



## DIREITO NA COMUNIDADE E A CRISE DO TRABALHO: UMA ANÁLISE DE “A METAMORFOSE” SOB A ÓTICA DO BURNOUT

Emmyly Mardla Gomes Vieira<sup>1</sup>, Evilly Ferreira da Silva<sup>2</sup>, Rafaella Patrícia de Freitas Borges<sup>3</sup>, Tainara Gabriella da Silva<sup>4</sup>, Tamara Maria da Silva Cavalcante<sup>5</sup>, Gleyce Jacqueline Ribeiro de Santana<sup>6</sup>

<sup>1</sup> Aluna do Curso de Bacharelado em Direito – Faculdade Santíssima Trindade

<sup>2</sup> Aluna do Curso de Bacharelado em Direito – Faculdade Santíssima Trindade

<sup>3</sup> Aluna do Curso de Bacharelado em Direito – Faculdade Santíssima Trindade

<sup>4</sup> Aluna do Curso de Bacharelado em Direito – Faculdade Santíssima Trindade

<sup>5</sup> Aluna do Curso de Bacharelado em Direito – Faculdade Santíssima Trindade

<sup>6</sup> Docente do Curso de Bacharelado em Direito – Faculdade Santíssima Trindade

emmylymardla@gmail.com, evillyferreira201@gmail.com,  
rafaellaborges72@gmail.com, tainaragabriella2020@gmail.com,  
tamaracavalcante168@gmail.com, gleycejacqueline@gmail.com.

### 1 INTRODUÇÃO

Nas últimas décadas, a relação entre o sujeito e o trabalho tem se tornado cada vez mais ambígua. Se, por um lado, o trabalho é exaltado como um meio de realização pessoal, inclusão social e desenvolvimento econômico, por outro, ele tem se mostrado uma das principais fontes de sofrimento psíquico. O avanço tecnológico e a intensificação das exigências do mercado globalizado acentuaram a pressão por produtividade, eficiência e flexibilidade, impondo um ritmo cada vez mais exaustivo à vida dos trabalhadores. A esse fenômeno soma-se o enfraquecimento dos vínculos comunitários e das redes de apoio social, o que acentua a solidão e a desproteção diante das crises individuais.

Nesse cenário, a síndrome de burnout tem se consolidado como um dos maiores desafios contemporâneos da saúde mental. Reconhecida pela Organização Mundial da Saúde (OMS), ela exprime um estado de esgotamento emocional, físico e mental relacionado ao ambiente laboral, sendo particularmente frequente em profissões que exigem alto envolvimento interpessoal ou que impõem metas inatingíveis. A questão do burnout transcende o campo da psicologia e alcança o direito do trabalho, a filosofia, a sociologia e até mesmo a literatura.

É nesse horizonte que se insere a obra *A Metamorfose*, de Franz Kafka (2007), como ponto de partida para refletir sobre a crise do trabalho na modernidade e a condição do sujeito alienado. A figura de Gregor Samsa, transformado em um inseto repugnante após anos de sobrecarga e pressão familiar e profissional, serve como uma alegoria potente do colapso psíquico e existencial do trabalhador contemporâneo. O presente trabalho propõe uma análise crítica e interdisciplinar, articulando direito, literatura e saúde mental, para discutir os impactos do burnout na comunidade e o papel do Estado e das instituições na proteção da dignidade humana.

### 2 METODOLOGIA

Esta pesquisa adota uma revisão narrativa e interdisciplinar, com base em uma pesquisa bibliográfica. A obra *A Metamorfose* de Franz Kafka (2007), é analisada sob a



perspectiva da crítica literária, com enfoque simbólico e social, articulando-se com conceitos da psicologia do trabalho e do direito. Utiliza-se como aporte teórico principal a psicodinâmica do trabalho de Christophe Dejours (2005), o conceito de burnout definido pela Organização Mundial da Saúde (CID-11) e abordagens jurídicas extraídas da Constituição Federal de 1988, da Consolidação das Leis do Trabalho (CLT) e de tratados internacionais sobre o direito à saúde e ao trabalho digno.

