado-do-trabalho-remoto-em-portugal/)

Cigna. (2020). *Loneliness and the Workplace*. Cigna. [cigna-2020-loneliness-factsheet.pdf](#)

Cigna. (2020) *Loneliness and Work – Building Emotional Connections*. Cigna.

[loneliness and work - building emotional connections.pdf \(cignaglobal.com\)](#)

Han, B. (2020). *Translation, from Pen-and-Paper to Computer-Assisted Tools (CAT tools) and*

Machine Translation (MT). Proceedings.

<https://doi.org/10.3390/proceedings2020063056>

Green, S., Heer, J., & Manning, C. D. (2015). *Natural language translation at the intersection of AI and HCI*. *Communications of the ACM*, 58(9), 46–53. <https://doi.org/10.1145/2767151>

ANEXOS

ANEXO I – CERTIFICADO ISO 17100



Certificado

Qualidade - ISO 17100

Certificamos que
Mariana Wolfs Cravo

concluiu com sucesso o curso de formação supra.

Mário Júnior - Gestor da formação

Emitido a 2024-01-03

Válido até 2025-01-02

Certificate ID: tsb5wdqpx

Powered by
amazing people with great technology

ANEXO II – CERTIFICADO ISO 18587 (Pós-Edição)



Certificado

Qualidade - ISO 18587 (Pós-Edição)

Certificamos que
Mariana Wolfs Cravo

concluiu com sucesso o curso de formação supra.

Mário Júnior - Gestor da formação

Emitido a 2024-01-18

Válido até 2025-01-17

Certificate ID: raff9q1uws

Powered by
amazing people with great technology

ANEXO III – CERTIFICADO GESTÃO DE PROJETOS E TRADUÇÃO



Certificado

Gestão de Projetos e Tradução

Certificamos que
Mariana Wolfs Cravo

concluiu com sucesso o curso de formação supra.

Mário Júnior - Gestor da formação

Emitido a 2024-01-29

Válido até 2025-01-28

Certificate ID: rw5ivldjla

Powered by
amazing people with great technology

ANEXO IV – CERTIFICADO INTERNACIONALIZAÇÃO E GESTÃO DE CONTEÚDO DIGITAL



Certificado

Internacionalização e Gestão de Conteúdo Digital

Certificamos que
Mariana Wolfs Cravo

concluiu com sucesso o curso de formação supra.

Mário Júnior - Gestor da formação

Emitido a 2024-01-24

Válido até 2025-01-23

Certificate ID: ex214ldmvx

Powered by
amazing people with great technology

ANEXO V – CERTIFICADO DTP E CONTROLO DE QUALIDADE



Certificado

Desktop Publishing e Controlo de Qualidade

Certificamos que
Mariana Wolfs Cravo

concluiu com sucesso o curso de formação supra.

Mário Júnior - Gestor da formação

Emitido a 2024-01-16

Válido até 2025-01-15

Certificate ID: pnykpcxuk

Powered by
amazing people with great technology

ANEXO VI – CERTIFICADO TRADUÇÃO E LEGENDAGEM



Certificado

Tradução e Legendagem

Certificamos que
Mariana Wolfs Cravo

concluiu com sucesso o curso de formação supra.

Mário Júnior - Gestor da formação

Emitido a 2024-01-09

Válido até 2025-01-08

Certificate ID: cqt4fzg1me

Powered by
amazing people with great technology

ANEXO VII – CERTIFICADO ESCRITÓRIOS DIGITAIS & TELETRABALHO



Certificado

Escritórios Digitais & Teletrabalho

Certificamos que
Mariana Wolfs Cravo

concluiu com sucesso o curso de formação supra.

Mário Júnior - Gestor da formação

Emitido a 2024-01-05

Válido até 2025-01-04

Certificate ID: vpkfrwlvlr

Powered by
amazing people with great technology

ANEXO VIII – LONELINESS AND THE WORKPLACE

LONELINESS AND THE Workplace

2020 U.S. REPORT: To further explore the impact of loneliness, in our culture and in our workplaces, Cigna fielded a national survey of 10,000 U.S. adults.¹

UCLA LONELINESS SCALE



The evaluation of loneliness below was measured by a score of 43 or higher on the UCLA Loneliness Scale, a 20-item questionnaire developed to assess subjective feelings of loneliness, as well as social isolation. The UCLA Loneliness Scale is a frequently referenced and acknowledged academic measure used to gauge loneliness. The study's questions assess respondents' subjective feelings of loneliness, social isolation, health, work performance and other factors, and all data reflects these self-reported feelings.

THE STATE OF LONELINESS TODAY

In 2018, Cigna conducted a large national online survey of U.S. adults to explore the impact of loneliness and found that loneliness was at epidemic levels.

