
A SÍNDROME DE BURNOUT NOS TRABALHADORES QUE TRABALHAM NO METAVERSO

Manuel Martín Pino Estrada¹

Resumo: O metaverso é um conjunto de ambientes virtuais onde pessoas reais através de seus avatares se encontram para assistirem shows ao vivo, cultos, seminários, exposições, dentre outros afins, só que também muitas multinacionais estão migrando para cá junto com os seus trabalhadores, mas a questão é que o glamour do metaverso faz que muitos destes trabalhem o dia inteiro e não queiram sair deste ambiente virtual, provocando o síndrome de Burnout, tendo consequências na saúde mental e corporal do próprio trabalhador, que fica sem dormir e até sem comer.

Palavras-chave: Avatar; Burnout; Direito; Metaverso; Trabalho.

INTRODUÇÃO

O aumento do uso do metaverso através do uso de avatares, que representam pessoas reais, está provocando uma migração de empresas multinacionais de ponta a este mundo virtual junto com os seus trabalhadores que são de muitas nacionalidades. Além disso, as mesmas pessoas jurídicas procuram talentos no metaverso para contratação, só que quando isso acontece, o trabalhador abordado através de seu avatar fica sem saber qual será a legislação trabalhista pertinente, afinal a aceitação acontece no mundo virtual, onde a sensação territorial é mínima; é como assinar um contrato dentro de um avião em movimento a dez mil metros de altitude sem saber em qual espaço geográfico de qual país as partes se encontram.

¹ Formado em Direito na Universidade de São Paulo (USP), mestre em Direito na Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS). Professor de Direito na Faculdade do Baixo Parnaíba (FAP) em Chapadinha/Maranhão. Email: martinpino@yahoo.com

Ressalta-se que, quando um trabalhador começa a trabalhar no metaverso, acaba entrando num mundo muito mais bonito e glamouroso que o mundo no qual ele vive, que é o mundo físico, além disso, no metaverso, ele tem ferramentas virtuais que só existem neste ambiente e dão muita facilidade no exercício de trabalho, mas também existem opções sociais, tudo isso devido à existência do teletransporte ou troca de ambientes virtuais com um clique, encontrando pessoas novas para interagir, então, ele acaba produzindo muitos dados de grande importância para a empresa onde ele trabalha, além de produzir produtos para o qual ele foi contratado.

1 HISTÓRIA DO METAVERSO

A história do metaverso já tem 30 anos. Acontece que esse termo foi inventado em 1992 pelo autor Neal Stephenson no livro “Snow Crash”, (que foi traduzida ao Português e comercializado Brasil em sua primeira edição em 1992) nele encontra-se o jovem Hiro Protagonist, um entregador de pizza da pizzaria Cosa Nostra, que deixa de lado as duas caixas de entregas e usando aparato de realidade virtual entra no metaverso para viver como um príncipe Samurai, e o que começa como visitas a metaverso para escapar de uma realidade caótica com marketing as necessidades controláveis por corporações privadas vai se transformar em uma missão para salvar a humanidade do novo vírus misterioso (que é o “snow crash”) e assim a obra virou um clássico do mundo Cyberpunk (Stephenson, 2015, p. 5-10).

O livro “Snow Crash” foi escrito com um tom irônico e que traz vários eventos, às vezes tão reais e atuais que até assustam. Assim, o livro também popularizou outros termos que são usados muito hoje, tais como “avatar”, que são bonecos customizados e manipulados por uma pessoa que se entendem como as pessoas virtuais controladas e manipuladas por pessoas reais, assim como as pessoas já tenham se esbarrado com outras versões de metaversos, só que não com esse nome, tudo isso porque a cultura punk está repleta desses universos alternativos, sendo o mais famoso o Second Life, criado em 2003.

O mundo virtual do Second Life (Second life, 2022) ainda é uma plataforma que leva para mundos virtuais vários aspectos da vida real (só que em 2D, não em 3D), tanto que empresas físicas abriram filiais digitais lá, além de ter um mercado imobiliário, sistema financeiro e uma moeda própria (Linden) e por lá chegaram até acontecer crimes virtuais que chegaram consequências no mundo real, tal como é mostrado no primeiro episódio da quinta temporada do seriado Black Mirror, intitulado “Striking Vipers”, que também se apresenta como um ambiente de realidade virtual, no qual dois amigos acabam se encontrando e se permitem viver experiências que não vivem no mundo físico.

Quando o assunto é metaverso é claro que é impossível deixar de fora o filme Matrix, uma realidade totalmente criada por robôs para enganar os humanos. Na Matrix os seres humanos acham que vivem experiências verdadeiras quando na verdade seus corpos físicos são conectados a máquinas e foi essa saga que realmente trouxe essa questão das realidades alternativas, não deixando de citar o livro “Neuromancer” do William Gibson (publicado em 1984, mas no Brasil começou a ser comercializado em 1991), que emprestou o termo “Matrix” para a franquia das irmãs Lilly e Lana Wachowski aos que, no caso do livro todas as pessoas entram nessa Matrix ou metaverso, cientes de que estão entrando em um cyber espaço (GIBSON, 2016, p. 6-11).

No filme “Jogador nº 1” do produtor e cineasta Steven Spielberg, é bem parecido com o Snow Crash e aqui o protagonista Wade Watts, interpretado pelo ator Tye Sheridan, escapa de sua realidade para entrar no “Oásis”, que é o universo virtual onde tudo é possível e todas as experiências sensoriais que acontecem por lá podem ser sentidas no corpo físico graças a aparelhos em realidade virtual, como óculos, luvas e roupas e o protagonista acaba jogando dentro dela com desafios praticamente mortais; porém, com consequências no mundo físico, e claro, ele acaba saindo vencedor em todas as etapas do jogo.