Além de Kafka, outras obras literárias são mobilizadas para ampliar a reflexão sobre o sofrimento laboral: *Bartleby, o escrivão*, de Herman Melville (2010); *Revolução dos bichos*, de George Orwell (2009); *O operário em construção*, de Vinícius de Moraes (2003), que se aproxima da ficção científica para retratar distopias relacionadas ao mundo do trabalho.

### 3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A síndrome de burnout é um transtorno psíquico caracterizado por um estado crônico de estresse ocupacional não administrado, envolvendo sentimentos de exaustão extrema, distanciamento afetivo do trabalho e baixa realização profissional. A CID-11 da Organização Mundial da Saúde define o burnout não como uma doença, mas como um fenômeno ocupacional, sendo específico ao contexto laboral. No entanto, essa definição tem sido alvo de críticas por parte de estudiosos da saúde mental, que apontam a necessidade de compreender o burnout como uma expressão de patologias sociais mais amplas, ligadas à estrutura econômica e à organização do trabalho.

O esgotamento profissional pode evoluir para quadros de depressão, ansiedade, isolamento, uso de substâncias e até suicídio. Do ponto de vista jurídico, o burnout pode ser reconhecido como doença do trabalho, o que implica a responsabilização do empregador pelo adoecimento do empregado, nos termos dos artigos 19 a 21 da Lei nº 8.213/1991 (Brasil, 1991). Além disso, o artigo 7º, XXII, da Constituição Federal garante a “redução dos riscos inerentes ao trabalho, por meio de normas de saúde, higiene e segurança” (Brasil, 1988).

A crise do trabalho, portanto, é também uma crise dos direitos humanos. Ao transformar o sujeito em mero instrumento de produtividade, o sistema econômico atual atenta contra sua dignidade e integridade psíquica, tornando urgente a revisão das formas de organização laboral. Segundo Dejours (2005), o trabalho pode ser uma fonte de realização e identidade, mas também representa um espaço onde se instalam sofrimentos psíquicos intensos, sobretudo quando as exigências ultrapassam as capacidades subjetivas do indivíduo e não há espaço para o reconhecimento ou apoio coletivo.

A literatura de Kafka é marcada por atmosferas de opressão, absurdidade e angústia existencial. Em *A Metamorfose* (2007), a transformação física de Gregor Samsa em um inseto grotesco representa uma metamorfose psíquica e simbólica: o corpo expressa aquilo que a mente já não podia mais suportar. Gregor é um trabalhador exausto, que acorda cedo todos os dias, viaja incessantemente e não tem tempo para si. Ele não vive, apenas sobrevive para sustentar a família, que o vê como uma máquina de gerar renda, renunciando à sua própria felicidade e bem-estar para satisfazer e preencher os requisitos da sua família. E para, além disso, continuar sendo “útil”, porque só assim seria visto como alguém necessário.



Ah, meu Deus – pensou – que trabalho cansativo escolhi! Dia após dia na estrada. Os negócios são mais excitantes do que estar em casa, isso é verdade, mas, por outro lado, o trabalho é muito mais exaustivo, com aquelas viagens contínuas, as preocupações com as conexões dos trens, as refeições irregulares e ruins, os contatos humanos sempre variando, nunca duradouros, nunca calorosos (Kafka, 2007, p. 11).

Após sua metamorfose, a reação dos familiares é reveladora: mais do que a transformação física, o que incomoda é a impossibilidade de Gregor continuar trabalhando. Sua utilidade econômica é o único critério de valor. Esse abandono moral retrata a lógica do capitalismo contemporâneo, em que vínculos afetivos e sociais são corroídos pela mercantilização das relações. Gregor é, enfim, descartável — como tantos trabalhadores adoecidos que são afastados ou demitidos ao se tornarem “menos produtivos”.

