



UNIVERSIDADE DE BRASÍLIA  
INSTITUTO DE CIÊNCIAS SOCIAIS  
DEPARTAMENTO DE SOCIOLOGIA

**“Tornar-se vegetariano/a” para estudantes da UnB**  
**As razões para adoção dessa prática alimentar e seus modos de consumo**

Thaís Rozas Teixeira

Brasília, DF  
2018

THAÍS ROZAS TEIXEIRA

**“Tornar-se vegetariano/a” para estudantes da UnB**  
**As razões para adoção dessa prática alimentar e seus modos de consumo**

Monografia apresentada ao Departamento de Sociologia da Universidade de Brasília (SOL/UnB) para a obtenção do título de Bacharel em Sociologia.

Orientador: Profº Drº Tiago Ribeiro Duarte

Brasília – DF  
Dezembro de 2018

## **“Tornar-se vegetariano/a” para estudantes da UnB**

### **As razões para adoção dessa prática alimentar e seus modos de consumo**

Monografia apresentada ao Instituto de Ciências Sociais (ICS) no Departamento de Sociologia da Universidade de Brasília (SOL/UnB) para a obtenção do título de Bacharel em Sociologia sob orientação do Profº Drº Tiago Ribeiro Duarte, em 13 de dezembro à seguinte banca examinadora:

---

Professor Doutor Tiago Ribeiro Duarte

Orientador

---

Professor Doutor Guilherme José da Silva e Sá

Banca Examinadora

*À todos/as os/as ativistas que dedicaram e ainda dedicam suas vidas à luta por aqueles que não tem voz. E, especialmente, à Floquinho (in memoriam) e à minha pequena Amora, por me abrirem os olhos para as simples alegrias da vida.*

## AGRADECIMENTOS

Apesar da solidão da jornada acadêmica, posso dizer que não caminhei sozinha. Esses quatro anos e meio de graduação me proporcionaram momentos e pessoas que levarei para a vida. Agradeço a todos e todas que fizeram parte dessa minha caminhada e contribuíram, de alguma forma, para a realização deste trabalho. Primeiro, gostaria de agradecer à minha família, especialmente à minha mãe Ana e meu pai José, por me apoiarem durante esses anos e viabilizarem essa caminhada. Mais ainda, agradeço por todas as conversas sobre a minha monografia e, principalmente, por todo incentivo e conselhos de minha mãe e pelas leituras atenciosas de trechos deste trabalho pelo meu pai.

Agradeço também ao meu companheiro de vida, Matheus, pelos quatro anos de vidas compartilhadas, por todos os momentos de amor, carinho, aprendizado e incentivos. Muito obrigada por ter estado comigo independente de qualquer coisa, especialmente nessa longa jornada acadêmica. Porém, mais do que isso, agradeço por me proporcionar uma das melhores coisas da minha vida, a minha pequena gatinha Amora, razão dos meus sorrisos.

Às minhas melhores amigas de infância, Alice e Giovanna, agradeço por todos os anos de convívio, todos os momentos que passamos juntas e todos os conselhos sobre o meu trabalho. A amizade de vocês me ajudou a ser quem sou hoje. Também, aos amigos e amigas que fiz durante a graduação, agradeço por todos os momentos compartilhados de felicidades e tristezas, por toda ajuda e suporte para além da universidade. Especialmente, agradeço à Sarah, Carol, Mateus e Rodolfo, que acompanharam de perto esse último ano acadêmico, pelo convívio quase diário, conversas, leituras cuidadosas e comentários valiosos acerca do meu trabalho. Vocês foram essenciais nesse processo.

Agradeço também ao pessoal da Secretaria do Departamento de Sociologia, Renata, Gabi, Ulty e Michele, por todas as informações e apoio durante essa jornada para que eu pudesse, hoje, concluí-la. Aproveito para agradecer ao corpo docente do Departamento e da Universidade de Brasília, à todos os professores e professoras que participaram, de alguma forma, da minha graduação, seja pelas aulas seja pelas orientações. Suas contribuições, acadêmicas ou não, foram muito importantes para me fazer seguir firme na universidade e na Sociologia. Especialmente, agradeço aos professores e professoras Franco, Danilo, Tânia, Christiane, Fabrício, Stefan, Emerson e

Guilherme, pelas oportunidades proporcionadas, pelos conhecimentos compartilhados e pela confiança no meu trabalho.

Mais ainda, gostaria de fazer um agradecimento especial ao professor Tiago por esses quase um ano e meio de trabalho. Primeiramente, pela oportunidade de falar (escrever) sobre um tema tão importante para mim. Pelas leituras atentas, comentários cuidadosos e pelo tempo dispensado nesta orientação, os quais, sem sombra de dúvida, foram centrais na minha caminhada acadêmica. Porém, mais do que isso, agradeço por todas as palavras amigas e toda a confiança mesmo quando minha insegurança parecia se sobrepor.

Por fim, mas não menos importante, agradeço à todas as pessoas entrevistadas para este trabalho, estudantes da UnB que concederam uma pequena parte de seus dias a me ajudar a construir esta monografia. Vocês são a parte vital deste trabalho, e sem suas palavras não teria sido possível escrever nenhuma linha. Mais ainda, obrigada pelas conversas que, para além do trabalho, me ensinaram a enxergar por trás de nossas escolhas, as dificuldades e os propósitos em nossas práticas.

*coma arroz, tenha fé nas mulheres  
o que não sei agora  
ainda posso aprender  
se ainda estou sozinha  
estarei com eles mais tarde  
se estou fraca no momento  
posso me fortalecer  
lentamente lentamente  
se aprendo posso ensinar aos outros  
se outros aprendem primeiro  
preciso acreditar  
que eles voltarão e me ensinarão*

.....  
*lentamente começamos  
a devolver o que foi tirado  
nosso direito ao controle do corpo  
conhecimento de como lutar e construir  
comida que nutre  
remédio que cura*

.....  
*coma arroz, tenha fé nas mulheres  
o que não sei agora  
ainda posso aprender*

*Fran Winant*

*Quais são as palavras que você não tem? O que  
você precisa dizer? Quais são as tiranias que você  
engole diariamente e tenta achar naturais, até  
adoecer e morrer por causa delas, ainda em  
silêncio?*

*Audre Lorde*

## RESUMO

Levando em consideração a prática vegetariana enquanto alimentação e consumo, a presente monografia teve como objetivo principal apresentar conclusões preliminares acerca das justificativas apontadas por vegetarianos/as para a adoção dessa prática alimentar, e o potencial aspecto de oposição desse comportamento, no caso tanto de preceitos culturais quanto das formas de consumo. Enquanto abstenção, total ou parcial, do consumo e utilização de produtos de origem animal, as razões para o vegetarianismo também se relacionam a outros sentidos para além da motivação, como aversões, constrangimentos e trajetórias. Tais razões foram apresentadas nas narrativas dos/as vegetarianos/as entrevistados/as, estudantes da Universidade de Brasília (UnB), a partir da atribuição de sentidos por cada sujeito aos processos que envolvem a produção de alimentos e outros itens que contêm derivados de animais, e seus respectivos consumos. Para além das razões majoritárias, a prática vegetariana enquanto oposição também foi apontada pelos/as entrevistados/as na direção de uma posição política anticapitalista, a partir da conexão entre as explorações animal e humana e esse modo de produção. Dessa forma, com a intenção de apreender os sentidos individualmente atribuídos, apesar de coletivamente compartilhados, a metodologia qualitativa utilizada priorizou as argumentações construídas por cada um dos/as entrevistados/as e, a partir disso, foram construídas categorias analíticas para analisar os dados coletados.

**Palavras-chave:** Prática vegetariana; Alimentação; Consumo; Anticapitalismo.

## SUMÁRIO

<b>INTRODUÇÃO .....</b>	<b>10</b>
<b>1. SOBRE HÁBITOS ALIMENTARES E VEGETARIANISMO: o hábito do consumo de animais e a escolha (voluntária ou não) de sua abstenção .....</b>	<b>16</b>
1.1. Hábitos alimentares nas Ciências Sociais e <i>espaço social alimentar</i> .....	17
1.2. Os movimentos da libertação animal e da preservação do meio ambiente: origens e potenciais fundamentos das práticas vegetarianas .....	23
1.3. A carne no contexto brasileiro e as explicações para o vegetarianismo.....	29
<b>2. RAZÕES MAJORITÁRIAS PARA TORNAR-SE VEGETARIANO/A: as causas animal, ambiental e da saúde entre a recusa, a permanência na abstenção e o não-consumo .....</b>	<b>33</b>
2.1. A recusa e a libertação animal.....	35
2.2. Não-consumo, constringimentos alimentares e busca da saúde .....	40
2.3. Permanência da abstenção e o comprometimento ambiental .....	44
2.4. Considerações Finais.....	51
<b>3. POR QUE PENSAR O VEGETARIANISMO ENQUANTO PRÁTICA CONTRA-HEGEMÔNICA? Entre o consumo consciente e politizado na direção do anticapitalismo .....</b>	<b>52</b>
3.1. Prática vegetariana enquanto liberdade no espaço social alimentar: mudança e centralidade do consumo.....	53
3.2. Consumo <i>contracultural</i> vegetariano: na direção da conscientização e politização a partir das justificativas .....	57
3.3. A politização do consumo para além das razões majoritárias: preocupações sociais e oposição à exploração humana (ou animal) na direção do anticapitalismo .....	60
<b>CONSIDERAÇÕES FINAIS .....</b>	<b>68</b>
<b>Referências bibliográficas.....</b>	<b>70</b>

## INTRODUÇÃO

De acordo com o Instituto Brasileiro de Opinião Pública e Estatística (IBOPE), em pesquisa realizada em abril de 2018, 14% (quatorze por cento) da população brasileira declarou-se vegetariana, constituindo um aumento de cinco pontos percentuais com relação aos resultados da pesquisa feita em 2011 pelo instituto. Porém, o que quer dizer ser vegetariano/a? Qual o significado dessa prática no sentido dos hábitos alimentares e de consumo cotidiano? Quais implicações de sua adoção para as percepções das pessoas acerca do consumo de carne e derivados de origem animal?

Apesar da existência de diversas formas de definir o vegetarianismo, pode-se afirmar que constitui uma gama de hábitos alimentares os quais, de alguma forma, fundamentam-se na abstenção consciente de certos produtos de origem animal. Este termo foi cunhado pela Sociedade Vegetariana Britânica no século XIX, mais especificamente na década de 1840, e teve como referência a palavra *vegetal* que, de acordo com Kheel (2004), significa “todo vital”<sup>1</sup>. Dentre os/as adeptos/as do vegetarianismo, pode-se distinguir quatro regimes alimentares mais comuns, segundo a Sociedade Brasileira Vegetariana (SBV)<sup>2</sup>:

- (a) Ovolactovegetarianismo: utiliza ovos, leite e laticínios na sua alimentação;
- (b) Lactovegetarianismo: utiliza leite e laticínios na sua alimentação;
- (c) Ovovegetarianismo: utiliza ovos na sua alimentação;
- (d) Vegetarianismo estrito: não utiliza nenhum produto de origem animal na sua alimentação.

Porém, cabe ressaltar que, apesar de se referir principalmente à abstenção de todo e qualquer tipo de carne na alimentação, não existe consenso acerca de quais alimentos podem ser enquadrados na categoria “carne”. De acordo com estudos realizados a fim de apreender as percepções sobre tais produtos (Fiddes, 1991; Barros et al, 2012; Phillips, 2005), certas pessoas não compreendem nem frango, nem peixes enquanto carnes, associando esta categoria prioritariamente às carnes vermelhas, como bovinas e suínas. Nesse sentido, é possível pensar em duas classificações

---

<sup>1</sup> As citações, tanto diretas quanto indiretas, retiradas dos originais em inglês foram por mim traduzidas em estilo livre.

<sup>2</sup> Informações disponíveis em <<https://www.svb.org.br/vegetarianismo1/o-que-e>>. Acesso em 26 de novembro de 2018.

complementares na gama de dietas vegetarianas: o semi-vegetarianismo, o qual inclui carne de galinha (ou frango) na alimentação, e o pesco-vegetarianismo, que permite o consumo alimentar de peixes (Phillips, 2005).

A partir das classificações dietéticas apresentadas acima, pode-se perceber que o vegetarianismo relaciona-se principalmente à abstenção de certos produtos da alimentação. Levando em consideração a utilização de animais para além de propósitos estritamente alimentares, foi cunhado o termo *veganismo*, referindo-se, portanto, à abstenção de produtos que utilizem animais em alguma etapa de produção, como é o caso, por exemplo, derivados de animais (ovos e laticínios), cosméticos que realizam testes em animais e roupas de seda ou de couro. Tal denominação foi cunhada por George Watson, em 1944, a partir da qual foi criada a Sociedade Vegana, também na Inglaterra. Sintetizando as classificações mencionadas, a tabela a seguir apresenta os graus de abstenção que caracterizam as práticas vegetarianas.

<b>Classificações</b>	<b>Carnes</b>	<b>Ovos</b>	<b>Laticínios</b>	<b>Outros produtos</b>
Semi-vegetariano/a	Abstém-se de carnes vermelhas e peixe	Não se abstém	Não se abstém	Não se abstém
Pesco-vegetariano/a	Abstém-se de carnes vermelhas e frango	Não se abstém	Não se abstém	Não se abstém
Ovolactovegetariano/a	Abstem-se	Não se abstém	Não se abstém	Não se abstém
Lactovegetariano/a	Abstém-se	Abstém-se	Não se abstém	Não se abstém
Ovovegetariano/a	Abstém-se	Não se abstém	Abstém-se	Não se abstém
Vegetariano/a estrito/a	Abstém-se	Abstém-se	Abstém-se	Não se abstém
Vegano/a	Abstém-se	Abstém-se	Abstém-se	Abstém-se

Tabela 1: Abstenções de produtos pelo tipo de regime alimentar. Fonte: Elaboração própria.

Tendo em vista a diversidade de classificações quanto aos graus de abstenção de produtos de origem animal, o presente trabalho tratará de um dos aspectos em comum dessas práticas: as razões apontadas para a abstenção. Porém, por que analisar tais razões? Levando em consideração que apenas 14% (quatorze por cento) da população brasileira declarou-se vegetariana, pode-se perceber que tais regimes alimentares são práticas minoritárias, desviando-se da maioria da população que não tem restrições quanto ao consumo de produtos de origem animal. Por ser, portanto, uma prática não

habitual, é possível pensar em justificativas mobilizadas para a adoção de tais regimes alimentares.

Da mesma maneira que existem diferentes classificações e formas de abstenção no vegetarianismo, também podem ser apontadas diversas justificativas potenciais para a adoção dessa prática. Apesar da existência de categorias majoritárias, como é o caso das preocupações morais e ideológicas com a exploração animal e ambiental, e motivos relacionados à saúde, que compõe o enquadramento ético-saúde (Fox e Ward, 2008; Hoffman *et al*, 2013; Radnitz *et al*, 2015), a pesquisa aqui empreendida buscou focar nas justificativas mobilizadas pelos sujeitos entrevistados, em suas próprias palavras, para posteriormente construir categorias analíticas mais amplas. A heterogeneidade, nesse sentido, é característica do grupo social de vegetarianos/as, tendo em vista as diferentes formas de atribuir sentidos para suas próprias práticas. Na intenção de abarcar tal heterogeneidade, portanto, priorizou-se a compreensão dos/as próprios/as entrevistados/as.

A partir da minha própria experiência enquanto ovolactovegetariana e estudante da Universidade de Brasília (UnB), a pesquisa de campo para a construção do presente trabalho foi realizada com estudantes vegetarianos/as, de forma geral, dessa instituição de ensino superior. E como aconteceu a aproximação com os/as entrevistados/as em potencial? Por experiência pessoal, eu já conhecia estudantes vegetarianos/as que poderiam ser entrevistados/as. Após realizar essas primeiras entrevistas, utilizou-se da estratégia denominada *bola de neve*, ou seja, de indicações dessas primeiras pessoas entrevistadas acerca de outros estudantes também vegetarianos/as que fazem parte de sua rede pessoal, ocasionando um crescimento da amostragem não-probabilística (Vinuto, 2014).

Porém, depois de aproximadamente duas rodadas de indicações nessa metodologia, as indicações dos/as entrevistados/as se esgotaram. Para suprir essa lacuna, lançou-se mão de uma nova forma de captação de estudantes vegetarianos/as: a publicação de um *post* no grupo do *Facebook* denominado “Veganos e vegetarianos de Brasília”, pedindo por voluntários/as com as características desejadas (vegetarianos/as e estudantes da UnB). A partir disso, foi possível entrar em contato com um número considerável de vegetarianos/as, contribuindo para a constituição da quantidade de entrevistas desejável para os propósitos do trabalho.

Em suma, foram realizadas entrevistas com 29 (vinte e nove) estudantes vegetarianos/as da UnB. Apesar dessa amostra não ser representativa de todos os/as

estudantes da UnB que são adeptos/as do vegetarianismo, buscou-se levar em consideração certa diversidade, na escolha dos/as entrevistados/as, principalmente com relação às graduações das quais são estudantes. Dentre as/as vinte e nove entrevistados/as, 15 (quinze) são ovolactovegetarianos/as, 11 (onze) são veganos/as, 3 (três) são vegetarianas estritas e 1 (uma) pesco-vegetariana, todos/as na faixa etária de 18 (dezoito) a 27 (vinte e sete) anos e estudantes de diversos cursos de graduação das áreas de saúde, ciências humanas e ciências exatas. Apesar das entrevistas terem sido realizadas com adeptos/as do vegetarianismo estrito, veganismo, ovolactovegetarianismo e pesco-vegetarianismo, para os propósito da presente pesquisa, referir-se-á à tais práticas enquanto vegetarianas. Porém, cabe ressaltar que existem diferenças fundamentais entre esses regimes alimentares, e quando tais diferenças forem importantes para a construção argumentativa do trabalho, serão mencionadas.