A ideia de uma experiência completamente imersiva é possível encontrar na literatura do ano de 1935, com o conto “Pygmalion Spec-

tacles” ou “Os Óculos de Pigmalião” do Stanley Weinbaum (comercializado no Brasil a partir de 2021), só que aqui a história provavelmente mostra a primeira vez em que se fez uso da ideia de óculos capazes de passar a sensação de que a pessoa está de fato está lá, eis um trecho do livro:

“uns óculos que ativam um filme que dá visão e audição, paladar olfato e tato, você está na história fala com as sombras elas respondem no lugar de sair em uma tela a história toda sobre você e você está nela” (Weinbaum, 2021, p. 5-8).

Por enquanto, a sociedade está um pouco longe de uma experiência tão completa assim, apesar dos planos ambiciosos do próprio Marck Zuckerberg, que afirma que pode levar mais de dez anos para chegar neste patamar.

2 DEFINIÇÃO DE METAVERSO

Antes de dar definição, salienta-se que a palavra “meta” na língua grega quer dizer “além” ou “depois de”, então, “meta” juntando com “universo” seria conforme o autor do presente artigo o significado de “além do universo”. Segundo Marck Zuckemberg, fundador do Facebook, agora “Meta” no vídeo “The Metaverse and How We’ll Build It Together – Connect 2021” que está no Youtube e que foi produzido por ele mesmo, o metaverso é “uma internet palpável, onde estaremos na experiência, não só olhando para ela, e chamamos isso de metaverso. Ser capaz de fazer quase tudo que imaginar, reunir-se com amigos e família, trabalhar, aprender, brincar, comprar, criar, além de categorias inteiramente novas que não se encaixam na visão que temos de computadores ou celulares hoje. Acredita-se que o metaverso será o sucessor da internet móvel (META, 2021).

3 CARACTERÍSTICAS DO METAVERSO

A seguir, características próprias do metaverso que não existem no mundo físico, o que fascina o trabalhador a ficar nesta realidade virtual, viciando-o de uma forma que acaba extrapolando as suas forças.

3.1 INTEROPERABILIDADE

É poder tornar a rede maior e aumentar o valor externo dela para os consumidores. A falta de interoperabilidade mantém os usuários dentro de uma plataforma assim que eles entram, o que é predominantemente benéfico para o proprietário da rede. Um ótimo exemplo é o WhatsApp. Ao longo dos anos, o WhatsApp alcançou efeitos de rede poderosos porque quanto mais amigos seus tiverem uma conta do WhatsApp, mais fácil será se conectar com os amigos deles.

A interoperabilidade diz respeito à medida em que os usuários podem extrair o valor que criaram dentro de uma plataforma e trazê-lo para outra plataforma e vice-versa, sem barreiras. A interoperabilidade permitiria aos usuários ganhar, comprar ou ganhar um ativo digital em um ambiente e usá-lo em outro, seja físico ou digital. A interoperabilidade permite aos usuários transferirem os seus dados e ativos de uma plataforma para outra junto com outros usuários pelo valor de mercado determinado pelo mercado aberto. Quanto mais perfeita a experiência, mais valor geral o metaverso criará para a sociedade.

3.2 DESCENTRALIZAÇÃO

Enquanto a interoperabilidade permite a troca de ativos em mundos ou experiências virtuais, a descentralização é sobre quem controla esses mundos virtuais, ativos e experiências e quem colhe os benefícios se for um sucesso. A visão para a web sempre foi de descentralização completa, onde o poder está com os indivíduos e não com a Big Tech ou governos que podem usar plataformas centralizadas para controlar, explorar e manipular indivíduos. A propriedade digital e o controle dos dados são críticos aqui, e será vital que sejam conserta-

das as falhas da Web 2.0 e seja criado um metaverso controlado por ninguém e que a propriedade seja de todos.

É aqui que as várias tecnologias blockchain que foram desenvolvidas na última década entram em jogo. O metaverso deve contar com uma única fonte descentralizada ao trocar valor entre as partes interessadas, sejam consumidores jogando vários jogos ou empresas como parte de uma cadeia de suprimentos. Em um metaverso descentralizado, graças à criptografia, os dados se tornam imutáveis, verificáveis e rastreáveis, dispensando a necessidade de um intermediário confiável para gerenciar a fonte das informações disponíveis.

A descentralização do metaverso será crucial para o seu sucesso, especialmente se são exigidos ativos digitais interoperáveis. A descentralização no contexto do metaverso tem tudo a ver com provar a propriedade de ativos (digitais) e ter controle total sobre a sua identidade, reputação e dados (autossoberania). No entanto, a descentralização ainda não é usar a tecnologia blockchain para descentralizar o poder de computação, largura de banda ou armazenamento de dados.

3.3 PERSISTÊNCIA

O metaverso será uma internet sempre ativa e persistente, onde as experiências, sejam virtuais ou aumentadas, permanecerão disponíveis e online para qualquer pessoa que tenha acesso a ela e pelo tempo que o criador decidir. Essa persistência se aplica a experiências de realidade aumentada e a mundos virtuais, o que permitiria experiências virtuais síncronas que poderiam evoluir e estão sempre disponíveis para os usuários explorarem. Como no mundo real, um metaverso persistente deve permanecer, mesmo se o usuário quiser sair.

