

‘Casa de lata’: brasileira relata como é rotina intensa e desafios de viver e trabalhar em cruzeiros pelo mundo

Category: BRASIL,GERAL

escrito por Maria Luiza | 30 de maio de 2026



Aos 41 anos, a gaúcha Fabiana Cuty, natural de Porto Alegre, conhece bem essa realidade.

“A moeda sempre vai ter dois lados”, resume. “Por mais que a gente chame o navio de casa de lata, tu tem que abrir mão de muita coisa. É um estilo de vida bem diferente do nosso”.

Funcionária de uma companhia italiana, ela soma cerca de dois anos e meio de trabalho embarcada. Hoje, atua no shopping do navio, cuidando da organização visual das lojas, vitrines e produtos.

“O último navio em que eu estive tinha uma capacidade para quase sete mil pessoas, mais de 300 metros de comprimento e 16 andares. Então, é uma cidade, lá dentro tem tudo”, explica.

Uma escolha de vida

A trajetória de Fabiana nos cruzeiros começou em 2009, quando embarcou pela primeira vez após uma seleção em Porto Alegre.

Depois de uma pausa de cerca de dez anos, ela decidiu voltar à vida no mar, desta vez, com planejamento e apoio da família.

“É uma vida em que a gente tem que ter objetivos, seja de novas culturas, conhecer lugares, pessoas, experiência profissional ou então objetivos econômicos”, afirma.

No entanto, apesar de gostar da experiência, ela reconhece que o ritmo não é sustentável a longo prazo.

“Acredito que não é o estilo de vida para o resto da vida. É bem cansativo. Mas, enquanto der, a gente vai indo e tendo um crescimento profissional”, comenta.

Uma rotina sem folga

Apesar do cenário que pode parecer turístico, o trabalho a bordo exige resistência.

“Ficamos sete meses a bordo, trabalhando todos os dias”, revela. “Nós temos horários de descanso, obviamente”.

No caso do shopping, a rotina depende do itinerário do navio. Em dias de navegação, ou seja, quando não há paradas, a jornada costuma começar às 9h30 e se estender até perto da meia-noite.

As lojas do shopping do navio fecham sempre que o cruzeiro está atracado em um porto. Isso acontece porque os estabelecimentos operam como free shops, seguindo regras específicas de comércio internacional.

Contudo, mesmo quando o navio está atracado, o trabalho não necessariamente para. A equipe também é responsável por tarefas como receber mercadorias, organizar estoque, precificar produtos e preparar as lojas para o dia seguinte.

Vida em cabine

Se o trabalho é intenso, a vida pessoal também passa por adaptações. Os tripulantes vivem em cabines pequenas, geralmente compartilhadas, com estrutura bem diferente da rotina em terra.

“A gente divide a cabine, eu geralmente com uma outra mulher do meu departamento, mas a gente dorme em beliches. Então, por exemplo, eu sou alta, tenho 1,75 metro, eu não consigo sentar. Então, o simples fato de chegar na minha casa e sentar na minha cama pra ler um livro, isso é um luxo”, expõe.

Assim, pequenos hábitos do cotidiano ganham outro significado quando se vive meses longe de casa.

“É engraçado. Eu chego em casa e eu vou cozinhar, vou refogar uma cebola e eu fico ali um tempinho cheirando a cebola sendo refogada porque lá a gente não cozinha”, conta.

Uma família em alto-mar

Em meio à rotina exigente, a convivência com pessoas de diferentes países se torna uma das principais marcas da experiência.

“Todo mundo se dá muito bem, desde o menino que lava o prato, o que limpa o chão, até o capitão”, conta.

No dia a dia, a troca cultural é constante, seja no trabalho, na convivência ou até na alimentação. Dentro do navio, pessoas de diferentes partes do mundo compartilham histórias e costumes. Essa diversidade aparece de forma concreta nos momentos de lazer, especialmente nos jantares temáticos organizados para a tripulação, que reúnem pratos típicos de diferentes países.

“Tem jantar temático da Índia, jantar temático oriental para os nossos colegas que são da Filipina ou da Indonésia, então

são comidas típicas. Depois, tem a noite latina, que daí tem comida brasileira, peruana”, conta Fabiana.