As entrevistas, de modo geral, consistiram em conversas mais informais, com duração de 7 (sete) a 30 (trinta) minutos, orientadas por certos questionamentos, no caso a auto-identificação dos/as entrevistados/as quanto às próprias escolhas alimentares (dentre a gama de práticas vegetarianas) e as razões apontadas enquanto centrais em tal escolha. Levando em consideração a diversidade das justificativas potencialmente mobilizadas pelos/as entrevistados/as, decorrente dos diferentes sentidos atribuídos às práticas individuais, preferiu-se por não determinar previamente um roteiro fixo de perguntas para as entrevistas, de modo que ficou a cargo da pesquisadora as intervenções necessárias de acordo com o sentido das argumentações dos/as estudantes.

Nesse sentido, o presente trabalho apresenta-se enquanto esforço empírico de priorizar as percepções e os significados atribuídos pelos/as próprios/as entrevistados/as em contraposição ao enquadramento das razões em modelos conceituais e teóricos prévios. Porém, qual a justificativa para a adoção dessa forma metodológica específica? Levando em consideração a diversidade das razões apontadas para a prática vegetariana, objeto de estudo deste trabalho, e a centralidade da dimensão individual dessa prática, pode-se entender como a atribuição de sentidos pelos sujeitos em questão torna-se essencial na construção teórica e metodológica aqui realizada. Dentro do aporte das Ciências Sociais, o presente trabalho parte fundamentalmente da perspectiva do Interacionismo Simbólico apontada por Blumer (2017), a partir de contribuições de diversos/as autores/as, especialmente Mead.

Como o Interacionismo Simbólico será mobilizado para analisar as razões apontadas pelos/as vegetarianos/as entrevistados/as no que se refere às suas escolhas e

restrições alimentares? De forma geral, segundo Carvalho *et al* (2010), esta vertente, cujos pressupostos foram estabelecidos por Blumer, “possibilita a compreensão do modo como os indivíduos interpretam os objetos e as outras pessoas com as quais interagem e como tal processo de interpretação conduz o comportamento individual em situações específicas” (*Idem*, p. 153).

Ressaltando a contribuição de Mead no sentido da dimensão interpretativa da ação e do entendimento humano, Blumer (*Idem*) aponta para a centralidade do *self*, no sentido de que os seres humanos são capazes de ser objeto de suas próprias ações, através de auto-indicações. Em outras palavras, refere-se à “habilidade do ser humano para agir em direção a si mesmo como o mecanismo central com o qual o ser humano encara e lida com o mundo” (*Idem*, p. 15), na medida em que as auto-indicações dos objetos ao seu redor orientam e guiam suas ações conscientes. A partir, portanto, da apresentação das contribuições de Mead para os processos que fundamentam a perspectiva da sociedade enquanto interação simbólica, Blumer resume tais pressupostos no seguinte sentido.

O exposto [...] constitui as características essenciais, da forma que as vejo, na análise meadiana das bases da interação simbólica. Elas pressupõem o seguinte: que a sociedade humana é formada por indivíduos que possuem selves (isto é, que produzem indicações para si mesmo); que a ação individual é uma construção e não um reflexo, sendo formado pelo indivíduo mediante a percepção e interpretação de características das situações em que ele age; que a ação grupal ou coletiva consiste no alinhamento de ações individuais, produzidas pelos indivíduos que interpretam ou levam em consideração ações reciprocamente dirigidas (*Idem*, p. 17).

Dessa forma, é possível perceber como a ação individual parte das percepções dos sujeitos acerca do mundo exterior, por meio dos processo de auto-indicações que constituem o denominado *self*. Levando em consideração tais questões, pode-se apontar para o vegetarianismo enquanto uma ação consciente (não necessariamente voluntária), consequência das percepções individuais das pessoas acerca da mundo e, nesse caso, dos processos que envolvem a produção de alimentos e outros itens de consumo com origens animais. A partir disso, os/as vegetarianos/as constroem suas ações, mais especificamente suas abstenções, não enquanto reflexo de certos estímulos, mas sim através dos mecanismos de auto-indicações. Portanto, apesar de não estar diretamente explicitada no desenvolvimento do trabalho, a perspectiva interacionista constitui-se enquanto pressuposto para analisar as razões individualmente atribuídas pelos/as vegetarianos/as entrevistados às suas práticas alimentares e também de consumo, as quais relacionam-se a sentidos compartilhados acerca de tais práticas.

A partir das referências teóricas e metodológicas ressaltadas anteriormente, dividiu-se o presente trabalho em três capítulos. O primeiro capítulo apresentará as contribuições das Ciências Sociais para os estudos acerca da alimentação e hábitos alimentares, além de ressaltar a construção de Poulain e Proença (2003) da categoria espaço social alimentar, enquanto produto de condicionantes biológicas e ecológicas e da influência cultural. Mais ainda, serão apresentadas tanto as origens conceituais do vegetarianismo e do veganismo, especificamente, quanto o movimento ambientalista e suas vertentes, num sentido de ressaltar as aproximações desses movimentos de uma questionamento da relação entre seres humanos e natureza. Por fim, aponta-se para a centralidade dos produtos cárneos na dinâmica cultural brasileira, a partir principalmente de estudos historiográficos sobre a alimentação no país.

Para o segundo capítulo, as análises de Roselfeld e Burrow (2017) e Fox e Ward (2008) no que se referem aos tipos de razões (motivações, aversões e constrangimentos) e ao processo de incorporação de outras preocupações durante a trajetória no vegetarianismo, serão centrais. A partir dessas referências, serão construídas categorias analíticas para analisar as razões majoritárias alencadas pelos/as vegetarianos/as entrevistados, nos sentido das causas animal e ambiental, e da preocupação com a saúde. Por fim, o terceiro capítulo apresentará uma breve discussão acerca da centralidade do consumo para os estudos sobre alimentação, e como as posições assumidas pelos/as vegetarianos/as podem se relacionar a um consumo contracultural. A partir disso, pode-se apontar para processos de conscientização e politização do consumo entre vegetarianos/as, extrapolando as razões majoritárias para relacionarem-se, especificamente, a preocupações mais amplas com a exploração humana e animal, na direção de uma oposição política ao sistema capitalista. Já nas considerações finais, buscou-se sistematizar as análises dos dados coletados, feitas nos capítulos anteriores, e apontar para as principais dimensões da prática vegetariana relacionadas às razões para sua adoção e as consequências nos modos de consumo.

# **1. SOBRE HÁBITOS ALIMENTARES E VEGETARIANISMO: o hábito do consumo de animais e a escolha (voluntária ou não) de sua abstenção**

Deve-se admitir, antes de qualquer afirmação mais elaborada, que as escolhas alimentares não são arbitrárias, nem resultado de meros caprichos ou preferências de paladar individual. Como apontam estudos nessa temática (Douglas, 1976; Harris, 1978; Montanari, 2008; Belasco, 2002; Poulain e Proença, 2003; Azevedo, 2017; entre outros), os hábitos alimentares, formados por tais escolhas (Lima; Neto e Farias, 2015), fazem parte de uma teia de relações significativas, as quais abarcam dimensões culturais, sociais, psicossociais, identitárias e espirituais, para além da simples importância nutricional e fisiológica dos alimentos.

Apesar da existência de diferentes modalidades no vegetarianismo, essa prática alimentar constitui-se a partir da abstenção do consumo de produtos de origem animal. Nesse sentido, Abonizio (2015) ressalta, através de uma autoetnografia, a frequência com que os vegetarianos se confrontam com questionamentos sobre as razões para tal opção dietética, assumindo a necessidade da existência de explicações para a escolha pela alimentação baseada em plantas. Assim, o vegetarianismo apresenta-se como um comportamento que desvia das normas alimentares nas culturas ocidentais (Rosenfeld e Burrow, 2017), fundamentadas na utilização animal para o consumo humano (Joy, 2014; Adams, 2010).

Admitindo a prática vegetariana enquanto um comportamento derivado de uma mudança, pretende-se investigar as razões que embasam a escolha por essa alimentação, que podem ser motivações, aversões ou constrangimentos. Assim, é importante ressaltar, de acordo com Rosenfeld e Burrow (2017), as diferenças conceituais entre “razões”, “motivações”, “constrangimentos” e “aversões”, como é introduzido no trecho a seguir:

Nós postulamos que três tipos de razões reportadas para assumir uma dieta a base de plantas existem: motivações, aversões e constrangimentos. Enquanto a maioria das pesquisas existentes tem usado os termos “razões” e “motivações” indistintamente, nós argumentamos que aversões e constrangimentos constituem tipos de razões distintas cujas propriedades impedem de se qualificar como motivações (*Idem*, p. 6).

Porém, como essas categorias se diferenciam? Para os autores, as motivações devem estar fundamentadas em três critérios específicos, que são o direcionamento em relação a uma meta, a voluntariedade dessa escolha e os seus impactos ideológicos nas

percepções e conceitos de cada pessoa (*Idem*, p. 7). A partir disso, é possível distinguir as motivações das outras categorias apontadas, no sentido de que aversões estão relacionadas a sentimentos como desgosto ou nojo em direção a produtos cárneos, o que pode influenciar nas decisões alimentares. Já no caso dos constrangimentos, Roselfeld e Burrow (*Idem*) os apresentam enquanto mecanismos exteriores que impedem a livre escolha dos indivíduos, com relação aos seus próprios hábitos alimentares. Em suma, essas três categorias enquadram as razões para adoção do vegetarianismo, e a partir de tal metodologia de análise (*Idem*), serão apontadas a defesa dos animais, a saúde e a preservação ambiental como as três principais categorias mobilizadas pelos/as vegetarianos/as entrevistados/as. Além disso, objetiva-se demonstrar as diferentes maneiras pelas quais são apresentadas, ressaltando as que emergem posteriormente à mudança alimentar e que complementam a razão inicial, no sentido de trajetória (Fox e Ward, 2008), e aquelas que compõe, de forma mais ampla, os sentidos atribuídos à prática alimentar e complementam tais razões.

Esse primeiro capítulo, portanto, abordará de forma mais aprofundada a literatura nas Ciências Humanas e Sociais sobre hábitos alimentares, principalmente no que diz respeito às escolhas de alimentos e ao consumo de carne, atentando para as dimensões significativas e os potenciais tabus envolvidos (Da Matta, 1986). Dentro do escopo teórico da Sociologia e Antropologia da Alimentação, será privilegiada uma análise dos/as vegetarianos enquanto grupo social definido que compartilha sentidos e significados atribuídos tanto à carne enquanto não-alimento quanto às práticas cotidianas que integram o vegetarianismo.

Também serão apresentadas as origens das práticas vegetarianas e os potenciais impactos do consumo de produtos cárneos nos animais não-humanos, na saúde humana e no meio ambiente, argumentações que serão utilizadas posteriormente como justificativas pelos/as entrevistados/as para fundamentar as razões para a mudança alimentar. Ademais, tratará da lugar da carne na cultura ocidental (Fiddes, 1991), especialmente enquanto alimento por excelência no contexto brasileiro (Ribeiro e Corção, 2013).

### **1.1. Hábitos alimentares nas Ciências Sociais e *espaço social alimentar***

A relação das pessoas com o alimento não é uma temática nova nas Ciências Sociais, tendo em vista que encontra-se no cerne da sobrevivência da espécie humana.

Conjugada a uma diversidade possível de enquadramentos metodológicos, a “[...] alimentação configura-se como um objeto legítimo de análise social e de compreensão das premissas implícitas do viver em sociedade” (Azevedo, 2017, p. 277). Ao ressaltar, portanto, a dimensão social que envolve as práticas e hábitos alimentares, parte-se do pressuposto de que a “comida” vai além dos aspectos nutritivos como condição de sobrevivência, para se referir a um comportamento simbólico e cultural (*Idem*). Tal definição, em oposição à ideia de alimento, foi cunhada por Da Matta (1986) em seus estudos sobre o “dilema brasileiro” e os elementos formadores dessa identidade, como aparece no trecho a seguir:

Quero me referir à distinção entre comida e alimento, que é tão importante no sistema social brasileiro. Realmente, para nós, saber comer é algo muito mais refinado do que o simples ato de alimentar-se. [...] Para nós, brasileiros, nem tudo que alimenta é sempre bom ou socialmente aceitável. Do mesmo modo, nem tudo que é alimento é comida. Alimento é tudo aquilo que pode ser ingerido para manter uma pessoa viva; comida é tudo que se come com prazer, de acordo com as regras mais sagradas de comunhão e comensalidade. Em outras palavras, o alimento é como uma grande moldura; mas a comida é o quadro, aquilo que foi valorizado e escolhido dentre os alimentos; aquilo que deve ser visto e saboreado com os olhos e depois com a boca, o nariz, a boa companhia e, finalmente, a barriga... (Da Matta, 1986, pp. 55-56).

Em outras palavras, mesmo que todos os alimentos possam ser consumidos de forma segura, argumenta-se que o ser humano “[...] na verdade não come qualquer coisa, mas escolhe a própria comida, com critérios ligados tanto às dimensões econômicas e nutricionais do gesto quanto aos valores simbólicos que a própria comida se reveste” (Montanari, 2008, p. 16). Os hábitos alimentares estão, dessa forma, permeados por processos de escolha e restrição, intrinsecamente relacionados à formação da identidade (Mintz, 2001; Maciel, 2005).

A dimensão identitária, apesar de não ser o foco do presente trabalho, será abordada como pressuposto teórico e metodológico. Ou seja, a escolha (ou não-escolha) dos produtos a serem consumidos, principalmente no campo da alimentação, torna-se um fator decisivo na identidade humana na medida em que separa e distingue grupos. Assim, ao apresentar a carne como alimento passível de escolha, tem-se a diferenciação entre aqueles que consomem e outros que se recusam, se abstém ou não a consomem. Segundo Joy (2014), assim como a opção pelo vegetarianismo é “[...] reflexo de um sistema de crenças mais profundo” (*Idem*, p. 30), a escolha pelo consumo de produtos de origem animal também deve ser relacionado ao conjunto de crenças que denomina de “carnismo”. A autora argumenta que esta ideologia fundamenta-se em um conjunto de mitos legitimadores, dentre os quais se destacam a defesa do consumo de carne como

normal, natural e necessário. Assim, cunhando um termo para referir-se ao consumo de produtos de origem animal (tanto na alimentação quanto no vestuário, por exemplo), a argumentação de Joy insere-se numa tentativa de desmistificar esse conjunto de crenças, ou seja, a mitologia da carne. Dito de outra maneira, cunhar um termo para definir o conjunto de princípios que sustentam a opção pelo consumo de animais e derivados é, de acordo com a autora, reconhecer que esse comportamento está vinculado a um sistema de crenças específico, o qual permite e naturaliza o consumo de certos animais em detrimento de outros (Joy, 2014). Dessa forma, em contraposição aos carnistas, os vegetarianos não categorizam a carne como comida, apesar de reconhecer suas potencialidades como alimento, ou seja, de apresentar certos valores nutricionais.

Partindo da premissa de que não se consome, no sentido alimentar e cultural, apenas utilidades materiais ou nutrientes vitais, pode-se destacar as contribuições antropológicas e sociológicas do século XX para o campo da alimentação, o qual começou a constituir-se como objeto a partir dos estudos estruturalistas de Lévi-Strauss. De forma geral, pode-se perceber que nessa fase de emergência da alimentação como território das Ciências Sociais, os trabalhos concentravam-se em torno de duas vertentes principais: a autonomia do social, focalizando na diversidade dos consumos alimentares e nos gostos construídos; e a alimentação enquanto fato social total, permitindo uma interface com aspectos biológicos e psicológicos (Poulain e Proença, 2003).

A autonomia do social constitui-se enquanto princípio fundador das Ciências Sociais, principalmente com os estudos de Durkheim acerca da necessidade de procurar as causas de um fato social em outro fato social (*Idem*, 2003). Porém, tal princípio apresenta diversos obstáculos quando aplicado a objetos situados à margem, como é o caso da alimentação, na medida em que fomenta um diálogo constante com outras disciplinas, como a Biologia e a Psicologia. Apesar do distanciamento da Sociologia, após a institucionalização, de seus princípios fundantes, inclusive da autonomia do social, o campo da alimentação ainda apresenta obstáculos operacionais, uma vez que ao assumir o diálogo com outras disciplinas, seus pesquisadores têm a necessidade de dominar conhecimentos dessas outras disciplinas (*Idem*, p. 247). Tal empreendimento de se lançar a “territórios vizinhos” também pode ter consequências estratégicas para os próprios pesquisadores no sentido de legitimidade dentro da própria disciplina.

A segunda vertente apontada anteriormente apresenta-se enquanto superação do princípio da autonomia do social no sentido de contribuir para a consolidação da alimentação enquanto objeto das Ciências Sociais (*Idem*). Tal vertente consolida-se a

partir de diversos estudos antropológicos do século XX, principalmente nos Estados Unidos, na França e na Inglaterra, como, por exemplo, de Audrey Richards, Margaret Mead e Lévi-Strauss. De forma geral, percebe-se desde o foco na dicotomia entre biologia e sociedade que possibilitou o aporte funcionalista de Richards; o levantamento de hábitos alimentares de diferentes grupos sociais realizados por Mead, através de uma perspectiva culturalista; até a contribuição estruturalista de Lévi-Strauss no sentido da analogia entre a linguística e a alimentação, principalmente com relação ao ato de cozinhar e as categorias mediadas pela cultura (como cru e cozido) (Collaço e Menasche, 2015).

No que se refere aos estudos antropológicos e etnográficos do século XX sobre os hábitos alimentares e suas relações com dinâmicas de determinadas sociedades, pode-se destacar contribuições de três autores distintos: Douglas (1966) sobre os tabus alimentares e suas relações com as regras de determinada organização social, como influência do estruturalismo de Levi-Strauss; Leach (1983) sobre os tabus alimentares no sentido geral de proibições, e sua conexão com categorias linguísticas, também levando em consideração a contribuição do paradigma estruturalista; e Harris (1978), a partir de explicações ditas racionais e científicas, sobre os enigmas da cultura que envolvem o consumo de certos animais e o “amor” a outros.