Por exemplo, se o usuário tiver experiências de realidade aumentada fixadas em um local específico do mundo real, elas sempre estarão lá, a menos que o criador decida removê-las. Assim, um dragão voador acima da Times Square pode ser visto por qualquer pessoa que olhe para cima com óculos de realidade aumentada (AR); dependen-

do de sua posição física na Times Square, ele verá uma perspectiva diferente do mesmo dragão.

A chave para um metaverso persistente é que o conteúdo só pode ser excluído pelo criador, semelhante como no mundo real, os edifícios são persistentes e só podem ser removidos com permissão do proprietário. Isso também pode representar um risco, pois essa tecnologia também pode ser usada por criminosos ou terroristas, que podem publicar conteúdo difamatório, ofensivo ou ilegal, por exemplo, um pôster de recrutamento terrorista, que se torna persistente e impossível de remover.

Portanto, as plataformas que permitem que os usuários abandonem experiências aumentadas no mundo real devem ter regras específicas que impeçam os usuários de descartar qualquer conteúdo, mas que seja semelhante ao seu governo local que não permite o desenvolvimento de qualquer edifício. Um metaverso persistente criaria oportunidades infinitas (de monetização) para artistas e criadores de conteúdo enriquecerem os mundos digital e virtual, pois seus esforços podem ser recompensados e as receitas podem ser recebidas instantaneamente sem bancos.

3.4 ESPACIALIDADE

Um metaverso que não é espacial é um metaverso com oportunidades limitadas. Qualquer mundo, espaço ou experiência virtual deve incorporar âncoras espaciais para tornar os objetos dentro dessas experiências virtuais ou aumentadas persistentes para que as pessoas possam encontrá-los e fornecer uma experiência mais semelhante ao mundo real, que pode ser reforçada usando áudio espacial.

Os dados espaciais permitirão que os usuários interajam com itens digitais, sejam eles colocados no mundo virtual ou real, da maneira mais natural usando nossos cinco sentidos (ou até sentidos futuros, como mencionado anteriormente). A computação espacial traduziria ações físicas (movimentos, fala, gestos) em interações digitais na experiência virtual ou aumentada. A palavra-chave aqui é localização, que determina onde os usuários (avatares) ou ativos e espaços digitais

serão colocados ou movidos no mundo físico e/ou virtual. Cada coisa, usuário ou espaço deve obter um identificador exclusivo, regras de governança e interação (idealmente incorporadas no código usando contratos inteligentes registrados no blockchain) e proveniência verificável para que as partes interessadas interajam e tenham uma cópia perfeita no ambiente físico ou mundo digital.

3.5 ORIENTADO PELA COMUNIDADE

Os humanos são criaturas sociais por natureza, então não é surpresa que o metaverso seja principalmente uma experiência social, sem contar exceções. Mesmo aquelas experiências de realidade virtual (RV) que só podem ser experimentadas sozinhas geralmente adicionam um componente social, como um quadro de líderes ou outras técnicas de gamificação. Para qualquer experiência do metaverso, a comunidade será crucial, seja uma experiência projetada em torno de uma comunidade ou criada pelos membros.

Para tanto, o metaverso não é diferente do mundo real, onde as pessoas se reúnem e formam uma comunidade em torno de qualquer tópico, pois pertencer a um grupo sempre foi crucial para a sobrevivência individual. Esta pode ser uma comunidade de nicho, como um espaço metaverso para os amantes do vinho ou uma ampla comunidade focada em jogos de RPG online para vários jogadores. O metaverso pode levar as comunidades a outro nível, onde os membros destas podem ter experiências em tempo real, compartilhadas e imersivas. Uma característica central de jogos de sucesso, como Fortnite, Axie Infinity ou Minecraft, é que permitem experiências sociais, e o mesmo já é no metaverso.

3.6 AUTOSSOBERANIA

A última característica de um metaverso aberto é a autossoberania, o que significa que o indivíduo permanece no controle de sua identidade e dados online, em vez da plataforma ou site. Uma identidade e/ou reputação autossoberana tem sido o objetivo da Web 3.0 há muito

tempo, e é uma das características mais importantes que é necessário acertar e aperfeiçoar se se quiser criar um metaverso mais aberto.

Nas últimas décadas, a autossoberania não esteve na agenda, pois as pessoas gostam muito dos serviços gratuitos fornecidos pela Big Tech. Como resultado, elas acabam em uma situação em que os usuários têm identidades digitais que não são autossoberanas, mas controladas por empresas que podem excluir sua identidade (online) com o clique de um botão. A autossoberania é crucial se se quiser alcançar um metaverso aberto, descentralizado e interoperável.

Dentro do metaverso, provar sua identidade, ou provar que você é quem você diz ser, se tornará mais crítico do que nunca porque, com avatares, será relativamente fácil se passar por alguém criando uma cópia digital do avatar que eles costumam usar. Com avanços como o “Reallusion Character Creator 4” ou o “MetaHuman Creator” do “Unreal Engine”, ficou mais fácil do que nunca criar uma cópia exata de uma celebridade, político ou empresário e usar áudio deepfake para que ele faça e diga o que o usuário quiser em qualquer ambiente digital (Rijmenan, 2022, p. 17-29).