Além disso, a experiência favorece o aprendizado de idiomas. Fabiana fala inglês, espanhol, francês e está aprendendo italiano.

“Tu sempre acaba aprendendo uma palavra hindu, filipina, em português, e assim vai, a gente sempre aprende expressões novas, é bem bacana”, comenta.

Entre viagens e escolhas difíceis

A possibilidade de conhecer diversos países é um dos atrativos do trabalho. Em alguns momentos, há tempo livre para explorar destinos, ir à praia ou participar de excursões organizadas para a tripulação.

“Em um dia tu está na França, no outro na Espanha e assim por diante”, resume.

Mas nem sempre é possível aproveitar. Em alguns portos, parte da tripulação precisa permanecer a bordo por questões de segurança. Em outros, o cansaço fala mais alto e a preferência é dormir na cabine.

Além das viagens, o trabalho também oferece uma série de benefícios práticos que ajudam a compensar a rotina intensa. A empresa arca com custos importantes, como passagens aéreas, hospedagem antes do embarque e alimentação a bordo, além de oferecer estrutura de saúde dentro do próprio navio.

Maternidade à distância

Se a rotina exige disciplina, o maior desafio de Fabiana está na vida pessoal. Mãe de uma adolescente de 15 anos, ela passa até sete meses longe da filha e não titubeia quando responde qual o maior desafio da carreira:

“Ficar longe da minha filha, com certeza”.

A comunicação com a adolescente é mantida diariamente por mensagens. Ainda assim, ela busca formas de se fazer presente.

“Tudo é pensando nela. Então, a gente estuda junto pelo celular, eu sempre ligo para eles, sempre tento me fazer presente. Nos aniversários dela, quando eu não estou, eu entro em contato com o pai dela. A gente combina juntos”, conta.

Por outro lado, segundo Fabiana, a distância também fortalece a relação.

“Quando a gente volta, dá muito mais valor às pessoas, dá valor às pequenas coisas e tu dá valor às pessoas que aqui ficaram”, comenta.

Fonte: g1 e Publicado Por: Jornal Folha do Progresso
30/05/2026/07:29:00

O formato de distribuição de notícias do [Jornal Folha do Progresso](#) pelo celular mudou. A partir de agora, as notícias chegarão diretamente pelo formato Comunidades, ou pelo canal uma das inovações lançadas pelo WhatsApp. Não é preciso ser assinante para receber o serviço. Assim, o internauta pode ter, na palma da mão, matérias verificadas e com credibilidade. Para passar a [receber as notícias](#) do Jornal Folha do Progresso, clique nos links abaixo siga nossas redes sociais:

- [Clique aqui e nos siga no X](#)
- [Clica aqui e siga nosso Instagram](#)
- [Clique aqui e siga nossa página no Facebook](#)
- [Clique aqui e acesse o nosso canal no WhatsApp](#)
- [Clique aqui e acesse a comunidade do Jornal Folha do Progresso](#)

Apenas os administradores do grupo poderão mandar mensagens e saber quem são os integrantes da comunidade. Dessa forma, evitamos qualquer tipo de interação indevida. Sugestão de pauta enviar no e-mail: folhadoprogresso.jornal@gmail.com.

Envie vídeos, fotos e sugestões de pauta para a redação do JFP (JORNAL FOLHA DO PROGRESSO) Telefones: WhatsApp [\(93\) 98404 6835](tel:5511984046835)– (93) 98117 7649.

“Informação publicada é informação pública. Porém, para chegar até você, um grupo de pessoas trabalhou para isso. Seja ético. Copiou? Informe a fonte.”

*Publicado por Jornal Folha do Progresso, Fone para contato 93 981177649 (Tim) WhatsApp: [-93- 984046835](tel:5511984046835) (Claro)
- Site: www.folhadoprogresso.com.br e-mail: folhadoprogresso.jornal@gmail.com/ou e-mail: adeciopiran.blog@gmail.com*

[Lignosulfonato de sódio no Brasil: onde e por que ele é utilizado](#)