Tais autores, apesar de ressaltarem a interdição ou proibição do consumo de certos alimentos, prioritariamente da carne, abordam essa questão a partir de fundamentações teóricas distintas. Enquanto Douglas e Leach fazem parte da vertente do estruturalismo inglês, Harris formava a variante da ecologia cultural com mais força na década de 60, a qual diferenciava-se pelo distanciamento dos aspectos evolutivos e a explicação de partes da cultura em termos de funções adaptativas ou manutenção dos sistemas sociais (Ortner, 2011). O aspecto da interdição, portanto, opera

[...] em um campo onde se percebe a busca do equilíbrio e a prevalência de uma concepção de interdependência entre o alimento e/ou a preparação alimentar, o corpo do indivíduo, o momento histórico que esse corpo está vivenciando e as condições do ambiente físico, de tal forma que opere uma ordem passível de proteger os corpos das desordens presentes nas chamadas situações de liminaridade ou de possíveis fragilidades orgânicas (Pacheco, 2011, p. 67).

A questão da pluridisciplinaridade, principalmente a partir de um diálogo entre a Antropologia física e a cultural realizado por Richards e Lévi-Strauss, torna-se central

para os estudos sobre a alimentação nas Ciências Sociais a partir de 1960<sup>3</sup>. Porém, segundo Poulain e Proença (2003), é apenas depois dos anos 1980 que emerge na Antropologia e na Sociologia um conceito-chave, com o qual trabalham em suas próprias argumentações: o *espaço social* como sistema de relações entre o biológico, o cultural e o ecológico, no qual existem condicionantes materiais aos “comedores”, mas certo espaço de liberdade no qual apresenta-se a agência da cultura, como é apresentado na figura a seguir.

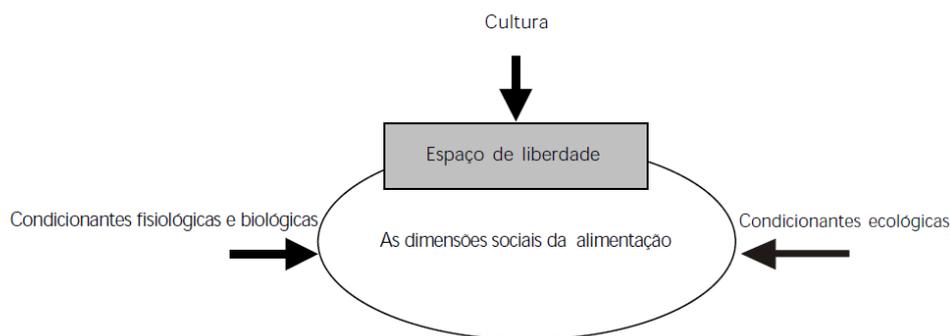


Figura 1. Fonte: O espaço social alimentar (Poulain e Proença, 2003).

Mais especificamente, ressalta-se a alimentação, como objeto sociológico, com dimensões sociais e aponta-se para a existência de duas condicionantes fundamentais na construção dessas dimensões: as biológicas/fisiológicas e as ecológicas. Tais condicionantes relacionam-se, respectivamente, às características do ser humano enquanto onívoro (potencial comedor de plantas/vegetais e animais), e à disponibilidade e produção de alimentos de acordo com o ambiente, o bioma considerado. Em outras palavras, as dimensões sociais da alimentação são influenciadas por tais condicionantes, no sentido de que as pessoas consomem alimentos tanto passíveis de serem digeridos e aproveitados biologicamente, quanto possíveis de serem cultivados, produzidos, dependendo do bioma. Porém, cabe ressaltar que, agindo sobre essas condicionantes, encontra-se a cultura, proporcionando o que Poulain e Proença (*Idem*) denomina como espaço de liberdade. Ou seja, apesar dos condicionantes ecológicos e biológicos/fisiológicos, é necessário atentar para a influência da cultura nas dimensões sociais da alimentação, formando um espaço de liberdade de tais condicionantes.

Porém, como é possível perceber a influência cultural na alimentação? No caso do condicionante ecológico, pode-se ressaltar a dinâmica da globalização e seus impactos

---

<sup>3</sup> De acordo com Poulain e Proença (2003, p. 248), tal diálogo foi reestabelecido principalmente nos anos de 1980, após a ruptura com a Antropologia física devido a problemas científicos e impactos políticos, especialmente no que diz respeito à perspectiva evolucionista e ao racismo político institucionalizado.

nas trocas internacionais de mercadorias. Nesse sentido, a possibilidade de importação e exportação de produtos, inclusive de alimentos, permite que países com condições ecológicas desfavoráveis para o cultivo ou produção de certos alimentos possam obtê-los a partir dessas dinâmicas comerciais. Assim, as condicionantes ecológicas descritas por Poulain e Proença (*Idem*) não são tão centrais na sociedade contemporânea globalizada<sup>4</sup>.

Para além da globalização, quais outros mecanismos podem influenciar a dinâmica alimentar? É possível apontar, nesse sentido, para a centralidade cultural da alimentação fundamentada em produtos de origem animal, de acordo com os/as vegetarianos/as entrevistados/as, e a prática (alimentar) vegetariana enquanto rejeição dessa centralidade, aportada em diferentes maneiras de interpretar e perceber tais produtos de origem animal (especialmente a carne). Em outras palavras, utilizar-se-á os conceitos de Poulain e Proença (*Idem*) sobre espaço social alimentar e espaço de liberdade (dos condicionantes) enquanto produto cultural para referir-se à prática vegetariana no sentido contracultural, ou seja, em contraposição a tais influências na alimentação, a partir dos sentidos que fundamentam as justificativas para essa escolha (ou necessidade). Nas palavras dos/as entrevistados/as, o vegetariano se opõe à certos preceitos culturais que determinam uma alimentação carnivorista, no sentido das questões animal, ambiental e de saúde.

A presente pesquisa, neste caso, apesar de reconhecer a dimensão macroestrutural da alimentação, direciona-se para a interdição do consumo de carne e outros produtos de origem animal no sentido de uma microsociologia dessa prática, a partir dos discursos dos/as estudantes vegetarianos/as entrevistados/as. Dessa forma, tem-se como objetivo apontar quais as justificativas mobilizadas para a recusa, o não-consumo e a permanência na abstenção de produtos de origem animal, e destacar a dimensão significativa dessa prática no sentido de oposição aos valores sociais majoritários. Ademais, objetiva-se ressaltar como as razões por trás de tais justificativas contribuem para o processo de conscientização do consumo, e mais adiante, de sua politização. Assim, apresentar-se-á como a abstenção do consumo de produtos cárneos

---

<sup>4</sup> O exemplo da globalização foi mobilizado para deixar mais claro como seria a influência da cultura nas condicionantes descritas, a fim de contribuir para a utilização da argumentação de Poulain e Proença (2003) acerca do espaço de liberdade na alimentação no sentido da prática vegetariana, como será explorado no terceiro capítulo. Porém, cabe ressaltar a simplicidade com que foi tratada a globalização tendo em vista a complexidade dessa dinâmica na sociedade contemporânea, principalmente no que diz respeito às assimetrias nas relações internacionais. Como este não é foco da análise aqui empreendida e o exemplo da globalização foi utilizado somente para exemplificar a teoria mobilizada, preferiu-se por não adentrar nos pormenores deste exemplo, mas fica a ressalva.

relaciona-se, para certos/as entrevistados/as, com uma posição política mais ampla de oposição ao sistema capitalista, no sentido de politização do consumo e fundamentando-se prioritariamente na rejeição de qualquer forma de exploração humana e não-humana (animal).

## **1.2. Os movimentos da libertação animal e da preservação do meio ambiente: origens e potenciais fundamentos das práticas vegetarianas**

O vegetarianismo não é uma prática alimentar recente. De acordo com Kheel (2004), pode-se dizer que os fundamentos de uma dieta que exclui a “carne de animais” surgiu na antiguidade com o Jainismo no Oriente e o Pitagorismo no Ocidente. De modo resumido, ambas as posições rejeitavam o consumo da carne e a violência a partir dos princípios da pureza espiritual e da não violência, mas a partir de argumentações diferenciadas. Enquanto o Jainismo estava fundamentado no *ahimsa*, a qual seria a noção de não causar sofrimento a nenhum ser vivo e ter compaixão, a escola filosófica de Pitágoras defendia a recusa tanto do consumo quanto do sacrifício animal pela crença de partilhamento da alma entre humanos e animais (processo de transmigração da alma), e do não-consumo como uma forma de purificação (*Idem*, p. 1274). Para além dessas posições consideradas fundantes, também é possível destacar argumentações de outros filósofos gregos pela recusa deste consumo, como Plutarco no sentido de justiça e tratamento humano aos animais (Schulte, 2012).

Apesar da existência de tais referências religiosas e filosóficas centradas na discussão sobre os animais, o vegetarianismo como opção dietética e movimento social ganhou força no século XIX, a partir dos estudos científicos de Darwin que contrapunham a perspectiva de superioridade dos humanos com relação aos animais, ao argumentar pelas similaridades entre esses seres vivos (Kheel, 2004). Neste contexto é construída a oposição ao especismo, que será utilizada no século posterior como fundamentação das teorias da libertação animal, ou movimento de defesa dos animais.

De acordo com Lira (2013), o conceito de especismo ancora-se na definição filosófica da humanidade a partir de critérios de exclusão, principalmente no que diz respeito às diferenças em relação a outros seres vivos. Assim, a exclusão ontológica sistemática dos *outros* culminam no estabelecimento de relações de poder e níveis de consideração moral diferenciados tanto para outros animais quanto para outros humanos. A partir do critério da “posse da razão”, influenciado pelos ideais iluministas,

“aos animais, classificados como seres despossuídos de tal faculdade, restou à localização fora do espectro que contempla os sujeitos ou agentes morais” (*Idem*, p. 792). Portanto, o especismo pode ser classificado como a “ideia que têm os membros de uma espécie de que esta é superior às outras e, portanto, deve dominá-las, ignorando os interesses dos membros das espécies alheias” (Pierreléve, 2015, p. 14).

Pode-se constatar que o século XIX foi um período importante para o movimento vegetariano, tanto por ser palco do começo da construção de suas bases teóricas quanto pelas associações criadas no contexto europeu, como a Sociedade Real de Prevenção à Crueldade contra Animais (RSPCA) em 1824, e a *Vegetarian British Society* em 1847. Além de responsáveis pela difusão do vegetarianismo, tais associações se organizaram em prol da causa animal e suscitaram debates em direção ao que foi chamado de paradigma bem-estarista, um conceito supostamente auto-explicativo no sentido de garantia do bem-estar animal (Ferrigno, 2012).

O século XX, especialmente nos anos pós-guerras, foi permeado por debates acadêmicos acerca dos benefícios de uma dieta vegetariana, da composição nutricional de frutas e vegetais, da concentração de pesticidas e outros químicos na carne enquanto produto (Kheel, 2004). Ainda neste século, à medida que a produção industrial de animais para o consumo humano se expandia, o movimento contemporâneo vegetariano se alastrava na Europa e nos Estados Unidos, principalmente a partir do movimento de defesa dos animais, representado por autores como Ryder (2008), Singer (2010), Regan (2006), Francione (2008) e Adams (2010). Tal movimento, em suma, chama atenção para as condições às quais os animais da indústria alimentícia eram submetidos, promovendo o vegetarianismo como um mecanismo de protesto contra esse tratamento (Kheel, 2004).

Assim, o vegetarianismo foi impulsionado, durante os séculos XIX e XX, tanto pelas associações criadas em defesa dos animais quanto pelas teorias que argumentavam em prol de sua libertação. Porém, é necessário ressaltar que existe uma diferença fundamental no que diz respeito ao mecanismo de protesto citado no parágrafo anterior. Para Watson (apud Ferrigno, 2012), a luta contra a crueldade e o sofrimento animal, provocados pela indústria de produtos cárneos, também deveria se estender para a recusa dos derivados, que seriam ovos e laticíneos. Assim, a partir dessa nova proposta de vegetarianismo, cunha-se o termo “vegano” e cria-se a *Vegan Society* em 1944, também na Inglaterra.

Portanto, aponta-se que, apesar da posição ética de rejeição tanto ao consumo de carne (e produtos derivados) quanto à violência contra os animais não ser exclusiva do vegetarianismo, o surgimento dessas preocupações esteve intimamente relacionado à tal posicionamento no sentido de justiça e defesa dos animais, principalmente a partir do ativismo vegano (Nunes, 2010; Ferrigno, 2012). Em outras palavras, o vegetarianismo e, em especial, o veganismo, podem ser considerados práticas que colocam no centro da discussão a libertação animal, tendo em vista o contexto de sua difusão e as teorias que os fundamentam.

Apesar do consenso em torno da defesa da libertação animal, existe uma discussão contemporânea entre os neobem-estaristas<sup>5</sup> e os abolicionistas animais. Considerado precursor do abolicionismo animal, Regan (2006) discorre sobre a necessidade de se abolir toda e qualquer utilização de animais, ao invés de idealizar melhoras no tratamento desses seres e continuar com tal exploração. Assim, defende o fim da exploração institucionalizada de animais e não tratamentos mais humanos ou igualitários, na perspectiva de que

Todos os animais que estão aprisionados para a exploração do ser humano não devem ter jaulas maiores, como sustentam os bem-estaristas – os quais defendem não haver nada de errado em explorá-los e escravizá-los, desde que isso seja feito de maneira humanitária e sem dor desnecessária aos animais – e a dos neobem-estaristas – que também defendem, a longo prazo, a abolição total da exploração animal, ainda que, a curto prazo, apoiem medidas que defendam a diminuição do sofrimento desnecessário aos animais ou a promulgação de leis que promovam um tratamento mais humanitário dos mesmos (Nunes, 2010).

Regan (2006), intelectual também integrante do movimento em defesa dos animais, vai além da consideração do sofrimento animal de Singer (2010) para questionar, ao invés de se sentem dor, se os animais não-humanos são sujeitos de uma vida. Apesar das diferenciações no interior do movimento pelos direitos dos animais, é possível relacionar a libertação animal com o contexto mais abrangente do movimento ecológico, em que se questiona a validade das categorias “natureza” e “cultura”, e a relação hierárquica entre elas (Barbosa e Drummond, 1994). Tal movimento contrapõe-se, portanto, à

[...] ideia de natureza implicada numa relação de subordinação para com a cultura, considerada como instância superior e dominante da relação, principalmente, se levarmos em conta o fato de que esta se relaciona ao humano, que teve, de acordo com a perspectiva ocidental, sua própria natureza colonizada pelo espírito, intelecto, razão, sociedade (Lira, 2013, p. 792)

---

<sup>5</sup> Aqueles que recuperam o paradigma bem-estarista do final do século XIX e início do século XX descrito anteriormente.

Tanto o movimento em defesa dos direitos dos animais quanto o ecológico partem da mesma ideia de modificar a relação com a natureza, englobando tanto o ecossistema quanto os próprios animais, em contraposição aos modelos de produção industrial de larga escala do século XX. De acordo com Barbosa e Drummond (1994, p. 273), “quaisquer que sejam as raízes da nossa rígida separação entre cultura e natureza, ela é sem dúvida fundamental para o modelo antropocêntrico de exploração do mundo natural”. No caso do movimento ecológico, a partir da rejeição da superioridade humana sobre a natureza (incluindo os animais) que fundamenta a exploração e dominação, emergiram diferentes tendências ambientalistas, como por exemplo o *desenvolvimento sustentável* e o *biocentrismo*<sup>6</sup>. Apesar da existência de outras vertentes no movimento ecológico, essas duas são mais relevantes para a presente pesquisa por relacionarem-se a posições opostas no tratamento do meio ambiente, assim como os posicionamentos bem-estaristas (e neobem-estaristas) e abolicionistas no movimento de libertação animal.

O paradigma do desenvolvimento sustentável foi apresentado na Conferência das Nações Unidas pelo Meio Ambiente na década de 1970, e refere-se a uma adequação entre o crescimento industrial desse século e a conservação ou não-destruição do meio ambiente. De acordo com a Declaração Final da Conferência das Nações Unidas sobre Desenvolvimento Sustentável, feita após a RIO+20,

[...] para a realização do desenvolvimento sustentável, é necessário: promover o crescimento econômico sustentável, equitativo e inclusivo; criar maiores oportunidades para todos; reduzir as desigualdades; melhorar as condições básicas de vida; promover o desenvolvimento social equitativo para todos; e promover a gestão integrada e sustentável dos recursos naturais e dos ecossistemas, o que contribui notadamente com o desenvolvimento social e humano, sem negligenciar a proteção, a regeneração, a reconstituição e a resiliência dos ecossistemas diante dos desafios, sejam eles novos ou já existentes (ONU, 2012)

Além de ter pautado a maioria das discussões internacionais, o conceito de desenvolvimento sustentável foi central no movimento ambientalista brasileiro, marcando a chamada literatura verde, a qual criticava, principalmente, o modelo econômico e estilo de vida moderno (Alonso e Costa, 2002). Tendo em vista a realização da Conferência da ONU sobre Meio Ambiente no Rio de Janeiro no final do

---

<sup>6</sup> Apesar do movimento ecológico e do movimento em defesa dos direitos dos animais terem suas especificidades, justamente pelo empreendimento dos teóricos da libertação para ressaltar a exploração animal, será levado em consideração o enfoque na natureza de uma forma mais geral no caso do movimento ecológico. Reconhece-se, portanto, que apesar das diferenciações necessárias, ambos os movimentos partem da mesma crítica à separação entre natureza e cultura e à consequente superioridade dos seres humanos.

século XX, conhecida como Rio92, as abordagens sobre a questão ambiental ganharam corpo no contexto das Ciências Sociais no Brasil (*Idem*)<sup>7</sup>.