4 DEFINIÇÃO DE AVATAR

Segundo o dicionário da Real Academia Espanhola, “avatar”, na religião hindu, quer dizer “encarnação terrestre de uma divindade, em especial Vishnu”. Também quer dizer “reencarnação”, “transformação”, porém, também significa no âmbito da informática (conforme o próprio dicionário) “representação gráfica da identidade virtual de um usuário nos entornos digitais” (Real Academia Española, 2022).

Conforme o dicionário de língua portuguesa “Michaelis”, a palavra “avatar”, quer dizer, “no hinduísmo, encarnação de uma divindade sob a forma de um homem ou de um animal, sobretudo do deus Vixnu, segunda pessoa da trindade indiana, cujos avatares mais cultuados pelos hindus são Krishna e Rama” ou “processo de transformação de

uma coisa ou pessoa, na aparência, na forma, no caráter etc.; metamorfose, mutação, transfiguração” (Michaelis, 2022).

O dicionário da Língua Inglesa “Cambridge Dictionary” define a palavra “avatar” sem considerar o deus “Vixnu” ou alguma divindade, ou alguma reencarnação ou similar, simplesmente diz que é “uma imagem que representa a pessoa em jogos online, salas de bate-papo, etc, e que a pessoa pode mover pela tela. A pessoa pode conversar com outros avatares com suas palavras exibidas em uma bolha de desenho animado (tradução livre) (Cambridge Dictionary, 2023).

Segundo o autor do presente trabalho, o avatar é o “eu” da pessoa dentro do metaverso, só que dentro dele existem vários ambientes virtuais e dentro destes, a pessoa olha para si mesma como um avatar mesmo, enxerga as suas mãos, o seu corpo, o seu entorno em três dimensões e se olha como um “boneco” virtual, por assim dizer e não mais como alguém de carne e osso, só que a pessoa, através do seu avatar, pode se movimentar, levantar a mão, mexer os olhos, se aproximar dos avatares que estão nestes ambientes, salientando que são avatares de pessoas reais.

Então, sobre os avatares que estão no metaverso, são de pessoas reais, estão trajadas conforme a customização que fizeram antes de se cadastrarem nos aplicativos de metaverso. Além disso, também na própria customização, a pessoa cria o seu próprio avatar conforme os seus traços físicos, isso acaba gerando uma identidade dentro do próprio metaverso, inclusive, dentro deste, a pessoa fala a sua língua, o seu sotaque, ou seja, dá para perceber se é mulher ou homem, se é uma pessoa jovem ou de mais idade.

Dentro dos metaversos, a pessoa pode ir para reuniões de negócios, escritórios de advocacia, cultos, festas, amostras de arte, shows de cantores ao vivo, karaokês, fazer um pique nique, um camping, casamentos, inclusive, até ir comer hambúrguer, churrasco, bolo e até beber cerveja ou drinks virtuais; o avatar consegue pegar e conversar com avatares de outras pessoas ao vivo comendo ou bebendo ou até dançando uma boa música com um avatar que seja mais agradável.

Salienta-se que, com o tempo, a pessoa vai conhecendo outras pessoas, só que chega um momento no qual todo mundo se reconhece pelo avatar, afinal, só isso que é mostrado no metaverso, claro, nada impede a troca de fotos reais, de perfis no Instagram ou Facebook, por exemplo, a questão é que sendo uma conversa agradável, as coisas vão fluindo e ajuda muito para fazer amizades e até contatos no âmbito profissional.

Importante dizer também que o avatar se “teletransporta” de um ambiente virtual para outro, mas isso acontece quando a pessoa, dona do avatar, não está gostando de onde está e como no metaverso existem comandos virtuais para poder sair dos ambientes, então, é só clicar para mudar de lugar e entrar noutros, e claro, haverá avatares de outras pessoas reais com quem interagir.

O avatar expressa e mostra a personalidade da pessoa real no metaverso, pois antes de entrar nos ambientes virtuais existe a opção “customizar”, com o qual a pessoa pode escolher o formato do rosto, a forma e a cor dos olhos, a cor e penteado do cabelo, pode escolher o tipo de óculos que quiser, se quiser usar óculos também, o mesmo acontece com a escolha da roupa, pode escolher a opção de usar camiseta ou camisa (manga comprida ou curta), o uso de jaqueta ou agasalho, o tipo de calça ou saia, incluindo as suas cores e a luminosidade delas.

Importante dizer que através do metaverso muitos profissionais com incapacidades físicas podem trabalhar usando os seus avatares, ou seja, existe uma forma de inclusão social, além de que, quem usa avatares no metaverso, acaba sentindo uma sensação de liberdade, afinal, quem tem problemas motores, usando o seu avatar nesta realidade virtual poderá caminhar, dançar, pular neste ambiente e a sensação é real, não é fictícia, a pessoa sente isso, daí que vem a importância de metaverso, pois, conseqüentemente, a pessoa com incapacidades motoras poderá também trabalhar em qualquer lugar do mundo físico.

As pessoas que não conhecem dizem que o avatar não é uma pessoa, que é um “boneco virtual”, que faz parte de um jogo de

vídeo game ou algo similar, com certeza absoluta nunca entraram no metaverso e nunca tiveram e nem tentaram criar avatares, e o pior é que dizem que sabem o que é, não sabem que lá dentro existem multinacionais e até escritórios de advocacia fazendo negócios muito sérios, mas se elas quiserem ficar isoladas do mundo, achando que a maioria das relações sociais e econômicas acontecem no mundo físico, não tem como fazer nada, uma pena.