A solidão de Gregor é um dos aspectos mais marcantes da obra, refletindo uma sociedade que não acolhe os que não se encaixam no ritmo exigido. A literatura de Kafka, portanto, antecipa questões que hoje são enfrentadas pela psicologia do trabalho, pelo direito e pelas políticas públicas.

Diversas obras literárias reforçam a crítica ao trabalho desumanizante. Em *Bartleby, o escrivão* (2010), Melville retrata um funcionário que, diante da absurda rotina de copiar documentos jurídicos, simplesmente decide parar, respondendo com a frase “Preferiria não fazê-lo” (I would prefer not to). Sua passividade é um grito silencioso contra um sistema que não oferece alternativa ao sofrimento.

George Orwell, em *Revolução dos bichos* (2009), utiliza a figura dos animais para criticar regimes totalitários e sistemas exploradores. O cavalo Sansão, que repete o lema “trabalharei mais ainda”, morre exausto, sem nunca perceber que sua lealdade ao sistema o condenou. Desse modo, a liberdade, outrora símbolo de autonomia, transforma-se em obrigação de rendimento contínuo. Byung-Chul Han (2017), ao analisar essa lógica de autoexploração, revela os mecanismos invisíveis de dominação que regem a chamada “Sociedade do Cansaço”:

O sujeito de desempenho está livre da instância extrema de domínio que o obriga a trabalhar ou que poderia explorá-lo. É senhor e soberano de si mesmo. Assim, não está submisso a ninguém ou está submisso apenas a si mesmo. É nisso que ele se distingue do sujeito de obediência. A queda da instância dominadora não leva à liberdade. Ao contrário, faz com que liberdade e coação coincidam. Assim, o sujeito de desempenho se entrega à liberdade coercitiva ou à livre coerção do maximizar o desempenho. O excesso de trabalho e desempenho agudiza-se numa autoexploração. Essa é mais eficiente que uma exploração do outro, pois caminha de mãos dadas com o sentimento de liberdade. O explorador é ao mesmo tempo explorado. Agressor e vítima não podem mais ser distinguidos. Essa autorreferencialidade gera uma liberdade paradoxal que, em virtude das estruturas coercitivas que lhe são inerentes, se transforma em violência. Os adoecimentos psíquicos da sociedade de desempenho são precisamente as manifestações patológicas desta liberdade paradoxal (Han, 2017, p. 29-30).

Christian Dunker (2017) propõe uma leitura do sofrimento psíquico como um fenômeno atravessado pelas transformações nas formas de vida e de convívio social contemporâneos, especialmente no que diz respeito à intimidade e ao reconhecimento. Para o autor, a precarização dos vínculos afetivos e a pressão constante por performance



individual criam um cenário em que o sujeito é forçado a lidar sozinho com o fracasso, a angústia e o mal-estar.

Compartilhar nosso sofrimento tornou-se uma tarefa ainda mais complexa depois do neologismo proposto por Lacan: extimidade. Aqui acontece também uma espécie de conflito ou de concorrência entre as narrativas que sancionam ou derogam, visibilizam ou invisibilizam o sofrimento. Individualizar ou coletivizar, culpar ou responsabilizar, incluir ou excluir, construir ou desconstruir afetos correspondentes a tais narrativas, tudo isso faz parte das políticas do sofrimento cotidiano (Dunker, 2017, p. 12).

Na poesia, Vinícius de Moraes oferece outro caminho. Em *O operário em construção* (2003), o personagem se reconhece como agente histórico, parte de uma coletividade. A tomada de consciência marca a transição da alienação para a emancipação. Esse elemento é essencial ao direito do trabalho, que deve assegurar ao trabalhador não apenas condições mínimas de segurança, mas também sua autonomia e capacidade de questionar o sistema opressor.