O desenvolvimento sustentável caracteriza uma tendência ecológica de integração entre os aspectos econômicos, sociais e ambientais, principalmente em uma tentativa de adequar o desenvolvimento econômico humano com a preservação do ecossistema. Porém, segundo Barbosa e Drummond (1994), tal perspectiva que postula uma utilização mais racional dos recursos naturais e o combate à degradação ambiental provocada pelos seres humanos, como no caso da poluição e do desmatamento, é radicalmente confrontada pelo ecologismo biocêntrico (ou biocentrismo). Em poucas palavras, essa última tendência toma “uma posição extrema de negar à espécie humana qualquer centralidade ou superioridade no mundo da natureza” (*Idem*, p. 266), deslegitimando a exploração da natureza pela produção econômica humana.

Contudo, de acordo com Chalfun (2010), pode-se perceber que a posição dominante entre os ambientalistas seria fundamentada na ideia de que a natureza tem valor, mas ainda com o ser humano no centro das preocupações, no sentido de preservação da natureza para a continuidade da espécie humana. Ainda para a autora, apesar dessa posição ser considerada um *antropocentrismo alargado*, não é defendida a exploração ou utilização dos animais e da natureza de forma geral “sem qualquer preocupação moral, de forma desnecessária e por motivos fúteis” (*Idem*, p. 216). Porém, a partir de uma perspectiva biocêntrica, essa moralidade não é suficiente uma vez que continua postulando hierarquias de valor entre humanos e seres não-humanos, ainda que tal relação seja pautada por uma ética ambiental.

Assim, o movimento ambientalista emergiu com o objetivo de questionar o modo econômico de produção vigente, que se apresentava, até então, sem grandes preocupações com o meio ambiente, justamente pelo argumento antropocêntrico de validade de sua exploração. Além da proximidade entre as posições no movimento em prol dos animais e do meio ambiente, o que o vegetarianismo enquanto prática tem em comum com o movimento a favor da preservação ambiental? Kheel (2004, p. 5) aponta que vários trabalhos e estudos científicos foram produzidos entre os anos de 1970 e 1990 acerca da conexão entre a criação de animais e problemas ambientais, como

---

<sup>7</sup> Mesmo assim, Oliveira (2008, p. 752) aponta que existem poucos trabalhos acerca das “condições históricas e sociais de emergência e as dinâmicas de transformação das formas de engajamento e de participação de defesa nas causas ambientais”, ressaltando a diversidade de reivindicações desse tipo de movimento.

desertificação, poluição atmosférica, aquecimento global, desperdício de recursos, destruição de florestas tropicais e contaminação da água e do solo.

Essas consequências ambientais da criação de animais pela indústria alimentícia, apesar de terem sido apontadas no final do século XX, constituem-se ainda como principais impactos no meio ambiente. Segundo *The Vegetarian Society*, em documento intitulado “*Why it’s green to go vegetarian*” (2012), a dieta alimentar é uma ferramenta importante para atingir a sustentabilidade ambiental, tendo em vista que uma dieta baseada no consumo de carne requer o triplo de recursos naturais em comparação a uma dieta vegetariana. Tomando como base as projeções acerca do aumento da demanda por produtos cárneos em 100% até 2050 (FAO apud THE VEGETARIAN SOCIETY, 2012), os impactos ambientais dessa opção dietética tendem a aumentar significativamente.

Partindo das argumentações apresentadas nessa seção, percebe-se a gama de possibilidades de fundamentos para as razões em direção à rejeição da carne, especialmente no que diz respeito à saúde e pureza do corpo, à defesa da libertação animal e à preservação ambiental. Porém, isso não quer dizer que os discursos dos/as vegetarianos/as estejam em consonância com tais argumentações teóricas, ou que os/as estudantes entrevistados/as tenham conhecimento sobre esse conjunto de teorias. O objetivo da apresentação dessas argumentações é demonstrar, em poucas páginas, algumas das principais preocupações que envolveram e ainda envolvem o vegetarianismo num sentido mais amplo, e sua potencial influência na razões majoritárias apresentadas.

Nesse sentido, as categorias animal, saúde e meio ambiente, as quais compõe o enquadramento ético-saúde, constituem-se como razões principais nos estudos sobre a prática vegetariana (Fox e Ward, 2008; Hoffman *et al*, 2013; Radnitz *et al*, 2015), mas cada indivíduo tem a liberdade de mobilizar as justificativas que considerar como centrais. No caso dos discursos dos/as vegetarianos/as entrevistados, como essas três categorias foram apresentadas de forma massiva, pode-se apontar para o conhecimento desses indivíduos acerca das potenciais justificativas para a prática, mas não necessariamente sobre o arcabouço teórico específico aqui ressaltado. Como será abordado mais adiante, tal conhecimento pode ser resultado direto do processo de descoberta e aprendizado no universo vegetariano, na medida em que os/as entrevistados/as apontam a decisão pelo vegetarianismo, seja por qualquer razão inicial, enquanto impulso para a busca por mais informações sobre o tema.

### 1.3. A carne no contexto brasileiro e as explicações para o vegetarianismo

A auto-declaração para o vegetarianismo, como já foi introduzido anteriormente, está intimamente vinculada a um conjunto de comportamentos opostos à normal social, no sentido dos valores majoritários compartilhados em determinada sociedade. Isto significa afirmar, portanto, que a alimentação à base de plantas e baseada na rejeição, total ou parcial, de produtos de origem animal, exige certas explicações sociais justamente por estarem em oposição às escolhas alimentares “habituais”. De acordo com Fiddes (1991, p. 5), os produtos cárneos, inseridos na dinâmica da “seleção alimentar”, são elementos particularmente ricos em significados sociais. Nesse sentido, Abonizio (2015), a partir de sua experiência pessoal, argumenta que:

Ao declarar-me vegetariana [...] frequentemente tinha de explicar as razões da minha opção dietética. Diante das solicitações dos porquês de eu consumir produtos vegetarianos e principalmente os porquês da minha recusa em consumir alimentos cárneos, percebi que meus interlocutores não consideravam (e ainda não consideram) minha opção algo corriqueiro ou mesmo natural, antes pensavam tratar-se de algo que foi causado, provocado por algum elemento interno ou externo e assim buscavam justificativas e razões para meu comportamento não imediatamente compreendido (*Idem*, p. 115).

O vegetarianismo, nas suas diversas modalidades, compreende então um conjunto de práticas que se opõe ao consumo dado como “corriqueiro e natural” dos produtos de origem animal. Porém, o que faz com que a carne ocupe um papel tão fundamental nos hábitos alimentares? Ribeiro e Corção (2013), ao analisarem o contexto brasileiro, ressaltam a relevância da experiência histórica no processo de construção da ideia da carne enquanto alimento por excelência, principalmente a partir dos discursos no campo da nutrição, e as consequências no crescente consumo desse produto no país. Nesse sentido, as autoras pontuam que no Brasil, o valor simbólico da carne, especialmente bovina, é anterior à emergência dos estudos nutricionais, em 1930, e das preocupações com a saúde e prevenção de doenças pela alimentação. Com relação aos discursos médicos, Adams (2018) demonstra como o racismo no ato de comer carne foi construído, prioritariamente pela vinculação desse hábito aos homens brancos e europeus (trabalhadores intelectuais civilizados) e da dieta a base de frutas e cereais às sociedades não europeias, consideradas intelectualmente inferiores e suscetíveis à dominação pelo mundo ocidental (*Idem*, p. 65).

Apesar da existência do consumo de carne, prioritariamente de caça, entre os indígenas antes da colonização portuguesa no território brasileiro, a valorização

alimentar da carne emergiu a partir da importação dos modelos de refeição europeus (Ribeiro e Corção, 2013, p. 54). Mais especificamente, a partir da vinda da corte portuguesa, percebe-se que a consolidação desse produto nas práticas alimentares brasileiras esteve relacionado aos ideais de civilização e civilidade importados nesse momento (Elias, 1990).

Em outras palavras, os portugueses trouxeram, conjuntamente às possibilidades de criação de animais de abate para sua colônia na América, os ideais civilizatórios centrados na masculinidade e vinculados à concepção utilitária dos outros animais, de modo a desassociar as próprias características animais do comportamento humano e suas formas de alimentação (*Idem*). Ainda relacionado a esse ideal, Adams (2018) discorre sobre a relação entre a civilização, centrada na figura do homem branco europeu, e o consumo da carne em detrimento da ingestão de cereais, frutas e verduras. Mais especificamente, a autora aponta para como os discursos médicos racistas do século XIX, como de George Beard, contribuíram para a concepção da carne como alimento privilegiado dos homens brancos, colocando-a em um patamar elevado na escala evolutiva, em paralelo à condição de status dessas figuras masculinas (*Idem*, p. 64).

Assim como argumentado por Joy (2014, p. 31), “comer carne” não é um comportamento que existe independente de um sistema de crenças, envolvendo dimensões simbólicas para além de aspectos nutricionais. Recuperando as origens do movimento em prol dos animais e do meio ambiente, assim como da prática do vegetarianismo, pode-se pensar na indicação de potenciais razões a serem mobilizadas pelos indivíduos que aderem a essa prática. Porém, estudos mais recentes (Monteiro e Garcia, 2013; Adams, 2018; Porfilho *et al*, 2011) vêm extrapolando as categorias “animal”, “saúde” e “meio ambiente” no sentido de conectar o consumo alimentar de animais a dimensões sociais mais amplas, como o racismo e o politização do consumo na esfera da vida privada.

Mais uma vez, é possível observar as implicações sociais, culturais e simbólicas que permeiam os hábitos alimentares voltados aos produtos de origem animal, reafirmando que

A alimentação, quando constituída como uma cozinha organizada, torna-se um símbolo de uma identidade, atribuída e reivindicada, por meio da qual os homens podem se orientar e se distinguir. Mais do que hábitos e comportamentos alimentares, as cozinhas implicam formas de perceber e expressar um determinado modo ou estilo de vida que se quer particular a um determinado grupo. Assim, o que é colocado no prato serve para nutrir o

corpo, mas também sinaliza um pertencimento, servindo como um código de reconhecimento social (Maciel, 2005, p. 54).

Nesse sentido, as dimensões simbólicas apontadas anteriormente constituem também alguns dos fundamentos das razões apontadas na direção do vegetarianismo. Em relação aos objetivos específicos da presente pesquisa, serão investigadas tais razões a partir da elaboração de categorias analíticas, tendo como base os discursos dos/as entrevistados/as. Em suma, a defesa da libertação animal, pela oposição ao paradigma especista e pelo reconhecimento da senciência dos animais não-humanos, e de grupos humanos oprimidos são dimensões apresentadas em razões relacionadas à defesa do bem-estar animal e a um engajamento político contra-hegemônico. Já a oposição à concepção utilitária acerca da natureza, incluindo os seres vivos não-humanos, é apresentada na justificativa ambiental para o vegetarianismo. Além disso, a busca por qualidade de vida e os impedimentos biológicos (no caso, problemas de digestão) caracterizam as razões relacionada à saúde.

Tais categorias analíticas propostas para organizar as razões descritas pelos/as estudantes vegetarianos/as entrevistados/as apresentam um importante ponto em comum: a oposição. Nesse sentido, principalmente no contexto brasileiro, a prática alimentar vegetariana caracteriza-se enquanto mudança, num movimento de “tornar-se” vegetariano/a, implicando também a dimensão identitária por extrapolar questões estritamente alimentar e permitir a consolidação de um grupo social, com um estilo de vida específico. Prioritariamente no terceiro capítulo, será apresentado com mais profundidade a relação entre as razões apontadas pelos/as vegetarianos/as e um modo de consumir consciente ou politizado, ressaltando a oposição aos elementos que integram a produção alimentar dos animais.

Assim, a partir da argumentação de Roselfeld e Burrow (2017), apesar de uma gama de estudos apontar “razões” e “motivações” para uma mudança de consumo como categorias intercambiáveis, sem alterações e significado relevante, é possível diferenciá-las partindo da argumentação dos autores citados, como foi mencionado neste primeiro capítulo. Para os propósitos da questão animal como uma razão, no sentido geral, pôde-se perceber duas categorias principais mobilizadas pelos atores entrevistados como justificativa para o vegetarianismo: de um lado motivações, e de outro aversões. Apesar dessas categorias não qualificarem escolhas alimentares voluntárias (*Idem*, p. 7), argumentar-se-á que podem ser enquadradas nas justificativas mobilizadas por vegetarianos. Mais especificamente, mesmo não sendo classificados como

“motivações”, esses outros tipos de razão fazem parte da *trajetória desse hábito* (Fox e Ward, 2008). Porém, é possível afirmar que, por exemplo, problemas de saúde relacionados à digestão de proteína animal (como constringimento) e “situações traumáticas” que resultaram em rejeição de produtos de origem animal (como aversão) facilitam o contato com outras motivações, condutas e práticas do vegetarianismo. Ou seja, apesar de não se qualificarem enquanto motivações iniciais, os exemplos de aversão e constringimento citados acima podem levar ao vegetarianismo e, portanto, são condições importantes para refletir sobre essas trajetórias alimentares, levando em consideração a ação (mudança alimentar) como um processo em construção permanente (Blumer, 2007). Mais especificamente, as razões serão investigadas à luz dos discursos dos/as vegetarianos/as entrevistados/as, no que diz respeito ao contato com os pressupostos desse sistema de crenças e tal processo de mudança.

A partir das tipologias apresentadas por Rosenfeld e Burrow (*Idem*), as razões, as quais incluem motivações, aversões e constringimentos, serão tratadas enquanto abstenções, que se relacionam à prática vegetariana de forma geral, atentando para razões que não são mobilizadas no início do processo de mudança alimentar e sim a partir de um contato maior com esse grupo específico, categorizando a trajetória. Já as aversões e os constringimentos serão apresentados como recusa e não-consumo, respectivamente.

## **2. RAZÕES MAJORITÁRIAS PARA TORNAR-SE VEGETARIANO/A: as causas animal, ambiental e da saúde entre a recusa, a permanência na abstenção e o não-consumo**

De forma geral, a maioria dos estudos sobre vegetarianismo e suas motivações levam em consideração o enquadramento ético-saúde, ou seja, a categorização de tais motivações enquanto eticamente orientadas, no que diz respeito às questões morais (a utilização de animais na alimentação) e ambientais, e relacionadas às preocupações de saúde (Fox e Ward, 2008; Hoffman *et al*, 2013; Radnitz *et al*, 2015; Roselfeld e Burrow, 2017). Apesar da inexistência de definições universais para as motivações éticas ou de saúde, tal método permite organizar os/as vegetarianos/as em dois grupos específicos. Porém, como apontam Roselfeld e Burrow (2017), tais categorias do enquadramento ético-saúde podem ser demasiadamente simples para a complexidade e diversidade de razões possíveis, e também empiricamente limitadas por não permitirem outras categorias que não são apresentadas nesse enquadramento. A partir disso, foi priorizada a análise das razões específicas mobilizadas pelos/as entrevistados/as, criando categorias a partir da recorrência de tais razões.

Antes de mais nada, é necessário justificar a utilização de termos específicos para cada tipo de razão mencionado. Nesse sentido, por que referir-se à abstenção, recusa e não-consumo, se todas as categorias estão relacionadas à prática vegetariana? Recuperando a defesa de Adams (2018) acerca da importância das nomenclaturas, principalmente ao discorrer sobre tal prática, buscou-se atentar para as peculiaridades de cada razão analisada. Nesse sentido, escolheu-se a palavra recusa já que significa repelir, no caso repelir alimentos de origem animal, num sentido de oposição forte. Já o não-consumo foi apontado por não remeter a um processo de escolha ou oposição sistemática, e mais como impedimento exterior. Ao contrário, apesar de abster remeter à recusa, foi utilizado para os propósitos do presente trabalho no sentido da privação tanto em função de uma preocupação específica, ou seja, orientado, quanto em decorrência de um estímulo externo, abarcando portanto os processos de recusa e não-consumo a serem descritos.

Dessa forma, foi possível perceber que a defesa dos animais não-humanos, da sustentabilidade ambiental e as preocupações com a saúde são as três razões principais apontadas pelos/as entrevistados/as. Apesar da consonância com tal enquadramento, a pesquisa aqui empreendida possibilitou identificar certas diferenças com relação aos

tipos de razões e a relação destas com a trajetória no vegetarianismo, enquanto grupo social de práticas características.

Dentre os/as vegetarianos/as entrevistados/as, pôde-se perceber que três categorias analíticas relacionadas às razões majoritárias descritas para tal mudança alimentar. Em primeiro lugar, em consonância com as justificativas para a emergência do movimento dos direitos dos animais no início do século XX, a causa animal ainda destaca-se por ter sido descrita como razão pela maioria dos/as entrevistados/as. Porém, ao invés de ser classificada prioritariamente enquanto motivação, tal causa esta mais relacionada a um tipo de aversão, ou seja, ao desgosto, falta de prazer ou até mesmo culpa do consumo de certos alimentos, nesse caso da carne, e por isso coloca-se enquanto recusa.

Em segundo lugar, apesar da relação estabelecida entre vegetarianismo e melhora na saúde (tanto pela própria abstenção de produtos de origem animal quanto pela incorporação de outros hábitos alimentares saudáveis), esta categoria não foi apresentada pelos/as entrevistados/as como uma motivação majoritária. Ao invés disso, essa questão foi apontada enquanto uma necessidade para além da vontade pessoal, e também como uma consequência não planejada, ressaltando a predominância de outras motivações. Devido a tais especificações dessa razão, foi possível classificá-la enquanto constringimento e, portanto, não-consumo, levando em consideração um impedimento exterior à vontade individual.