O avatar é também a mostra da personalidade no metaverso, a tua forma de dançar, de conversar, de mexer os olhos e os braços, ou seja, não tem como dizer que não existe uma pessoa real, pois a pessoa está lá através do seu avatar e demonstra no metaverso como verdadeiramente é; portanto, dizer que o avatar não é uma pessoa é uma afirmação errada, o avatar faz parte da personalidade da pessoa.

5 O QUE É A SÍNDROME DE BURNOUT?

A síndrome de burnout está incluída na 11ª Revisão da Classificação Internacional de Doenças (CID-11) como um fenômeno ocupacional. Não é classificada como uma condição de saúde. É descrita no capítulo “Fatores que influenciam o estado de saúde ou o contato com os serviços de saúde”, que inclui razões pelas quais as pessoas entram em contato com serviços de saúde, mas que não são classificadas como doenças ou condições de saúde.

A definição de burnout na CID-11 é: “burnout é uma síndrome conceituada como resultante do estresse crônico no local de trabalho que não foi gerenciado com sucesso”. É caracterizada por três dimensões:

- a) sentimentos de exaustão ou esgotamento de energia;
- b) aumento do distanciamento mental do próprio trabalho, ou sentimentos de negativismo ou cinismo relacionados ao próprio trabalho; e
- c) redução da eficácia profissional.

A síndrome se refere especificamente a fenômenos no contexto ocupacional e não deve ser aplicada para descrever experiências em outras áreas da vida. Essa síndrome também foi incluída na CID-10, na mesma categoria da CID-11, mas a definição é agora mais detalhada. De acordo com uma pesquisa da International Stress Management Association (ISMA) feita em 2018 e publicada em 2019, sendo a última sobre o tema feita até o momento pela associação, 72% da população brasileira economicamente ativa sofre de estresse e, desse total, 32% possui síndrome de burnout. O Brasil é o segundo país com maior índice de casos do distúrbio, que em 2019 foi incluído na 11ª Revisão da Classificação Internacional de Doenças (CID-11) pela Organização Mundial da Saúde (OMS)².

6 A SÍNDROME DE BURNOUT NO TRIBUNAL SUPERIOR DO TRABALHO

Conforme o Ministro Maurício Godinho Delgado no Agravo de Instrumento de Recurso de Revista AIRR226-03.2013.5.15.0100, 3ª Turma, DEJT 19/08/2016 (Brasil, 2016), neste acórdão, no qual foi relator:

Observe-se que a **Síndrome de Burnout** (to burn out: queimar por inteiro) traduz doença ocupacional (ou profissional) caracterizada pelo esgotamento físico e/ou mental, o que restou configurado nos autos, dado o longo afastamento previdenciário (de 18/12/2011 até o segundo semestre de 2013) e a readaptação de função. Ademais, a Síndrome de Burnout é reconhecida pela Previdência Social como doença laboral, conforme Anexo II do regulamento da Previdência Social - Decreto 3.048/99. Nesse contexto, está clara a presença dos elementos dano (doença ocupacional) e nexos causal/concausal.

Quanto ao elemento culpa, o Tribunal Regional assentou que esta emergiu da conduta negligente da Reclamada em relação ao dever de cuidado à saúde,

2 AVINO, Mariana. Estamos todos exaustos. **Viva Saúde**, São Paulo, n. 209, 2021. Disponível em: <https://www.ismabrasil.com.br/ws/arquivos/vivasaude2021.pdf>. Acesso em: 03 jul. 2023.

higiene, segurança e integridade física do trabalhador (art. 6º e 7º, XXII, da CF, 186 do CC/02), deveres anexos ao contrato de trabalho; o banco Reclamado não proporcionou ambiente e condições de labor que preservassem a saúde física e emocional de sua colaboradora.

A partir das premissas fáticas lançadas na decisão recorrida, se as condições de trabalho a que se submetia o trabalhador, embora não tenham sido a causa única, contribuíram diretamente para a redução ou perda da sua capacidade laborativa, ou produziram lesão que exija atenção médica para a sua recuperação, deve-lhe ser assegurada a indenização pelos danos sofridos. Presentes o dano, o nexó concausal e a culpa, há o dever de indenizar. Agravo de instrumento desprovido³."

Um meio ambiente de trabalho seguro e saudável é essencial à qualidade de vida do trabalhador, o que não se atinge com constrangimentos desmesurados e humilhações de ordem moral. O poder diretivo não é absoluto, encontra limites no princípio protetivo da dignidade da pessoa humana, assim como o direito de propriedade deve ser exercido respeitando os limites de sua função social. Não se pode negligenciar direitos e garantias assegurados na Constituição Federal de 1988.

7 O TRABALHO ESCRAVO NO METAVERSO E A SUA RELAÇÃO COM A SÍNDROME DE BURNOUT

Para o autor do presente trabalho, o metaverso pode produzir um trabalho escravo se não houver um zelo pela saúde mental e física do trabalhador e que esta situação pode ser conceituada como o trabalho que, em vez de ser realizado no mundo físico, é realizado no metaverso através de ferramentas tecnológicas que permitem o uso

3 BRASIL. Tribunal Superior do Trabalho. 3ª Turma. Agravo de Instrumento de Recurso de Revista AIRR226-03.2013.5.15.0100, **DEJT**, 19 ago. 2016. Disponível em: https://www.tst.jus.br/documents/1295387/22599569/2023_02_bibliografia_burnout_direito_trabalho_final.pdf/da635bb1-bbf5-74ef-3950-cfc3842c54e1?t=1675196836776. Acesso em: 06 jul. 2023.

da telecomunicação e telemática, privando o teletrabalhador da sua liberdade por causa do controle virtual (mais ainda no teletrabalho em domicílio) e que se encontra privado de romper o vínculo em razão de coação moral ou psicológica, tudo isso, devido ao monitoramento exaustivo que os empregadores fazem, inclusive, passando por cima do direito à privacidade e até à intimidade dos seus subordinados.