O direito não pode se manter alheio à crise do trabalho. A Constituição Federal de 1988 consagra a dignidade da pessoa humana como valor central (art. 1º, III), e o trabalho digno como um de seus pilares (art. 6º e 7º). O burnout, como fenômeno que compromete a saúde e a integridade do trabalhador, deve ser enfrentado com políticas públicas, ações afirmativas e responsabilização empresarial.

A negligência institucional diante do sofrimento do trabalhador pode configurar dano moral coletivo, lesão a direitos fundamentais e infração às normas internacionais, como a Convenção nº 155 da OIT, ratificada pelo Brasil. A construção de uma comunidade justa depende da valorização do trabalho em sua dimensão humana e coletiva, e não como instrumento de exploração ou exclusão.

#### 4 CONCLUSÃO

A análise de *A Metamorfose*, sob a ótica do burnout, revela a atualidade das angústias retratadas por Franz Kafka. Gregor Samsa é o espelho de um modelo de sociedade que impõe ao indivíduo a obrigação de se anular em nome da produtividade. A síndrome de burnout, mais do que um problema individual, é um sintoma de uma organização do trabalho patológica, que exige do sujeito a renúncia de sua subjetividade.

O direito, enquanto ferramenta de transformação social, precisa assumir um papel proativo na construção de ambientes de trabalho mais saudáveis, colaborativos e humanos. Isso implica rever práticas gerenciais, responsabilizar empregadores por condutas abusivas e fortalecer as redes de proteção à saúde mental. A literatura, como guardiã das experiências humanas, é uma aliada fundamental nesse processo de conscientização e crítica social.

Por fim, é preciso resgatar o valor da comunidade, não apenas como rede de apoio, mas como espaço de construção de novos sentidos para o trabalho, onde o ser humano não seja reduzido a uma função, mas reconhecido como sujeito pleno de direitos e dignidade.

#### REFERÊNCIAS



BRASIL. **Consolidação das Leis do Trabalho – CLT.** Decreto-Lei nº 5.452, de 1º de maio de 1943. Disponível em: <[https://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/decreto-lei/del5452.htm](https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/decreto-lei/del5452.htm)>. Acesso em: 12 de maio de 2025.

BRASIL. **Constituição da República Federativa do Brasil de 1988.** Disponível em: <[https://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/constituicao/constituicao.htm](https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/constituicao/constituicao.htm)>. Acesso em: 12 de maio de 2025.

BRASIL. **Lei nº 8.213, de 24 de julho de 1991.** Dispõe sobre os Planos de Benefícios da Previdência Social. Disponível em: <[https://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/leis/l8213cons.htm](https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/l8213cons.htm)>. Acesso em: 12 de maio de 2025.

DEJOURS, Christophe. **A loucura do trabalho: estudo de psicopatologia do trabalho.** 6. ed. São Paulo: Cortez, 2005.

DUNKER, Christian Ingo Lenz. **Reinvenção da intimidade: políticas do sofrimento cotidiano.** São Paulo: Ubu Editora, 2017, p.12.

HAN, Byung-Chul. **A sociedade do cansaço.** Petrópolis: Vozes, 2017, p. 20-30.

KAFKA, Franz. **A metamorfose.** Tradução de Modesto Carone. São Paulo: Companhia das Letras, 2007.

MELVILLE, Herman. **Bartleby, o escrivão: uma história de Wall Street.** Tradução de Leonardo Fróes. São Paulo: Penguin Companhia, 2010.

MORAES, Vinicius de. **Antologia poética.** Seleção e prefácio de Ferreira Gullar. São Paulo: Companhia das Letras, 2003.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). **Classificação Estatística Internacional de Doenças e Problemas Relacionados à Saúde – CID-11.** Disponível em: <<https://icd.who.int/>>. Acesso em: 13 de maio de 2025.

ORWELL, George. **A revolução dos bichos: um conto de fadas.** Tradução de Heitor Aquino Ferreira. São Paulo: Companhia Editora Nacional, 2009.