Em terceiro lugar, o objetivo da preservação do meio ambiente, ao invés de enquadrar-se enquanto motivação ética, esteve mais relacionado, nas falas dos/as entrevistados/as, com uma justificativa pela permanência no vegetarianismo, isto é, na abstenção do consumo de produtos cárneos. Nesse sentido, a causa ambiental foi apresentada como posterior à mudança alimentar, enquanto consequência dos estudos impulsionados pela busca de uma alimentação vegetariana adequada. Para isso, será utilizado o conceito de *trajetória* mobilizado por Fox e Ward (2008)<sup>8</sup> para analisar o caso do vegetarianismo.

---

<sup>8</sup> Fox e Ward (2008) empreendem uma pesquisa qualitativa com vegetarianos/as para identificar os motivadores da alimentação vegetariana, de forma geral. A questão da trajetória, ou seja, da incorporação pelos/as vegetarianos/as de outras razões que não sejam as iniciais, enquanto resultado da exposição às motivações, crenças e práticas de outras pessoas desse grupo social, é utilizada por Fox e Ward (*Idem*) a partir da argumentação de Bisogni, Connors, Devid e Sobal (2002). O objetivo da utilização desse conceito, retirado desses últimos autores, é apresentar os resultados da presente pesquisa em consonância aos de Fox e Ward.

## 2.1. A recusa e a libertação animal

Com relação às razões categorizadas como motivações, no sentido de ambições orientadas por objetivos que moldam as escolhas alimentares quando são feitas livremente e que acabam por influenciar o autoconceito da pessoa, ou seja, a percepção sobre si mesma (*Idem*, p. 7), os/as entrevistados/as mobilizaram os seguintes argumentos: o *respeito* aos animais em contraposição ao sentimento de “pena”, levando em consideração o conceito de especismo; a diminuição do *sofrimento* dos animais, mais relacionado ao paradigma bem-estarista; e a rejeição do consumo de “*animais mortos*”, apontando para um sentimento de empatia e compaixão.

Já as explicações que apontavam para esse sentimento como razão de mudança de hábito de consumo (ou até mesmo como uma consequência, como fator presente após a mudança) foram categorizadas como aversões. Descritas por Roselfeld e Burrow (2017) como sentimentos de desgosto ou repulsa com relação à carne, as aversões foram mencionadas pelos/as entrevistados/as como razões centrais em direção ao vegetarianismo. De acordo com esses autores, além de se enquadrarem como razão de mudança, tais aversões encontram-se num pano de fundo moral, ou seja, vegetarianos/as moralmente incentivados podem experimentar esse tipo de sentimento com relação aos produtos cárneos (*Idem*, p. 8).

Assim como demonstram outros estudos (Fox e Ward, 2008; Nascimento e Silva, 2012; Lira, 2013), a centralidade da causa animal na expressão do vegetarianismo se reflete, no âmbito da pesquisa aqui realizada, na quantidade de vegetarianos/as e veganos/as que apontam essa questão como razão principal para a mudança nos hábitos de consumo alimentar. Mais ainda, foi possível perceber, nas falas de alguns/as entrevistados/as, que existe uma certa segregação das “pautas” dentro do movimento vegetariano e vegano, apontando para uma priorização da questão dos animais por não ser contemplada em outras abordagens, como aparece na argumentação de Gabriela acerca da pauta ambiental.

Mas ai também tem isso, porque muita gente da militância mais ambiental, que questiona a pecuária, mas num viés mais ambientalista, acaba não tendo a preocupação que eu tenho que é pelos animais... Ai pensa assim "não, beleza, tipo assim, vamos reduzir a carne e vamos pra agricultura familiar, pra fazendas de pequenos agricultores, MST e tal". Que eu acho que melhora alguma coisa? Acho, mas pra mim os animais são uma questão muito importante. [...] É uma galera que naturaliza muito a ideia de que os animais são pra nos servir, e ao mesmo tempo o veganismo ainda também é uma coisa muito branca e urbana, que eu também acho criticável, e ai acaba não "pro-fomentando" um diálogo massa entre essas duas coisas (*Gabriela, vegana*).

Nesse sentido, apesar de reconhecer a importância das diferentes vertentes dentro do movimento vegetariano como um todo, Gabriela coloca no centro da discussão o enfoque nos animais, ressaltando a necessidade de desvinculá-los à ideia de servidão, produto ou mercadoria. A partir disso, Gabriela apresenta as principais razões ou sentidos do seu ativismo numa ordem decrescente, começando pelos animais, depois pela questão ambiental e, por último, pela saúde, reafirmando que “*acima de tudo, sou vegana pelos animais*”.

Samantha, entrevistada ovolactovegetariana em transição para o veganismo, deixa claro que sua motivação foi o “direito animal”, ao perceber que é errado o posicionamento de superioridade dos seres humanos no sentido de justificação da utilização de outros animais. Nesse sentido, Samantha ressalta, especificamente, sua posição não-especista, opondo-se ao sentimento de “*dózinha*” dos animais por acreditar que *respeito* seria uma posição mais adequada para se relacionar com animais não tão distantes biologicamente do ser humano.

Tipo, da separação entre o homem e o animal, que é uma separação mais social do que biológica né, porque entre o ser humano e o animal o que separa é muito pouco assim. E aí porque que é isso né, porque que o ser humano se acha tão superior ao animal... E aí, eu lendo esse livro assim [sobre direito animal], foi um choque de realidade né? [...] Eu não tenho “*dózinha*” dos animais sabe? Eu, tipo, queria ter respeito, e aí eu pensei isso assim, e decidi parar. (*Samantha, ovolactovegetariana em transição para veganismo*)

Em consonância com a perspectiva de Singer (2010), a posição não-especista assumida por Samantha como vegetariana apresenta-se em direção à garantia da igualdade entre todos os seres a partir da superação do especismo humano. Enquanto posição ideológica, o especismo em si serviria de justificativa para a manutenção da opressão de outros animais pela espécie humana, no sentido principal do consumo. Apesar de reconhecer as dificuldades de ultrapassar o preconceito e a discriminação arbitrária que a humanidade inflige a outras espécies, reafirma a necessidade de acabar com a “*tiranía dos animais humanos sobre os animais não-humanos*” (*Idem*, p. IV). Assim, como aparece na motivação inicial de Gabriela, pode-se perceber uma contraposição à perspectiva especista de dominação humana por meio do consumo e exploração dos animais não-humanos.

Tipo, porque assim, que os animais vivem em condições muito deploráveis eu sabia, mas eu achava OK porque eu achava muito válido explorá-los assim. E aí foi quando eu comecei a questionar essa validade, de tipo assim, mas pode mesmo? Pode isso Arnaldo? (risos) Será que a gente tem mesmo esse direito? (*Gabriela; vegana*)

A categoria *sofrimento animal* foi apontada por vários/as entrevistados/as como motivações iniciais, apresentando o vegetarianismo como uma tentativa de mitigação desse sofrimento infligido por causas e necessidades humanas, desvinculadas da vida do próprio animal explorado (ou escravizado, nas palavras de Carol).

É, acho que primeiramente foi mesmo a questão dos animais, tipo, do sofrimento que causa neles né. Poxa, a gente tá escravizando animais pra poder nos satisfazer, então isso pegou muito pra mim [...] “Poxa, é verdade, a gente tá fazendo mal pros animais e tal, criando eles só pra isso, tipo, quem quer viver e nascer só pra alguma coisa que não tem nada a ver com você né, pros outros”. Enfim, ai tipo, foi o sofrimento dos animais (*Carol, ovolactovegetariana*).

[...] o lance sempre foi exploração animal, e ai eu parei com a carne inicialmente porque geralmente esse é o animal né... E ai eu comecei a ler muitas coisas sobre a indústria do leite, a indústria dos ovos e de como isso era um sistema bizarro e ai eu acabei parando com tudo por causa disso. (*Beatriz, vegetariana estrita*)

Então quando eu virei vegetariana o que me motivou não foi, tipo, a questão ambiental, ou essa questão social, de alimentar outras pessoas, a pauta da carne em alguma alimentação balanceada, foi mais uma questão ideológica, do sofrimento [animal] (*Ingrid, ovolactovegetariana*).

Watson (apud Ferrigno, 2012) aponta que, pelo argumento do vegetarianismo acerca da prevenção do sofrimento animal, seriam abolidos do consumo os derivados, como ovos e laticíneos, os quais envolvem também processos de abate e exploração de seres sencientes. Porém, pôde-se constatar, a partir das motivações apontadas pelos/as entrevistados/as relacionadas à questão animal, que o ovolactovegetarianismo pode ser também impulsionado por essas preocupações, apesar da continuidade do consumo dos derivados. A carne, portanto, é percebida pelos atores entrevistados como o símbolo máximo do sofrimento e abate do animal, apesar de alguns reconhecerem a exploração incluída na “indústria dos ovos e do leite”.

Além disso, cabe destacar que para um dos entrevistados o elemento mais problemático da indústria de produtos cárneos seria o desrespeito com o qual os animais para abate são tratados. Recuperando, assim, o paradigma bem-estarista, Vitor, estudante ovolactovegetariano, discorre sobre a crueldade e o desrespeito nos grandes abatedouros, e afirma que seria capaz de comer carne se os animais a serem abatidos fossem tratados *de forma humana*. Assim, é apresentada a rejeição do sofrimento animal causado pela “produção” da carne como a razão principal para sua interdição no consumo, como mostra o trecho a seguir.

Se tudo corresse de forma certa, sem esses matadouros absurdos que têm por ai, esses Sadia, essas coisas ai que matam milhões e milhões por mês, que com certeza é um absurdo, que com certeza é um desrespeito, com certeza é pra jogar fora mesmo, só chega na gente aquilo que, entre aspas, presta, e

nem sempre... Se não fosse assim eu até pensaria “Cara, massa, tô comendo uma carne que foi respeitada, que foi tratada de uma forma humana, humanamente animal né?”. [...] Se isso não acontecesse desse jeito, dessa forma tão absurda que é, eu não teria problema nenhum em comer carne, eu não teria problema nenhum em fazer um churrasquinho lá, por exemplo, sem tá me preocupando se, tipo assim, foi um filhotinho que foi torturado até a morte né, não deixavam ele se mexer... Ou se foi um boi que bateram nele até ele morrer né, porque vai saber o que eles fazem lá pra deixar a carne tão macia. [...] Como eu falei, tipo, eu não me sinto superior a nenhum animal pra matar e comer. Ai contradiz um pouquinho dizer que tá de boa se não fosse tão absurdo, e justamente nessa perspectiva que eu quero dizer: eu não sou superior a nenhum ser vivo, pra chegar nele e matar pra me alimentar. Mas, se a gente for olhar bem, tem essa questão da cadeia alimentar, essa questão que sempre existiu. Respeitando isso, cadeia alimentar de forma, de uma forma, sabe, honesta entre aspas... Assim, sem matar por matar, sem matar por prazer de comer carne entendeu? (*Vitor, ovolactovegetariano*).

Precisa-se deixar de comer carne? Não necessariamente. Mas precisa-se que o consumo seja feito de uma maneira responsável, e que não seja destruído metade do planeta só pra ser produzidas coisas que vão ser vendidas em larga escala (*Yara, ovolactovegetariana*).

Ao argumentar pela justificativa da mudança de hábito como uma *questão ideológica*, contrapondo-se ao abate de animais pela indústria alimentícia para consumo humano, a entrevistada Maria (ovolactovegetariana) reconhece a carne como um cadáver, um animal morto, e por isso a interdição ao consumo.

Ah, minha razão principal foi uma questão mais ideológica mesmo de tipo, eu não acreditava que era certo comer animal morto... (*Maria, ovolactovegetariana*).

Ainda a partir da fundamentação psicológica, Joy (2014) descreve o carnismo como um conjunto de mitos apoiados em três justificativas principais: comer carne é normal, necessário e natural (*Idem*, pp. 95-96), as quais são respaldadas pelas instituições pilares desse sistema e pelas pessoas que o representam. Porém, quando esse mecanismo que era interiorizado nas consciências individuais desmorona, as justificativas, antes servindo para conduzir as ações no sentido do consumo de carne, são percebidas como absurdas, e tudo isso está intrinsecamente relacionado com as motivações apontadas pelos/as vegetarianos/as entrevistados/as.

Na medida em que a carne é associada ao animal vivo, ou seja, analisada a partir de seus “processos de produção”, pode tornar-se uma motivação no sentido de uma posição ideológica contra o abate desses animais, como foi ressaltada nos parágrafos anteriores. Mais ainda, também pode despertar sentimento como empatia e culpa relacionado ao ato de comer carne, confrontando o paradigma ocidental que fundamenta a exploração desses animais. Esta postura está evidente nas falas dos/as entrevistados/as ao relatarem que não conseguem mais consumir carne devido ou a uma experiência

traumática ou a alusão dos produtos cárneos a outros animais não considerados comestíveis, como aqueles de estimação.

Primeiro lugar, eu deixei de comer carne porque eu realmente senti muita pena dos animais e eu tenho avós que são fazendeiros e, enfim, uma vez eu tive numa situação traumática que eu presenciei um *assassinato* [animal], depois desse dia eu decidi que eu nunca mais ia comer nem, é, comer carne. Enfim, eu sou vegetariana, então eu ainda como ovo e bebo leite, mas... Mas eu realmente não gosto, eu sinto muito peso em relação à isso. (*Amanda, ovolactovegetariana, ênfase da pesquisadora*)

[...] eu não sentia mais prazer em comer carne, nem tava gostando. E aí toda vez eu me sentia muito mal depois que eu comia, e aí eu falei "ah, deixa eu parar logo", e parei. (*Samira, ovolactovegetariana*)

Na verdade quando eu era pequena eu já não, não gostava muito da ideia de comer um animal. [...] Eu já tinha essa ideia na minha cabeça que eu tava comendo um outro ser vivo, e eu não conseguia desvincular a ideia de que aquilo que tava no meu prato não era um animal, tipo, não era um alimento qualquer, era um bichinho. (*Ingrid, ovolactovegetariana*)

Foi a questão dos animais mas assim, o que me fez prestar atenção na questão dos animais foi quando a minha cachorrinha morreu, e aí eu parei pra pensar que os *animais têm alma também*. [...] Acho que o que pesa [na decisão]... Não o que pesa, mas o que me mantém assim, mais fixa é a questão do animal mesmo, tipo, o animal específico sabe? Porque tem toda essas questões que são questões secundárias, que você para pra pensar depois e que te ajudam, mas tipo assim, ver o animal ali para ser consumido, pra mim é a questão que mais pesa. Eu não consigo colocar na minha boca sabendo que é um animal. (*Raquel, ovo-vegetariana, ênfase da pesquisadora*)

Eu acho que foi consciência assim, porque eu sempre fui muito sensível a essas coisas, e aí *eu sempre me senti muito mal* sabendo que... Quando você vai ver, toda a indústria por trás, é muita crueldade, é muito crueldade com os animais, é muita crueldade com quem trabalha, então é uma coisa desumana generalizada assim. Aí eu falei 'Não sou a favor disso, não sou eu que vou financiar'. (*Camila, vegana, ênfase da pesquisadora*)

[...] agora que eu parei de comer me dá um pouco de repulsa quando [pensa em comer carne]... Não é nem repulsa, dá um pouco de embrulho no estômago (*Mariana, pesco-vegetariana*).

Joy (2014) aponta as diferentes atitudes dos seres humanos com relação aos animais, estabelecendo entre eles posições hierárquicas no sentido da proximidade com o cultural, com o humano. Tais posições determinam, portanto, os comportamentos dos seres humanos, que podem ser de explorador ou domesticador, diferenciando animais para serem consumidos ou para serem domesticados, participando até mesmo da organização familiar.

Nesse sentido, reconhecer o “alimento” como um *bichinho*, associá-lo a animais domésticos ou presenciar uma cena de abate (apresentado por Amanda como assassinato) são processos que desencadeiam gatilhos emocionais em direção à experimentação das emoções e sensações desse outro animal (Júnior e Freitas, 2018).

Tal empatia para com seres dotados de vida, apontada como posicionamento moral, pode provocar *repulsa, peso ou falta de prazer* com relação ao consumo de carne, os quais foram relatados por Amanda, Samira e Mariana como elementos essenciais no processo de *recusa* desse tipo de “produto”.

## **2.2. Não-consumo, constringimentos alimentares e busca da saúde**

Juntamente com a libertação animal, a abstenção de produtos cárneos tendo como razão principal o objetivo da saúde é um dos principais incentivos à adoção da dieta vegetariana (Fox e Ward, 2008; Azevedo, 2013; Roselfeld e Burrow, 2017). Desde as raízes filosóficas e religiosas da rejeição desses produtos, o consumo de carne foi apresentado em certas ocasiões como tendo consequências tanto para a alma quanto para o corpo, na medida em que traz impurezas (Kheel, 2004). Tal preocupação pode se traduzir, no debate nutricional contemporâneo, nas controvérsias nessa área de estudo acerca dos benefícios e malefícios tanto do consumo de carne quanto de uma dieta baseada em vegetais.

De acordo com o relatório publicado pela FAO (Food and Agriculture Organization of the United Nations), estima-se que o consumo de carnes em 2018 chegará a 43,9kg/pessoa/ano (FAO, 2018). Porém, a dieta humana nem sempre esteve associada ao consumo de carne, devido à necessidade de desenvolvimento da caça e da pesca, facilitada pela modificação da postura física do ser humano paleolítico, ao se tornar ereto (Pinheiro, 2005). Assim, antes do aprimoramento de técnicas de caça e pesca, homínídeos apresentavam uma dieta exclusivamente herbívora, principalmente baseada na ingestão de grãos, frutos e raízes (Flandrin e Montanari, 1988).

No campo nutricional contemporâneo, pode-se perceber a existência de estudos tanto no sentido de associação do consumo de carne com doenças, principalmente cardiovasculares (como doenças coronarianas) e alguns tipos de câncer (Toporcov *et al*, 2012), quanto de valorização nutricional desse “alimento”, ressaltando a formação anatômica humana que facilita sua digestão e a importância dos ácidos graxos. Nesse sentido, também é possível apontar para as controvérsias existentes na área de nutrição com relação à dieta vegetariana, no sentido de ingestão adequada de nutrientes e da prevenção de doenças (Azevedo, 2013). Na perspectiva dos/as entrevistados/as que apontaram questões relacionadas à saúde como centrais para tornarem-se vegetarianos/as, os impactos negativos não relacionam-se estritamente ao estilo

alimentar (carnivorista ou vegetariano), mas sim com a qualidade da alimentação, como Joana descreve em relação ao veganismo e vegetarianismo.