O trabalhador, quando entra no metaverso através dos óculos 3D, fica tão encantado que não quer sair de lá pelo fato de ser muito imersivo, só que essa imersão acaba por escravizá-lo de forma praticamente inconsciente, e esse glamour do metaverso faz com que ele trabalhe muito, justamente porque não quer sair dessa realidade virtual, mas a razão pela qual ele não quer sair do metaverso é devido ao fato de ser um realidade criada para ser chamativa, colorida, bem planejada e com acesso a diversas ferramentas de trabalho que no mundo físico são impossível de tê-las. Além disso, a facilidade para se teletransportar é incrível, pode ser em qualquer momento, ou seja, ir da sede da empresa para uma filial, que fisicamente encontra-se a milhares de quilômetros, assim, o trabalhador conhece gente nova e até mais interessante usando o seu próprio avatar.

Trabalhando no metaverso, o trabalhador, ao usar o seu avatar, pode conhecer pessoas interessantes tanto profissionalmente quanto emocionalmente, pode conseguir amigos diferentes daqueles que estão no bairro físico dele, conversar em diversas línguas, ir para da sala da direção e com um clique estar na sala de convivência dos trabalhadores e quando termina o expediente ele pode ir para um museu, um culto ou se encontrar com os colegas de trabalho numa boate, numa exposição, num concerto de música e conhecer pessoas novas que estão do outro lado do mundo, tudo vira mágico para ele, tanto que, por causa disso, após se reunir com os amigos volta à sala virtual dele e quer continuar trabalhando.

Trabalhando no metaverso, como foi supracitado, fica tão agradável que o trabalhador não quer mais descansar, faz o impossível para não sair de lá, até o sono chegar, mas quando isso acontece já passaram 18 ou até 20 horas, na maioria dos casos nem comeu nada

e nem bebeu água, nem trocou de roupa, nem tomou banho, nem foi para o supermercado, nem tomou café ou nem comeu um pão, isso tudo, no mundo físico, mas a adrenalina é tão forte que ele se resiste para sair, mas, após vários dias, acaba ficando gripado ou muito fraco, ele precisa tirar os óculos 3D e olha o mundo real na volta dele, ou seja, na maioria dos casos, um quarto muito bagunçado, muito sujo, sem trocar de roupa há vários dias, sem ter feito a barba e na maioria das vezes até sentado numa cadeira muito desconfortável.

A questão do metaverso no ambiente de trabalho tem um lado fantasioso, porém, muito confortável, pois o trabalhador pode criar um ambiente de trabalho simulando que está numa estação espacial, na Lua, no planeta Marte ou Júpiter, numa outra galáxia, na era glacial, na idade média, junto com dinossauros ou no futuro, num ambiente de milhares de anos para frente, quem sabe, no ano 5 milhões ou talvez trabalhar dentro de uma simulação de buraco negro ou numa nave alienígena com extraterrestres. Então, o trabalhador não quer sair daqui, quer continuar trabalhando, em muitos casos sente fome, sente sede, mesmo assim, ele não quer sair, mas chega um momento no qual o corpo não aguenta e começam os problemas de saúde, envolvendo tanto o corpo quanto a mente.

Os efeitos do citado supra são os seguintes:

1. O trabalhador fica isolado do ambiente de trabalho e acaba interiorizando os problemas do trabalho e inserindo-os na sua casa.
2. Se não tiver uma estrutura boa (as empresas não procuram saber e nem ajudar financeiramente com esta estrutura) o trabalhador acaba trabalhando em condições desfavoráveis, ferindo até a CLT.
3. Ansiedade, pois muitas vezes o trabalhador fica sem serviço e não pode sair e sempre esperando o que pode aparecer.
4. Em muitos casos, o trabalhador tem um aumento de peso devido a ficar em casa sem ter exercício físico.

5. Dificuldade de concentração, caso a casa tenha muitas pessoas morando e mesmo sozinho, surgem problemas de ansiedade, pois não tem ninguém para relaxar em outro tipo de conversa.

6. Afastamento do campo profissional pelo isolamento do ambiente da sede física da empresa.

7. Dificuldade para demonstrar um acidente de trabalho.

8. É necessária muita disciplina para trabalhar em casa e geralmente as empresas apenas colocam trabalhadores no metaverso sem pensar em algum tipo de treinamento.

9. O trabalhador no metaverso trabalha bem mais, ao se encantar com o mundo virtual e as ferramentas virtuais que existem, ele não quer mais sair daquela realidade virtual, que na maioria das vezes é uma realidade muito diferente da realidade socioeconômica dele.

10. Quem paga a luz do ar condicionado e a energia elétrica com os aparelhos eletrônicos é o próprio trabalhador, inclusive este gasta dinheiro em transformar uma dependência do lar em uma filial da empresa.

11. A empresa acaba passando ao trabalhador as despesas que esta deveria ter, por isso que o metaverso é muito vantajoso para a empresa, pois há uma boa diminuição de despesas.