In 2019, our results showed that the mental health crisis is growing – three in five Americans (61%) report feeling lonely, compared to more than half (54%) in 2018.



WHY? KEY DETERMINANTS OF LONELINESS IN AMERICA

- A lack of social support and infrequent meaningful social interactions.
- Poor physical and mental health.
- Negative feelings about one's personal relationships.
- A lack of "balance" in one's daily activities – doing too much or too little of any given thing (e.g., sleep, work).

LONELINESS ACROSS KEY DEMOGRAPHICS

- GENERATION**
Younger generations are lonelier than older generations. Nearly eight in 10 Gen Zers (79%) and seven in 10 millennials (71%) are lonely, vs. half of boomers (50%).
- ANNUAL HOUSEHOLD INCOME**
Higher-income individuals are less lonely than those with lower incomes. People with incomes of \$25K or less had a 7.2-point higher loneliness score than those with incomes of \$125K or greater (50.6 vs. 43.3).
- GENDER**
Men (46.1) are lonelier than women (45.3).
- COMMUNITY**
Those living in urban (46.7) and suburban (44.7) communities are less lonely than those in rural areas (47.0).
- RACE/ETHNICITY**
Hispanic respondents (47.7) and those who identify their race as "other" (47.2) are loneliest, followed by Black/African-American respondents (46.3).

See page 2 for more details on loneliness in the workplace.

¹ In partnership with Ipsos, Cigna fielded a national online survey of approximately 10,000 U.S. adults to further explore the impact of loneliness in the U.S., and specifically loneliness in the workplace.

² Key substance use and mental health indicators in the United States: Results from the 2015 National Survey on Drug Use and Health. Rockville, MD: Center for Behavioral Health Statistics and Quality, Substance Abuse and Mental Health Services Administration, 2016.

For more information, please visit Cigna.com/CombatingLoneliness



**LONELINESS AND THE WORKPLACE:
WORK AND LONELINESS ARE INEXTRICABLY LINKED**



WORK SATISFACTION

Americans who feel as though they work less than they want (49.6) are almost three points lonelier on the UCLA Loneliness Scale than those who work more than they want (46.9), and more than six points lonelier than those who feel they work as much as they want (43.5).



COWORKER RELATIONSHIPS

People who report that they don't have good relationships with their coworkers (53.7) are 10 points lonelier than those who do (43.7).



WORK-LIFE BALANCE

Americans who feel they don't have a good work-life balance (50.8) are seven points lonelier than those who say they do (44.0).

THE COSTS OF LONELINESS



MISSED DAYS AT WORK

Lonely workers report being twice as likely to miss a day of work due to illness, and five times as likely to miss a day of work due to stress.



LOWER QUALITY OF WORK

While only 4% of non-lonely workers report that the quality of their work is lower than it should be, 12% of lonely workers believe their work is lower quality than it should be.



LOWER PRODUCTIVITY

While the majority of non-lonely workers (54%) claim higher productivity than their peers most or all of the time, only 45% of lonely workers make the same claim.



HIGHER RISK OF TURNOVER

In an average month, lonely workers report that they think about quitting their job more than twice as often as non-lonely workers.

IMPROVING CONNECTIVITY AT WORK



EMPLOYEES WHO HAVE FRIENDS AT WORK ARE LESS LONELY

Employees say that having a "best friend" or good friend at work reduces loneliness by almost six points (43.2 vs. 48.8).



WORKPLACE CULTURE MATTERS

Employees who feel they share goals with their colleagues are almost eight points less lonely than those who don't feel that way (43.7 vs. 51.6).



TECHNOLOGY PLAYS A ROLE IN REDUCING LONELINESS

When employees feel that technology helps them make meaningful connections to coworkers, they are more than four points less lonely (43.9 vs. 48.0).



COMMUNICATION FREQUENCY IMPACTS LONELINESS

Increasing the frequency of phone calls and in-person conversations at work reduces loneliness. But this needs to match employees' expectations - using the phone more than the preferred amount increases loneliness by four points and having more in-person conversations than preferred increases loneliness by five points.

METHODOLOGY

Approximately 10,441 adults ages 18 and over from the continental U.S., Alaska and Hawaii were surveyed online by Ipsos Polling, in English. The precision of Ipsos online polls is measured using a credibility interval. In this case, the poll has a credibility interval of ±1.1 percentage points for all respondents surveyed.

All Cigna products and services are provided exclusively by or through operating subsidiaries of Cigna Corporation, including Cigna Health and Life Insurance Company, Cigna Behavioral Health, Inc., and HMO or service company subsidiaries of Cigna Health Corporation. The Cigna name, logo, and other Cigna marks are owned by Cigna Intellectual Property, Inc.

For more information, please visit Cigna.com/CombatingLoneliness

914434 © 2020. Some content provided under license.