É, quando eu virei, quando eu deixei de ser vegana eu tava me sentindo muito fraca, que eu não me alimentava bem... Mas era tipo, eu não me alimentava bem deu almoçar arroz, feijão e tomate por preguiça. Ai eu não tava bem, e voltei a comer ovo, e ai minha alimentação basicamente era arroz, feijão, ovo, ovo, ovo, ovo. E ai eu decidi... Eu já não tava me sentindo bem com isso e eu decidi parar e aderi de novo ao veganismo, e até dessa vez muito melhor do que antes... Que da outra vez, quando eu virei vegana, eu tinha 19 anos e eu basicamente, tipo, era só, era mais vegetariana estrita do que vegana porque ainda tinha muita coisa que, alimento essas coisas assim [que comia, consumia]... (Joana, em transição para o veganismo)

Diferentemente do caso acima, a opção pelo vegetarianismo enquanto constrangimento, segundo Roselfeld e Burrow (2017, p. 9), é caracterizada como barreiras ambientais que tiram dos indivíduos a capacidade de realizar livremente suas escolhas ou opções alimentares. Principalmente em contraposição à afirmativa de que o sistema digestório humano estaria mais próximo dos de outros animais carnívoros do que herbívoros, tendo em vista que tal órgão é relativamente curto e não adaptado à digestão de carboidratos fibrosos presentes em alimentos de origem vegetal (Bridi, 2014), os/as vegetarianos/as apontaram especificamente problemas de digestão como principais constrangimentos. Nesse sentido, essa razão relacionada a uma impossibilidade ambiental do consumo, uma vez que existem reações negativas do organismo com a ingestão de “produtos” cárneos, foi categorizada como um *não-consumo* por não ter sido uma escolha voluntárias por parte dos/as entrevistados/as.

Nesse sentido, tais constrangimentos, durante a realização da presente pesquisa, foram percebidos como problemas de saúde relacionados, na maioria dos casos, às dificuldades com a digestibilidade da carne, ou seja, *problemas de digestão* devido ao consumo desse “alimento”, como fica claro nas falas de Mariana, Igor e Yara.

E eu tenho o negócio da digestão, às vezes eu comia frango na hora do almoço e eu ficava com aquele negócio digerindo até o fim do dia assim. E frango... carne nem se fala, carne era até o dia seguinte, mas frango ainda tinha, então eu falei “Pô eu queria parar com isso, não tá me fazendo tão bem”, e peixe é uma coisa muito leve (Mariana, *pesco-vegetariana*).

Eu sou vegetariana... Eu sou vegetariana na verdade não foi por escolha, eu tenho problemas de saúde e o consumo de carne me faz muito mal. Então eu parei de consumir... Eu acho que cria uma alergia alimentar a tipos de carne, e ai eu como tenho intoxicação alimentar. [...] É, eu fui obrigada (Risos). Depois eu entendi isso como um meio de vida mais saudável, foi melhor pro meu corpo, eu me senti muito melhor do que quando eu comia carne... As minhas reações ficaram melhores, a minha digestão melhorou. Se eu tivesse opção de voltar a comer carne eu não voltaria (Yara, *vegana*).

Primeiramente, quando eu parei ano passado de comer carne, eu parei porque eu tenho problema de estômago. Eu tinha parado porque eu tinha um problema de estômago e sempre que eu comia carne eu ficava muito mal e

tal. E aí com o tempo eu fui adquirindo essa noção do que seria o vegetarianismo e toda a ideologia por trás disso... Ai eu acabei conhecendo a Rafaela<sup>9</sup> também, e aí ela me ensinou bastante coisa e eu resolvi que fazia sentido essas coisas... Tipo eu entendi que fazia sentido e resolvi que eu queria mesmo. Esse era só mais um passo para eu me tornar vegano depois (*Igor, vegano*).

Apesar do constrangimento caracterizar-se prioritariamente como uma condição na qual não existe uma escolha tomada conscientemente em direção a um objetivo específico, pode-se perceber na argumentação de Igor como esse não-consumo culminou na percepção de outras razões e motivações relacionadas ao vegetarianismo. Nesse sentido, traz-se a questão da trajetória apontada por Fox e Ward (2008) como a exposição de vegetarianos/as a uma diversidade de crenças e percepções de outros atores dentro desse movimento. Tal questão será recuperada posteriormente pela sua centralidade nas razões relacionadas às preocupações ambientais.

Além desse tipo de razão, pode-se ressaltar a justificativa de Antônio, entrevistado vegano, no sentido do vegetarianismo enquanto dieta alimentar que proporcionou *emagrecimento*. Porém, também encontra-se em sua argumentação a associação dessa opção dietética com outros hábitos alimentares “saudáveis”, pensando ainda em redução de peso, como, por exemplo, a abstenção de produtos com glúten e açúcar.

O foco era saúde, no começo principalmente saúde. Porque eu era gordo, eu pesava mais de noventa quilos... Teve impacto até na minha auto-estima, na forma que as pessoas interagiam comigo, enfim. Mas aí depois de um ano sem glúten, sem açúcar, que eu já tinha emagrecido, aí eu comecei a entender o quanto era positivo né, você se amar através da alimentação. Aí que eu comecei a olhar para o veganismo, vegetarianismo né. (*Antônio, vegano*).

Em *A política sexual da carne* (2018), Adams apresenta como suas fontes, as pessoas (principalmente mulheres) entrevistadas, achavam que o corpo humano foi constituído fisiologicamente enquanto vegetariano, apesar da “sobrevivência” onívora da espécie humana. Mais ainda, além dessas considerações a respeito dos benefícios trazidos pelo vegetarianismo, confirmadas pela adoção da dieta, a autora aponta para as transformações do corpo em decorrência do vegetarianismo, na medida em que essa prática modifica as relações das pessoas com seus próprios corpos, com relação à saúde e também à felicidade e auto-estima (*Idem*, p. 33). Antônio, ao descrever como “passou a se amar através da alimentação”, no caso vegetariana, parece perceber, assim como

---

<sup>9</sup> Rafaela, estudante vegana, também foi entrevistada no âmbito dessa pesquisa.

os;as entrevistados/as de Adams (*Idem*) as mudanças corporais provocadas por essas práticas.

Além de estar associado, para certas pessoas, à saúde e amor, tanto ao corpo quanto pelos animais que não comiam, o vegetarianismo, durante as entrevistas realizadas, foi associado a outros hábitos alimentares e de vida mais saudáveis. Utilizando as falas dos/as entrevistados/as, pode-se notar a correlação estabelecida entre a carne e a utilização de remédios e hormônios na criação desses animais. Tem-se, portanto, uma visão da “impureza” da carne pelas atitudes da indústria alimentar frente aos animais, o que também pode se estender para considerações acerca de alimentos com agrotóxicos e transgênicos, os quais são evitados.

E também, toda essa questão ambiental também é da saúde, um monte de agrotóxicos, frango bombado cheio de hormônio, um baixo controle de qualidade... Inclusive, pra mim, muito triste mas foi ótimo expor aquele caso lá do papelão que vinha na carne, porque eu acho que só assim as pessoas começaram a se tocar que também faz mal para quem está comendo sacou, não é só também a questão "ah, porque vocês são muito contra o sistema, não sei o que". Meu filho, você está comendo lixo, então né, presta atenção (*Samantha, ovolactovegetariana em transição para o veganismo*).

Tipo, a criação usando agrotóxicos, usando glifosato, usando benzoato de metila, tipo, é um problema assim. Não me é uma grande solução pegar todos os pastos e plantar monocultura de feijão preto transgênico e milho transgênico (*Gabriela, vegana*).

De forma geral, apesar dessas questões não terem sido apresentadas como centrais na mudança para o vegetarianismo, foram ou associadas a outras motivações ou percebidas após a decisão não-consumo desses “produtos”, como justificativas para a permanência enquanto vegetariano/a.

Mas tem isso também, o stress do animal passa todo pra carne, o tanto de remédio que eles tomam, tá todo vindo pras pessoas também. Então eu já não tomo remédio, assim, na vida, então eu ficar comendo carne com um monte de remédio, antibiótico, antiinflamatório, e tudo, acho que acaba sendo um pouco contraditório. (*Daniela, ovolactovegetariana*).

E tipo, isso é meio ruim porque a gente vai incentivando uma coisa que não é boa por nosso corpo nem boa pros animais entendeu? Porque a carne, ela é boa porque tem proteínas alimentares e etcetera, só que é ruim porque retarda os hormônios do seu corpo por causa do excesso de carne (*Alexandre, ovolactovegetariano*).

Apesar da maioria dos/as entrevistados argumentarem a favor da relação entre vegetarianismo e melhora na saúde, em conformidade com resultados de outros estudos (Adams, 2018; Foz e Ward, 2008; Fiddes, 1991; Beardsworth e Keil, 1997), num sentido de causalidade pela própria abstenção do consumo desses “produtos”, Gabriela tem uma posição mais “anárquica”, como ela mesma falou, sobre esse cuidado da saúde a uma conexão intrínseca com a dieta vegetariana. Em suas palavras, a questão da saúde

é muito pessoal e, “*por uma questão até de anarquismo, de autonomia, eu acho que as pessoas têm o direito de fazer escolhas que não são saudáveis*”. Assim, a entrevistada ressalta que é possível ter uma dieta não saudável ainda no vegetarianismo, mesmo que as consequências positivas para saúde também estejam visíveis em sua experiência pessoal, e por isso não coloca esse aspecto como central na sua militância<sup>10</sup>.

Além de Gabriela, outras/as vegetarianos/as mencionaram que a questão da saúde, apesar de ser uma consequência perceptível de uma alimentação à base de plantas e vegetais, *não é tão importante assim* no caso das justificativas. Porém, a maioria reconhece as consequências nutricionais do vegetarianismo em suas dietas alimentares, no sentido de tornarem-se mais saudáveis, mesmo que não tenha sido o objetivo principal, ou que fora um aspecto associado a outras motivações.

[...] só que não foi muito assim minha motivação e eu não vejo isso como assim algo que mudou... Eu tô mais saudável, e eu sei que tem um monte de estudos falando que melhora realmente parar o consumo de carne. [...] Essa questão de saúde é importante mas nem tanto assim também (*Maria, ovolactovegetariana*).

A questão da saúde, a questão da saúde, eu acho que é mais saudável [vegetarianismo], pelo menos eu me sinto mais. Não quer dizer que pras outras pessoas seja assim, mas pra mim... Eu me sinto melhor comigo mesmo e mais saudável comendo só comida vegetariana ou vegana. [...] [Quanto à motivação] Eu decidi experimentar mesmo, foi uma experiência mesmo, passar uma semana sem comer carne. Não tinha um propósito religioso, não, nada por trás, só queria mudar radicalmente algum aspecto da minha vida, e achei que a alimentação seria um ponto bom a se começar (*Thales, vegano*).

Em alguns casos, portanto, os/as entrevistados/as colocaram a causalidade entre o vegetarianismo e uma dieta mais saudável em cheque, principalmente (mas não somente) no caso dos/as ovolactovegetarianos/as, tendo em vista a continuidade do consumo de laticíneos. Nesse sentido, com relação à tais produtos de origem animal, principalmente o leite, percebe-se que apesar de ter sido apontado como potencial fator de prevenção de doenças (Sabaté, 2001; *Idem*, 2003; Fraser, 2009; Toporcov *et al*, 2012), os/as entrevistados/as citados anteriormente os apontaram como prejudiciais à saúde.

### **2.3. Permanência da abstenção e o comprometimento ambiental**

Levando em consideração as potenciais relações negativas entre a criação de animais, mais especificamente, entre a referida indústria alimentícia, e o meio ambiente,

---

<sup>10</sup> Gabriela e Silvia foram as únicas entrevistadas que utilizaram o termo *militância* para se referir a sua prática dentro do vegetarianismo. O assunto será discutido com mais profundidade no terceiro capítulo.

será que os/as vegetarianos/as apontam a causa ambiental como uma motivação para mudança em seus hábitos de consumo? Apesar da possibilidade de segregação dessa “pauta” no vegetarianismo, justamente por não focar na causa animal, que seria a principal para a maioria dos/as vegetarianos/as, como foi apontado na primeira seção deste capítulo, ressalta-se que uma parte deles/as colocou as preocupações ambientais como motivações principais para a mudança. Além disso, todos/as os/as entrevistados/as conheciam tais impactos ambientais da carne, e a maioria defendeu esse movimento a favor do meio ambiente na sua prática vegetariana em dois sentidos específicos: ou como *agregado* a outras razões para classificar sua motivação principal, ou como uma preocupação *em consequência* da exposição a outras motivações, crenças e práticas dentro do movimento vegetariano (Fox e Ward, 2008), principalmente em direção à sustentabilidade.

Eu sempre quis tipo, tentar parar de comer carne só que eu nunca tive tipo a coragem de fazer isso mesmo. Ai tipo... teve um, sei lá, um final de semana que eu resolvi sei lá... Tava vendo uns documentários e eu comecei tipo, eu vi tipo de uma vez só todos os documentários sobre o assunto, todos mesmo, e eu falei “Ah, eu vou parar”. Mais porque tipo, eu pensava mais na questão ética tipo, da questão dos animais, mas aí eu percebi, eu sabia que tinha a questão ambiental também, mas é bem maior do que eu imaginava. Ai como eu me considero ambientalista, assim, eu pensei, tipo, não seria muito coerente... Ai eu resolvi parar de comer carne (*Renato, ovolactovegetariano*).

Acho que foram sei lá... De certa forma tem um conjunto de fatores que pesam na decisão. Eu, como estudante de ciências ambientais, obviamente o lado ambiental pesa bastante, foi uma grande parte da minha decisão assim, tendo em vista que toda essa indústria da carne é o que... Bom, pelo menos o Cerrado, assim que é o nosso bioma, é o que está destruindo certamente, tanto quanto a plantação de soja né, quanto o gado aqui... E outros fatores, como até o metabolismo do meu corpo melhorou depois que eu parei de comer carne (*João, ovolactovegetariano*).

Dessa forma, apesar de ser ressaltada como a motivação principal, os dois vegetarianos apontados anteriormente *agregam outras razões* à causa ambiental, como é o caso de Renato com relação à *questão animal* e João com uma *melhora do metabolismo*. Ainda nesse sentido, foi possível perceber também a apresentação desses aspectos “motivadores” de uma forma altamente interligada, conectada com a questão da indústria (alimentícia) da carne. Assim, a produção de animais, como argumentam Camila e Pedro, tem consequências *perversas* tanto para os animais, no sentido dos maus-tratos e do abate, quanto para o meio ambiente, na medida em que *destrói o planeta*.

Uhum, um influenciando o outro. Então tipo assim, tem a causa animal? Tem, mas eu sei que, tipo, essa produção de animais é ruim pra eles mas também destrói o planeta, não é disassociado. Entendeu? [...] É porque eu entendo tudo isso como tá ligado à mesma coisa, então foi entender como a

gente destrói o planeta. Tipo, eu não acho que eles [os fatores] são soltos (*Camila, vegetariana estrita em transição para veganismo*).

Você lê os noticiários sobre a pecuária, é algo perverso, tanto pra natureza quanto pros animais. [...] Porque durante as pesquisas, você entra muito em contato com esses dados de desmatamento, de emissão de poluentes, diversos dados que você vê que estão interligados com essa indústria. Então é algo que você percebe que, poxa, não é algo sustentável, não é algo que dá pra manter... Porque a indústria atual da carne, não é algo que é de boas assim (*Pedro, ovolactovegetariano*).

Contudo, a relação ressaltada pelos/as vegetarianos/as não implica afirmar que o movimento ecológico ou ambientalista como um todo prevê a abstenção do consumo de produtos cárneos ou a defesa dos direitos dos animais. A “segregação” da pauta ambiental, portanto, parece resultar de uma certa desconfiança, mesmo existindo teoricamente essa possibilidade pelo combate à visão utilitária de animais não-humanos e da natureza pelo movimento ecológico (Chalfun, 2010). Porém, pode-se constatar que a questão ambiental, em decorrência da pecuária é conhecida, principalmente com relação às seguintes questões: as grandes áreas de pasto para pecuária extensiva e o conseqüente *desmatamento*; a utilização de grãos, advindos de grandes monoculturas, para *produção de ração* para gado ao invés de serem destinados ao consumo humano; a quantidade de *recursos hídricos* utilizados durante o processo de produção desses “produtos”; e, em alguns casos, a liberação de *metano* pelo processo de fermentação de ruminantes (ou pum das vacas, como dito pelos/as entrevistados/as).

É porque, olha, é porque pra produzir tipo um quilo de carne você precisa de uma área muito grande. Ai além da carne que cê usa pro pasto, você também precisa da alimentação do boi né, que "produzimos" a soja. Todo mundo fala tipo "Vegetariano come soja! Tá desmatando do mesmo jeito", só que a grande parte da soja que produz é pra alimentar o gado né? Então tipo, tá nisso ai, junto, ai tem o desmatamento na Amazônia, grande parte é por causa do desmatamento pra pastos, essas coisas (*Renato, ovolactovegetariano*).

Enquanto poderia usar os pastos que eles vivem diretamente para já plantar vegetais, e tipo, isso seria bem melhor em termos de saúde para as pessoas, isso seria melhor, na minha opinião de vegana pelos animais, porque não os mataria, e isso seria melhor inclusive em relação à utilização hídrica, porque você gasta ao todo muito mais água na pecuária do que na agricultura (*Gabriela, vegana*).