12. O trabalhador no metaverso produz mais porque tem mais carga de trabalho comparado com aqueles que trabalham na sede física da empresa e o pior é que não tem nenhum aumento de salário por isso.

13. Pelo controle virtual à distância, a fiscalização do empregador prende o trabalhador no teclado, tanto que se este não estiver trabalhando no ritmo desejado, a máquina dá um aviso ou trava, ficando registrado.

Segundo Malesic, em relação à síndrome de Burnout, existe uma crença no trabalho como fonte de salário, dignidade, caráter e sentido de propósito da vida. Não é o trabalho que dignifica as pessoas, são

as pessoas que dignificam o trabalho. A cura do Burnout, desta forma, tem de ser cultural e coletiva⁴. A cultura do trabalho que favorece o trabalhador sobrecarregado como um ideal digno de louvor, da pessoa que se sacrifica pelo trabalho, é a narrativa do herói, do individualismo e da agitação incessante, favorecendo esta síndrome de Burnout⁵.

A redução do contrato de trabalho à menor unidade possível: uma tarefa única e isolada, a redução do contrato a microcontratos, instantâneos, a lógica da chamada “gig economy” (aplicativos e plataformas digitais) também compromete a saúde mental, afinal para um trabalhador instável a agitação nunca acaba⁶. E no caso do direito do trabalho brasileiro, ainda existe o trabalho intermitente criado pela Reforma Laboral de 2017 como a generalização do trabalho como tarefa única e isolada, sem garantia de direitos previdenciários e vários outros direitos trabalhistas. A análise do Burnout como falha das instituições se coloca de forma clara pela falta de recompensa pelo empregador, pela injustiça desenfreada ou pela falta de comunidade entre os trabalhadores⁷.

Entende-se que sem mecanismo de participação coletiva dos trabalhadores (na legislação trabalhista brasileira, existem os sindicatos, as CIPAs e os representantes dos trabalhadores nas empresas, mas devendo ser ainda fomentado que os próprios trabalhadores nos locais de trabalho possam constituir outros espaços e práticas de participação), sem comunidade entre os mesmos, as normas ambientais e a saúde não são atingidas. A questão central deve ser sempre considerar que o enraizamento cultural do esgotamento impede a alteração das condições de trabalho⁸. E por isso se torna abusivo todo e qualquer modelo de proteção ambiental da saúde e segurança do trabalho que concentra poderes no empregador, o qual, em muitas situações, não deixa de lucrar, pelo menos em curto prazo, mesmo

4 MALESIC, Jonathan. **O fim do burnout**: por que o trabalho nos esgota e como construir vidas melhores. Tradução de Karen Clavery Macedo. Petrópolis, Rio de Janeiro: Vozes, 2023. p. 15 e 17.

5 MALESIC, *op. cit.* p. 128 a 129.

6 MASERIC, *op. cit.* p. 143, 144 e 145.

7 MALESIC, *op. cit.* p. 91.

8 MALESIC, *op. cit.* p. 101.

com o esgotamento dos seus trabalhadores, ao contrário esse esgotamento pode favorecer mais ainda o seu lucro.

8 RECOMENDAÇÕES DA ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS) EM RELAÇÃO À SÍNDROME DE BURNOUT

A Organização Mundial da Saúde (OMS) faz as seguintes recomendações em relação à saúde mental do trabalhador e que têm relação à síndrome de Burnout:

a) As empresas devem fazer trabalhos para abordarem fatores de risco psicossocial, por exemplo, uma possível redução da carga de trabalho ou fazer mudanças na divisão de tarefas ou aperfeiçoar as diretrizes de comunicação com os diretores e de desta forma, fazer um trabalho em equipe, para que os profissionais de saúde, do setor humanitário e de emergência possam reduzir o desconforto emocional do trabalhador, visando melhorar os resultados relacionados ao trabalho;

b) Deve ser fornecido treinamento para gerentes de suporte de saúde com o objetivo de melhorar o conhecimento e atitudes deles para melhorar o comportamento do trabalhador. Os trabalhadores também podem ser capacitados para terem noções sobre consciência e saúde mental e assim melhorarem as suas atitudes em relação a estas situações de risco de saúde mental;

c) As empresas precisam capacitar os seus trabalhadores na gestão do estresse, como intervenções baseadas na atenção plena ou nas abordagens cognitivo-comportamentais para promover uma saúde mental positiva e assim reduzir o sofrimento emocional e melhorar a eficácia do trabalho;

d) Avaliar a possibilidade pela empresa para fornecerem aos seus trabalhadores as oportunidades para atividade física, de lazer, de tempo livre, assim como treinamento de resistência, de força, de

treinamento aeróbico, caminhada ou ioga, para que eles melhorem a sua saúde e capacidade mental no trabalho⁹.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A síndrome de burnout já é uma realidade para trabalhadores que trabalham no metaverso, na verdade, todo esse glamour que os ambientes virtuais têm acaba sendo iscas para que eles fiquem o maior tempo possível trabalhando e produzindo dados pessoais; a questão é que chega a ser muito assustador, devido ao vício que muitos profissionais acabam tendo em ficar no próprio metaverso, se entregando completamente, porém, existe um mundo físico que exige uma boa alimentação para trabalhar e um bom descanso, algo que o metaverso não deixa devido ao encanto que os trabalhadores acabam tendo por este ambiente virtual, mas a responsabilidade pela saúde do trabalhador é da empresa.