Ah, eu sei que é muito utilizado, é utilizado numa grande quantidade de grãos pra poder produzir, pra poder deixar uma vaca no tamanho ideal pra consumo, e que essa quantidade de grãos elas poderiam estar sendo usadas pra, sei lá, alimentar crianças que passam fome no mundo. E também tem toda essa questão de devastação do solo mesmo né, pra poder pegar esses grãos e tudo. E também é utilizado uma grande quantidade de água nos gados e na produção desses grãos (*Samira, ovolactovegetariana*).

Para se compreender esse ponto, é importante responder à seguinte questão: como a pecuária enquanto atividade pode impactar o meio ambiente? Em relatório

publicado pela Sociedade Brasileira Vegetariana (2007), aponta-se os efeitos com relação à destruição de habitats, na medida em que a agricultura já transformou ou degradou 70% dos campos e pradarias, 50% das savanas, 45% das florestas temperadas e 27% das florestas tropicais. O desmatamento, além de ser causado pela necessidade de pastos para pecuária extensiva, mais utilizada no contexto brasileiro, também é consequência da agricultura diretamente relacionada aos rebanhos. Cabe também ressaltar que apenas um décimo (ou 10%) do valor energético contido nos vegetais utilizados na alimentação desses animais, principalmente a soja, é aproveitado a partir do consumo dos produtos cárneos (SBV, 2007).

Em escala mundial, a *Vegetarian Society* (2012) aponta que 30% de toda a superfície da terra (correspondendo a 70% de todas as terras agricultáveis) é utilizada para criação de animais. Além de necessitar de grande áreas para pasto, a pecuária, principalmente a criação de gado de forma extensiva, também é responsável pela degradação desses solos, na medida em que contribui para sua desertificação, erosão e esgotamento a partir das alterações no ciclo de nutrientes (Schuck e Ribeiro, 2015). João, entrevistado vegetariano, ressaltou os prejuízos da pecuária para o bioma Cerrado, como demonstra o trecho a seguir.

Cerrado é uma região muito seca, mas ao mesmo tempo é o berço das principais... Setenta por cento das nascentes das bacias hidrográficas brasileiras estão aqui no Cerrado. Então é um ambiente que ele é muito seco, mas ele tem uma drenagem muito profunda, os solos são muito antigos, ele é um ambiente de estabilidade em que a forma como a gente muda altera isso completamente. Como acontece aqui, por exemplo, são os campos pro pasto. A soja que se é plantada no Centro-Oeste é um dos principais motivos do desmatamento de áreas nativas. [...] Tendo em vista que toda essa indústria da carne é o que... Bom, pelo menos o Cerrado assim que é o nosso bioma, é o que está destruindo certamente, tanto quanto a plantação de soja né, quanto o gado aqui. (João, *ovolactovegetariano*)

A fim de tornar mais claro a questão hídrica mencionada pelos/as entrevistados/as, também é necessário recorrer a dados empíricos sobre a temática. Com relação aos recursos hídricos, a pecuária é a atividade produtiva que faz o uso mais ineficiente da água (Schuck e Ribeiro, 2015), tomando como base todo o processo de produção, ou seja, tanto os recursos hídricos utilizados diretamente para os animais quanto aqueles voltados para a produção de grãos para sua alimentação. O setor agropecuário apresenta-se, portanto, como responsável por 90% do consumo global de água, sendo que pelo menos um terço é destinado à criação de animais (*Idem*). Assim, para o caso brasileiro, de acordo com Mekonnen e Hoekstra (2011 apud Schuck e Ribeiro, 2015, p. 19):

No Brasil, maior potência hídrica mundial, concentrando cerca de 12% do estoque global de água em seus rios e reservatórios subterrâneos, o setor pecuário é responsável por uma parcela ainda maior do consumo de água, devido ao grande volume de exportações do setor (entre carnes e cultivos destinados à ração). Somos hoje o quarto país do mundo em consumo de água, perdendo apenas para China, Estados Unidos e Índia, países cuja população é substancialmente maior.

De acordo com as estimativas realizadas pelo Brasil no contexto dos acordos internacionais sobre mudanças climáticas, devido à substituição da vegetação nativa por pastagens, a pecuária é responsável por 40% das emissões de CO<sub>2</sub> brasileiras (BRASIL, 2017). Contudo, cabe ressaltar que, quando questionados/as especificamente sobre a conexão entre a pecuária e as mudanças climáticas, os/as vegetarianos/as, de forma geral, tiveram dificuldades para relacionar esses dois aspectos num sentido causal. Em outras palavras, os/as entrevistados/as argumentaram acerca das consequências ambientais negativas da criação de animais mas *não focaram nessas dimensões como fatores responsáveis* pelas mudanças climáticas. Porém, pôde-se perceber que, apesar do reconhecimento de existência de relação entre a pecuária e a mudança climática, especialmente no sentido do *metano* liberado pela fermentação dos ruminantes, permanece uma concepção de causa dessa mudança voltada para os setores energéticos, no caso da utilização de combustíveis fósseis. Assim como aponta Boer *et al* (2016, p. 19), poucos consumidores reconhecem a efetividade, no sentido de mitigação climática, de uma opção dietética por menor consumo de carne, apesar de ser apontada por especialistas climáticos.

Olha, sobre a questão da mudança climática eu não entendo muito assim. Pra mim, "lincar" isso diretamente com a indústria da carne, eu tenho dificuldade assim. Pra mim a única coisa que eu sei falar ainda é sobre a questão hídrica mesmo, mas eu ainda tenho... A mudança climática pra mim, na minha mente né, ainda tá muito ligado à questão das indústrias sabe, tipo, não necessariamente à indústria da carne. Então, eu assim, mesmo tendo lido várias coisas assim, eu não consigo, não é a primeira coisa que me vem [na cabeça] (*Samantha, ovolactovegetariana em transição para o veganismo*).

[...] Não acho que a criação de boi é a razão do aquecimento global entendeu? Mas eu sei que é uma coisa que com certeza impacta muito no meio ambiente porque, cara, são trilhões de pessoas que acreditam que elas precisam comer isso. [...] Eu acho que contribui, eu acho que é uma coisa forte, mas eu não sei se é o principal fator... Mas eu sei que está relacionado ao aquecimento global (*Mariana, ovolactovegetariana*).

Dessa forma, se a maioria dos/as vegetarianos/as entrevistados/as pontuou, sem hesitações, os impactos negativos da pecuária de modo geral (e, portanto, do consumo de carne e derivados) mas não como razão que impulsionou a mudança, percebe-se a importância da *trajetória* no vegetarianismo. Fox e Ward (2008) argumentam que, apesar de não constituir uma motivação inicial na maioria dos casos, os

comprometimentos com questões ambientais caracterizariam uma *consequência da abstenção* voluntária de produtos derivados de animais, e não uma causa para tal mudança alimentar. Devido ao enquadramento dessa razão enquanto consequência de outras motivações, pode-se apresentá-la no sentido de *permanência na abstenção*, ressaltando a causa ambiental enquanto manutenção de uma dieta e estilo de vida vegetariano, como aparece na fala de Carol sobre se manter firme no vegetarianismo.

Enfim, ai tipo, foi o sofrimento dos animais, e depois eu pensei também pela questão até da natureza em si, porque a gente tá acabando com a natureza também por causa da agricultura, da agropecuária e tal. Isso é algo que também tem mexido bastante, pra me manter firme até no [vegetarianismo] (Carol, *ovolactovegetariana*).

Apesar da causa ambiental ter sido apontada enquanto motivação inicial para a prática vegetariana, a maioria dos/as entrevistados/as na presente pesquisa relataram preocupações ambientais prioritariamente após a decisão pelo vegetarianismo, tendo como justificativa a *necessidade de pesquisar mais* sobre esse hábito alimentar, tanto no sentido nutricional quanto dos impactos na natureza e na sociedade como um todo.

Então, depois que eu virei vegetariana né, eu fui procurar mais sobre essas coisas, porque ai você acaba lendo um monte de coisa, aí sempre tem umas referências e tals. [...] Aí eu cheguei a ver documentário, ler notícia, ver posts, que aí tinha falando da questão da agropecuária, do desmatamento, a questão que impede a reforma agrária, porque o pessoal quer ter um monte de terra pra plantação de soja, essas coisas. E aí depois disso ainda fui mais além, porque eu fui procurando outras coisas, que era a questão de trabalho escravo, tudo isso que envolve a indústria... que a indústria da carne é o que movimenta tudo isso né? (Samantha, *ovolactovegetariana em transição para o veganismo*)

Em oposição ao caso das razões relacionadas à saúde e à libertação animal, a causa ambiental aparece intimamente relacionada a este processo de *descoberta* do vegetarianismo por meio de pesquisas sobre os aspectos que envolvem tal opção (mais do que) alimentar, ou seja, integram as preocupações dos/as entrevistados/as após a decisão pela abstenção. Mais ainda, em alguns casos foi possível perceber que o vegetarianismo alargou as preocupações com o aspecto ambiental dos/as entrevistados/as, principalmente na direção de escolhas mais sustentáveis para o planeta, como foi apontado por Camila e Joana.

Hoje eu levo em conta essas coisas [questão ambiental], eu sempre fui muito pra esse lado, então tipo assim, eu gosto muito de pensar em sustentabilidade, essas coisas. E ai, tipo assim, é uma destruição generalizada, e eu falei “Gente não tá dando, não sou eu que vou [contribuir]” [...] E ai hoje eu me atento mais a pensar em economias mais sustentáveis, a suportar pequenos e médios assim, produtores, que eu sei que assim, pelo menos é mais confiável. Eu sei que não vai ter trabalho escravo, não vai ter... Então tipo assim, eu tenho muita preocupação com cosmético, roupa, comprar onde eu sei que a produção é daquela loja, é tudo daquele loja, eles têm um controle muito grande... E assim, tem uma loja que eu gosto muito, ai mostra a foto da

equipe. Então tipo assim, é muito mais fácil de saber que lá está sendo um lugar tranquilo do que qualquer outro lugar assim... Eu tenho essa preferência (*Camila, vegetariana estrita em transição para o veganismo*).

Eu sempre tive consciência ambiental assim, só que aí era aquela coisa de quando a gente dá desculpa de tipo, ah, fazer as coisas sabe? Tipo ‘Ah, dá trabalho’, entendeu? [...] Mas assim, eu sempre achei, eu sempre tive consciência ambiental mas nunca procurei tipo, o que que eu possa fazer em relação a isso. Aí eu comecei a procurar junto com o veganismo porque várias pessoas que eu sigo no Instagram que são veganas também têm essa pegada ambiental. Aí foi quando eu vi essa questão de não usar plástico, aí eu não uso mais plástico, evito ao máximo produzir lixo. [...] Não [sabia da relação entre carne e meio ambiente antes de se tornar vegetariana], só quando eu comecei a pesquisar sobre isso, sobre virar vegetariana e aí que virei, que eu parei de comer carne, assim... Que quando eu parei de comer carne não foi pelo meio ambiente nem nada, eu não sabia, era mais pela questão animal, eu sempre gostei de cachorros e tudo o mais. E aí eu parei. E aí quando eu entrei em grupos, aí comecei a ver mais, aí eu fui sabendo a relação da pecuária, da água, que tá bem ligado (*Joana, em transição para o veganismo*).

A defesa da *sustentabilidade*, a qual engloba tanto escolhas de produtos confiáveis, ou seja, que impactam de modo reduzido o meio ambiente ou as pessoas<sup>11</sup>, quanto compromissos secundários como (não) utilização de plásticos ou produção de lixo, é um ponto central nas justificativas dos/as entrevistados/as, mobilizadas principalmente por veganos/as ou vegetarianos/as em transição. Dessa forma, aponta-se que a perspectiva majoritária assumida com relação à causa ambiental tende para a *posição do desenvolvimento sustentável*, priorizando e reconhecendo a possibilidade de um desenvolvimento aliado a preocupações ambientais<sup>12</sup>.

Assim, de forma geral, os/as vegetarianos/as ressaltaram uma *posição mais moderada* no que se refere à relação entre seres humanos e natureza, priorizando a questão do desenvolvimento sustentável, em detrimento de uma defesa ecológica da natureza em formas “intocadas” (Barbosa e Drummond, 1994). Apesar dessa posição majoritária entre os sujeitos entrevistados, é interessante ressaltar que, em consonância com a explicação de Fox e Ward (2008), alguns/as vegetarianos/as apontam para o vegetarianismo como parte de uma perspectiva mais abrangente na qual os seres humanos afetam diretamente os outros seres vivos no planeta, indo além de meras preocupações ambientais. Como Yara menciona, talvez o problema da destruição do

---

<sup>11</sup> Esse impacto social quer dizer, pela fala de Camila, a utilização de trabalho escravo no processo de produção.

<sup>12</sup> Segundo Fernandez (2011 apud Knoche, 2016), “o desenvolvimento sustentável pode ser considerado como algo transdisciplinar, pois propõe a sustentabilidade em cinco dimensões: social (destinado à redução da pobreza), econômica (quanto à prevenção da eficácia produtiva dos ecossistemas), ecológica (voltada à conservação dos recursos naturais), espacial (referente à preocupação de uma área rural-urbana equilibrada) e cultural (voltada para as tradições de cada comunidade)”

planeta esteja relacionado com a *própria existência dos seres humanos*, levando em consideração um *egoísmo* quase que inato. Essa entrevistada, portanto, assume uma posição mais radical com relação à interação entre seres humanos e o planeta.

Então, a praga do planeta é o ser humano, a questão ambiental ela passa muito pela existência humana exageradamente grande... Não só a grande existência de humanos, como a ganância humana muito grande. Então é difícil pra mim falar de questões ambientais sem falar “Olha, eu acho que tinha que eliminar as pessoas”. Porque eu acho que se o ser humano desaparecesse... Tem uma pesquisa sobre isso, se o ser humano desaparecesse, em alguns milhões de anos, o planeta voltaria ao seu estado original. Tem um pesquisa que fala o período em que tudo se deterioraria, em que sumiu o que crescia em um lugar, e quanto tempo isso ai levar (*Yara, ovolactovegetariana*).

## 2.4. Considerações Finais

Em resumo, o objetivo do presente capítulo foi demonstrar, a partir dos trechos selecionados das entrevistadas realizadas com vegetarianos/as na UnB, e descrever com profundidade as razões majoritárias apresentadas, que foram a causa animal, ambiental e de saúde. Porém, apesar de tais razões estarem em consonância com o enquadramento ético-saúde apontado pelos trabalhos sobre vegetarianismo, buscou-se categorizá-las de acordo tanto com a descrição de Roselfeld e Burrow (2017), no sentido das aversões, motivações e constrangimentos, quanto de Fox e Ward (2008) de trajetórias no vegetarianismo. Para sintetizar as categorias analíticas apontadas no decorrer do capítulo, elaborou-se a tabela a seguir, que reúne as justificativas específicas para cada tipo de razão observados nas três categorias analíticas.

RAZÃO	TIPOLOGIA	JUSTIFICATIVAS
Causa animal	Motivação	Direito dos animais, contra a dita superioridade humana
	Aversão	Repulsa e culpa ao consumir produtos (principalmente alimentares) cárneos
		Compaixão, pena pelos animais, buscando reduzir o sofrimento
Saúde	Motivação	Busca de qualidade de vida
	Constrangimento	Problemas de saúde, especialmente relacionados à digestão
Causa ambiental	Motivação	Diminuição dos impactos no meio ambiente
	Permanência	Incorporação da justificativa ambiental de redução dos impactos ambientais

Tabela 2. Fonte: Elaboração própria

### **3. POR QUE PENSAR O VEGETARIANISMO ENQUANTO PRÁTICA CONTRA-HEGEMÔNICA? Entre o consumo consciente e politizado na direção do anticapitalismo**

O presente capítulo apresentará, de forma mais específica, como a prática vegetariana descrita pelos/as entrevistados/as envolve um posicionamento de oposição a certos preceitos culturais. Dessa forma, pode-se pensar em três categorias analíticas: a necessidade nutricional e a relação entre os seres humanos e a natureza, a qual se desdobra na interação tanto com animais quanto com plantas e vegetais. A partir da argumentação de Poulain e Proença (2003), tal contraposição associada ao vegetarianismo pode se enquadrar no espaço de liberdade alimentar, na medida em que essa prática é apresentada enquanto oposta à influência cultural na alimentação.

Porém, além dessa manifestação de oposição cultural, é necessário acentuar a dimensão do consumo envolvida tanto na prática vegetariana como um todo quanto em tal posicionamento de oposição. A partir das discussões apresentadas por Abonizio (2013; 2015), Carvalho *et al* (2011) e Portilho *et al* (2011), pode-se pensar tal oposição no sentido de um traço contracultural presente na prática vegetariana. Além disso, essa manifestação relaciona-se a um processo de conscientização do consumo, justamente pela visibilização dos elementos culturais inerentes ao sistema de produção alimentar de animais. Mais ainda, a conscientização revela o aspecto político desse consumo, no sentido de uma prática individual e cotidiana orientada por preocupações sociais e socioambientais mais amplas. Ao invés de afirmar que a exposição a essas dinâmicas leva à conscientização, pretende-se ressaltar como os/as vegetarianos/as entrevistados/as apontaram para as exigências de refletir acerca de seu próprio consumo a partir desses preceitos culturais aos quais se opõem.

Considerando para além das razões majoritárias analisadas no capítulo anterior, tem-se como objetivo ressaltar a dinâmica de politização do consumo na prática vegetariana, ressaltando a abstenção enquanto estratégia para o não-financiamento, não-contribuição à indústria da carne, e também como boicote num sentido anticapitalista. O caráter político da alimentação vegetariana, portanto, foi apresentado por certos/as entrevistados/as aliado à militância anticapitalista, principalmente no sentido de oposição à exploração humana e animal decorrente desse sistema. Mais especificamente, foram abordadas algumas temáticas associadas a tal militância, no caso as questões de gênero e de classe. Por fim, cabe ressaltar que apesar de não se

relacionarem estritamente a uma razão (motivação, aversão ou constrangimento), pode-se pensar escolhas alimentares enquanto atuações políticas, na medida em que relacionam-se aos sentidos atribuídos à prática vegetariana.