A cultura de que o trabalho dignifica o ser humano permite uma exploração da parte do empregador, ou seja, se a pessoa trabalha mais é mais digna, por isso, a questão está em saber se a saúde dela vai ter um tratamento digno pensando desse jeito, pois viver para trabalhar acaba tendo consequências de saúde nefastas para o próprio trabalhador, e por esta situação a Organização Mundial da Saúde (OMS) começou a fazer recomendações direcionadas às empresas tanto privadas quanto públicas para evitar uma exaustão e um total descontrole da saúde mental e física dele, tais como uma capacitação em nível de gerência e também em nível dos empregados.

REFERÊNCIAS

ARAÚJO, Nádia e; VARGAS, Daniela Trejos. REsp 963.852-PR (Rel. Min. Antonio Carlos Ferreira). **Revista do Superior Tribunal de Justiça – RSTJ**, ano 27, n. 240, p. 23-209, outubro/dezembro 2015.

⁹ ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). **Directrices de la OMS sobre salud mental en el trabajo**. Ginebra: OMS, 2022. Disponível em: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/363173/9789240058309-spa.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Acesso em: 15 jul. 2023.

AVINO, Mariana. Estamos todos exaustos. **Viva Saúde**, São Paulo, n. 209, 2021. Disponível em: <https://www.ismabrasil.com.br/ws/arquivos/vivasaude2021.pdf>. Acesso em: 03 jul. 2023.

BRASIL. **Lei nº 10.406, de 10 de janeiro de 2002**. Institui o Código Civil.. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2015-2018/2015/lei/l13105.htm.

BRASIL. **Decreto-lei nº 5.452, de 1º de maio de 1943**. Aprova a Consolidação das Leis do Trabalho. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/decreto-lei/Del5452.htm. Acesso em: 18 ago. 2023.

BRASIL. **Lei nº 12.376, de 30 de dezembro de 2010**. Altera a ementa do Decreto-Lei nº 4.657, de 4 de setembro de 1942. Lei de Introdução às normas do Direito Brasileiro. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/decreto-lei/del4657compilado.htm. Acesso em: 31 ago. 2023.

BRASIL. Tribunal Superior do Trabalho. 3ª Turma. Agravo de Instrumento de Recurso de Revista AIRR226-03.2013.5.15.0100, **DEJT**, 19 ago. 2016. Disponível em: https://www.tst.jus.br/documents/1295387/22599569/2023_02_bibliografia_burnout_direito_trabalho_final.pdf/da635bb1-bbf5-74ef-3950-cfc3842c54e1?t=1675196836776. Acesso em: 06 jul. 2023.

CAMBRIDGE DICTIONARY. Cambridge: Cambridge University Press & Assessment, 2023. Disponível em: <https://dictionary.cambridge.org/us/dictionary/english/avatar>. Acesso em: 25 ago. 2023.

GIBSON, William. **Neuromancer**. 5 ed. São Paulo: Aleth, 2016.

MALESIC, Jonathan. **O fim do burnout: por que o trabalho nos esgota e como construir vidas melhores**. Tradução de Karen Clavery Macedo. Petrópolis, Rio de Janeiro: Vozes, 2023. p. 15 e 17.

META. **The Metaverse and How We'll Build It Together -- Connect 2021**. [S. l.: s. n.], 2021. 1 vídeo (1h17min). Disponível em: <https://>

www.youtube.com/watch?v=Uvufun6xer8&ab_channel=Meta. Acesso em 25 ago. 2023.

MICHAELIS dicionário brasileiro da língua portuguesa. São Paulo: Melhoramentos, 2023. Disponível em: <https://michaelis.uol.com.br/busca?r=0&f=0&t=0&palavra=avatar>. Acesso em: 25 ago. 2023.

NAÇÕES UNIDAS BRASIL. **Síndrome de burnout é detalhada em classificação internacional da OMS**. Brasília: ONU Brasil, 2019. Disponível em: <https://brasil.un.org/pt-br/83269-s%C3%ADndrome-de-burnout-%C3%A9-detalhada-em-classifica%C3%A7%C3%A3o-internacional-da-oms>. Acesso em 25 ago. 2023.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). **Directrices de la OMS sobre salud mental en el trabajo**. Ginebra: OMS, 2022. Disponível em: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/363173/9789240058309-spa.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Acesso em: 15 jul. 2023.

REAL ACADEMIA ESPAÑOLA. **Diccionario de la Lengua Española**: edición del tricentenário. Madrid: Real Academia Española, 2019. Disponível em: <https://dle.rae.es/avatar?m=form>. Acesso em: 25 ago. 2023.

RIJMENAN, Mark Van. **Step into the metaverse: how the immersive internet will unlock a trillion-dollar social economy**. New Jersey: Wiley, 2022.

SECOND life. [S. l.]: Linden Research, 2023. Disponível em: <https://secondlife.com/>. Acesso em: 25 ago. 2023.

STEPHENSON, Neal. **Snow crash**. 2 ed. São Paulo: Aleph, 2015.

BRASIL. Tribunal Superior do Trabalho. Burnout e o direito do trabalho. **Tema do mês**, Brasília, fev. 2023. Disponível em: https://www.tst.jus.br/documents/1295387/22599569/2023_02_bibliografia_burnout_direito_trabalho_final.pdf/da635bb1-bbf5-74ef-3950-cfc3842c54e1?t=1675196836776. Acesso em: 25 ago. 2023.

WEINBAUM, Stanley G. **Os óculos de Pigmalião**. São Caetano do Sul: Sociedade Wish, 2021.