### **3.1. Prática vegetariana enquanto liberdade no espaço social alimentar: mudança e centralidade do consumo**

Ao discorrer sobre as práticas vegetarianas e principalmente as razões individuais que orientam a abstenção de produtos de origem animal, é necessário atentar para um aspecto implícito nessa afirmação: o vegetarianismo enquanto mudança. Dizer que as pessoas *tornam-se* vegetarianas e veganas significa enquadrar essa prática num modo de vida diferente do habitual, que seria o carnivorismo, principalmente no contexto brasileiro de valorização da proteína animal, econômica e culturalmente relevante no país<sup>13</sup>. E tal mudança, orientada pela defesa da causa animal e ambiental, por problemas ou pela busca da saúde, refere-se ao processo de tornar visível as dinâmicas que integram o sistema de produção alimentar de animais (a chamada *indústria da carne*), podendo resultar numa prática de consumo consciente, na direção do *questionamento cultural do consumo* desses produtos.

A partir da percepção do vegetarianismo enquanto mudança e da relevância do carnivorismo (ou carnismo) nos hábitos alimentares, pode-se pensar a liberdade no espaço social alimentar descrito por Poulain e Proença (2003). Mais ainda, aponta-se que a prática vegetariana contrapõe-se à influência cultural na alimentação, a qual utiliza-se especialmente da zona de liberdade possibilitada pela flexibilidade dos condicionantes biológico e ecológico apontados pelo autor. Em suma, na medida em que se constitui enquanto espaço de liberdade da alimentação, a prática vegetariana livra-se da influência cultural do consumo de produtos de origem animal, a qual influencia as condicionantes biológicas (onivorismo) e ecológicas (acesso ao consumo e disponibilidade de produtos cárneos).

Longe de transformar o presente trabalho num estudo cultural crítico, o enquadramento da prática vegetariana enquanto espaço de liberdade com relação ao social (e cultural) e, portanto, ao biológico e ao ecológico, foi fruto das afirmativas dos/as vegetarianos/as entrevistados/as. Na medida em que apontaram as próprias práticas como *processos de mudança*, relacionando a essas três temáticas (saúde, cultura e meio ambiente), tornaram visíveis dimensões culturais implícitas no consumo de

---

<sup>13</sup> Canesqui (1988); Araújo et al (2012).

produtos cárneos, principalmente nos sentidos dos *nutrientes necessários* para o organismo e da *relação* entre os seres humanos e seres não-humanos, como as *plantas e os animais*. Por intermédio das afirmações dos/as entrevistados/as, foi possível analisar cada uma dessas três dimensões culturais, intrinsecamente relacionadas às razões majoritariamente apontadas pelos/as vegetarianos/as.

A transformação da relação entre o humano e animais não-humanos, especificamente, é evidente na fala de Gabriela na medida em que afirma sua prática no sentido de *criar outras relações* com esses seres. Mais ainda, ressalta o objetivo de respeito ao direito para esses animais sem buscar neles similaridades humanas, o que relembra a discussão teórica acerca da libertação animal, apontado no primeiro capítulo acerca das origens da prática vegetariana.

[...] é uma frase que pra mim resume muito como eu penso o veganismo [...] tipo assim “Veganismo pra mim é sobre *criar outras relações* com os seres”, e isso pra mim é muito forte, porque é uma premissa filosófica muito radical, porque as pessoas pensam muito em *respeitar o direito* do diferente buscando a semelhança no diferente [...]. Tipo, tem sempre essa busca pela similaridade pra buscar uma empatia, pra buscar um respeito a existência. E eu acho que o veganismo ele corta na raiz, tipo, um polvo não é um humano, um porco não é um humano. E tipo, embora eu até acho que eles são incríveis e tipo, eu realmente amo os animais, acho os animais sensacionais, tipo, eles têm processos muito interessantes, mas ao mesmo tempo eles não são humanos e não precisam ser (*Gabriela, vegana, ênfase da pesquisadora*).

A transformação no relacionamento entre seres humanos e não-humanos também possibilita um questionamento acerca da relação com a natureza vegetal, ou seja, com a flora. De acordo com Beatriz, a atividade da pecuária é *insustentável* na medida em que utiliza uma grande quantidade de recursos naturais, como água e espaço de vegetação, num sentido *antinatural*. Pode-se pensar, portanto, na defesa do meio ambiente enquanto modificação na concepção utilitária da natureza e seus recursos naturais, a partir da explicação de Beatriz e Giovana.

É uma coisa insustentável né, em todos os aspectos, porque pra você produzir um quilo de carne você gasta num sei quantos litros de água... E é um sistema antinatural que você desmata pra fazer pasto pra fazer gado, não faz sentido nenhum (*Beatriz, vegetariana estrita*).

Mas eu acho que o veganismo ele é muito radical no bom sentido, tipo, ele é uma oportunidade de repensar todas as nossas relações com todos os seres, com os animais e com o planeta e com as plantas, porque é aí que tá também, por mais que eu coma plantas, [...] não é tipo assim, Deus colocou a beringela na terra pra ela me servir, tipo, Deus colocou os rios pra me servir, Deus ou enfim... Tipo, as pessoas pensam muito nessa verticalidade né, tipo, tudo que está no planeta existe pra humanidade, e eu acho que o veganismo é tipo “não, as coisas existem para os seus próprios fins, você é só uma parte da Terra”. E eu acho que é isso. (*Gabriela, vegana, ênfase da pesquisadora*).

Por fim, a dimensão da mudança também se relaciona com as perspectivas acerca da necessidade de nutrientes com o objetivo da saúde. Nas falas de Rafaela e Pedro, pode-se perceber como caracterizam sua prática vegetariana enquanto mudança na ideia cultural da centralidade nutricional da carne, em contraposição ao que é estabelecido na sociedade, especialmente por certas instituições como a mídia, sobre o consumo necessário de produtos derivados de animais.

Essa questão das pessoas não terem essa cultura de saber sobre o vegetarianismo, sobre o veganismo, é uma coisa... Por causa da mídia também, que tá sempre jogando ai propaganda na gente, de que leite na verdade é o que vai te dar cálcio senão você vai morrer de osteoporose, num sei o quê (Risos). Então é sempre a mídia bombardeando a cabeça das pessoas, *que aquilo ali é o que deve ser feito [consumir carne e laticínios]*. [...] Ai tem essa parte, da mídia e das pessoas e da cultura [...]. Tá tão forte esse negócio da cultura na cabeça das pessoas, que elas acreditam assim, com toda certeza, que isso é só uma questão de gosto (*Rafaela, vegana*).

Essa questão de entrar em contato com a literatura foi muito importante nesse processo de mudança, *que internamente você muda essa ideia* de que “Ah, você precisa da carne pra você ter uma qualidade de vida, você precisa da carne senão você vai passar mal”. Não, você começa a ler e tem maneiras diferentes de conseguir os nutrientes (*Pedro, ovolactovegetariano*).

Justamente por afirmarem a própria prática vegetariana no sentido de oposição a preceitos culturais, a maioria dos/as vegetarianos/as relatou, durante as entrevistas realizadas, dificuldades inerentes ao vegetarianismo, desde o anseio de familiares, amigos/as e profissionais de saúde, até críticas das pessoas com quem conversaram sobre a abstenção desses produtos. Recuperando a contribuição da autoetnografia de Abonizio (2015), a explicação das razões para a adoção das práticas vegetarianas e o enfrentamento de críticas são elementos presentes no cotidiano dos/as vegetarianos/as, independentemente da razão inicial ou daquelas incorporadas durante a trajetória. Assim, os/as entrevistados/as apontaram o carnivorismo (ou carnismo) enquanto o modelo culturalmente aceitável, relatando os obstáculos impostos por essa escolha e classificando suas atitudes em contraposição à sociedade. Num país em que pratos regionais são fundamentados em variedades de carne e produtos cárneos (Bleil, 1998), e responsável pelo segundo maior rebanho de gado do planeta, tornar-se vegetariano/a é uma afronta, opinião indigna de atenção e até significado de carências nutricionais<sup>14</sup>.

Eu fui falar para os meus pais e eles acharam um absurdo né, acharam que eu ia morrer de anemia. [...] Eu acho super legal que as pessoas querem trabalhar sobre isso assim, falar sobre. E eu acho que foi a primeira vez assim que eu expressei a minha opinião pra alguém que eu acho que realmente ia prestar atenção. Porque todas as vezes que alguém fala assim "ah, mas porque

---

<sup>14</sup> Outros trabalhos também apontam para as reações de pessoas que consomem produtos de origem animal frente aos vegetarianos/as, no sentido de preocupações, resistência e até hostilidade (Delessio-Parson, 2003).

“você parou de comer carne?”, é mais um deboche, tipo, ninguém quer saber mesmo, ninguém quer te ouvir assim (*Samantha, ovolactovegetariana em transição*).

Até mesmo médico. Porque eu tinha uma médica e quando eu falei “Eu nunca mais vou comer nenhum derivado”, ela me conheceu quando eu já não comia carne, aí eu falei “Eu não vou mais comer nenhum [derivado]”, e ela olhou pra mim e falou “Não, não tem como, você vai passar mal, você vai emagrecer demais, você não vai ter nutriente, num sei o quê”. E eu voltei lá um tempo depois e ela olhou assim pra mim “Ah você voltou [a comer derivados]?”, e eu falei “Não”, e ela “Não, não é possível, você tá muito melhor do que você tava”. [...] Que elas vão vendo que não é só uma questão teórica, é uma coisa que é prática, que as pessoas estão fazendo e elas conseguem (*Rafaela, vegana*).

As afirmações de que o vegetarianismo constitui-se enquanto quebra de paradigma (Daniela, ovolactovegetariana) e possibilita olhar o mundo de forma diferente (Rafaela, vegana) ressaltam a mudança na percepção dos/as vegetarianos/as acerca de suas ações frente ao mundo. Aliada às dimensões de transformação na relação tanto dos seres humanos com o planeta, incluindo animais e vegetais, quanto com o próprio corpo no sentido de saúde, tal mudança apresenta-se enquanto um significado compartilhado nesse grupo, como é possível perceber nos trechos a seguir.

[...] A questão da carne como um alimento que a gente come é totalmente cultural e não é necessariamente natural... E que isso também é dado por propaganda dessas pessoas que precisam que a gente acredite que é necessário consumir esse tipo de alimento (*Silvia, vegetariana estrita, ênfase da pesquisadora*).

Uma coisa que eu penso muito é tipo, uma pessoa que se alimenta de carne por exemplo. Ela come em um ano, sei lá, umas três, quatro vacas, vamos pôr em média, assim, de volume. [...] Um ser vivo que passa a ser o processador de vegetais e transformador, sei lá, em carne, só pra gente não fazer esse processo sabe? Eu acho que é um, é um elo ali que não precisava existir, mas é uma *mudança cultural gigantesca, ainda mais no Brasil*, que foi construído em cima disso né? (*Antônio, vegano, ênfase da pesquisadora*).

Assim [...] é uma mudança de costume muito grande né, é uma quebra de paradigma, e é uma afronta assim, de certa forma a todas as pessoas em volta [...]. Então não é uma coisa que sai neutra normalmente, tá ficando mais comum, mas assim, desde o começo nunca é neutro (*Daniela, ovolactovegetariana*).

É uma escolha que é muito dolorosa, olhar pra trás e falar “eu fiz isso minha vida toda, todas as pessoas que eu gosto fazem isso, mas agora eu acho que é muito errado”. Então você *olha pro mundo de uma forma muito diferente* (*Rafaela, vegana, ênfase da pesquisadora*).

Portanto, a transformação da percepção dos/as entrevistados/as sobre a alimentação carnivorista, orientada pela visibilização das dimensões culturais dos produtos cárneos, relaciona-se a mudanças no modo de consumir tanto os alimentos quanto outros produtos com derivados de animais. Nesse sentido, a abstenção que fundamenta as práticas vegetarianas relaciona-se diretamente com mudanças no

consumo, prioritariamente nas maneiras de consumo individuais que são compartilhadas por um grupo específico, o dos/as vegetarianos/as. Os produtos alimentares consumidos são, especialmente em contextos urbanos, mercadorias compradas, como aponta Gabriela ao falar sobre os questionamentos que escuta quando explica o veganismo.

Assim, antes de pensar no agricultor do MST, quebradora de coco no qual o vegetarianismo - quem dirá o veganismo – [...] seria inviável, *no meio urbano ninguém tá comendo a carne da chácara do vô, tá comendo a carne que comprou do mercado (Gabriela, vegana, ênfase da pesquisadora).*

Porém, por que o consumo é um dos elementos centrais na dinâmica alimentar e, portanto, do vegetarianismo de forma geral? Enquanto movimento característico da sociedade contemporânea, o consumo tornou-se expressão das subjetividades, a partir dos hábitos, apropriação e uso dos produtos de forma geral (Giddens, 1993). Com relação, especificamente, aos alimentos de origem animal, como carnes, ovos e laticínios, percebe-se como a dinâmica histórica de sua construção simbólica reflete-se na centralidade desses produtos na alimentação em detrimento de outros (Fiddes, 1991; Ribeiro e Corção, 2013). A partir disso, é possível pensar a prática vegetariana, no sentido de abstenção do consumo de tais alimentos, enquanto oposição a tal consumo, orientada por preceitos culturais. De acordo com Carvalho *et al* (2011, p. 157, grifo próprio), a alimentação enquanto campo de conhecimento apresenta regras não estáticas “[...] que se constituem com um ‘processo’ dinâmico de construção e reconstrução, e apresentam tanto transformações como continuidades em suas etapas, seja a da produção, seja a do *consumo* ou a do trabalho do homem na sociedade contemporânea”.

### **3.2. Consumo *contracultural* vegetariano: na direção da conscientização e politização a partir das justificativas**

O campo alimentar, portanto, extrapola a mera escolha de alimentos e suas razões na direção de questões mais abrangentes, como o consumo. Ao apresentar o veganismo, especificamente, como comportamento *contracultural*, Abonizio (2013) categoriza tal prática enquanto um “consumo anticonsumista”. Utilizando-se da argumentação de Douglas e Isherwood (2009 apud Abonizio, 2013), a autora entende o veganismo como tanto um estilo de vida possibilitado pela multiplicidade cultural contemporânea quanto um movimento *contracultural* ao opor-se à centralidade do consumo na sociedade.

Assim, Abonizio (2013) refere-se à atuação dos/as veganos/as de forma contracultural na medida em que questionam um fundamento naturalizado da sociedade, o qual seria justamente a relação entre os humanos e a natureza de forma geral. Mais ainda, apesar das suas práticas serem fundamentadas em anseios por mudanças em projetos políticos e econômicos mais amplos<sup>15</sup>, esse grupo social refere-se a um estilo ou modo de vida que opõe-se à valores culturais majoritários, caracterizando o traço contracultural que a autora revela.

Os veganos questionam um dos fundamentos da sociedade naturalizados ao longo de muito tempo; justamente, questionam a relação entre o homem e a natureza e, ainda mais, questionam o antropocentrismo que marcou toda a fundação da modernidade. Nesse sentido, o veganismo atua de forma contracultural. [...] É importante salientar que, mesmo com projetos que almejem mudanças nos sistemas políticos e econômicos e que atuem em coletivos, [...] o que vemos é uma vontade, e também um compromisso, de assumir um estilo de vida, já que os princípios veganos [...] versam sobre coisas cotidianas, como comer, morar, vestir. Nesse sentido, a vida estilizada une-se à contracultura, que tem por característica opor-se à ordem vigente, e esses contravalores atuam, na vida de todo dia, fazendo desta uma vida diferente da prescrita, desafiando a reprodução social e tecendo rupturas (Abonizio, 2013, p. 196).

Tal traço contracultural pode se referir, a partir do que a autora propõe, à rejeição dos preceitos culturais inerentes ao consumo de produtos cárneos, como necessidade nutricional e relação utilitária com a natureza (fauna e flora). A partir desse processo de mudança e da relevância do componente do consumo nessa transformação, pode-se pensar na posição dos/as vegetarianos/as, como foi demonstrado anteriormente, em contraposição a tais valores e modos de consumo, na direção de seu *questionamento cultural*. Nesse sentido, a abstenção do consumo de tais produtos insere-se num movimento de conscientização, no sentido de visibilizar dimensões culturais inerentes ao consumo de produtos de origem animal. Tal conscientização do consumo relaciona-se à exigência de atenção dos vegetarianos/as, especialmente daqueles/as veganos/as, com relação à forma de produção de tudo que consomem, desde alimentos até itens do vestuário.

I: E também é muito melhor porque você olha aquele produto, você olha a embalagem, você lê os ingredientes, você sabe o que tá ali. Não é tipo, vai ter um monte de coisa química que você nem sabe o que que é...

R: E isso é uma coisa que mudou muito quando a gente começou a...

I: E você não sabe o que é aquilo, você tá colocando aquilo na sua pele, ou você tá colocando pra dentro de você e não sabe o que aquilo faz entendeu? Você não sabe o que aquilo pode causar.

R: A gente começa a ler rótulo... A gente começa a ler rótulo de comida, mas também a gente começa a ler rótulo de todas as outras coisas que a gente

---

<sup>15</sup> Tais projetos, associados intrinsecamente às práticas que envolvem o vegetarianismo, serão descritos com mais profundidade na seção seguinte, no que se refere aos projetos anticapitalistas e feministas na atuação vegetariana.

compra. A gente tem muito mais noção do que tá ali, do que tá envolvido, como que chegou a ser daquele jeito que eu tô comprando (*Igor e Rafaela, veganos*<sup>16</sup>).

Em suma, tornar-se vegetariano/a implica um processo de mudança que não se restringe à escolha alimentar, relacionando-se, portanto, aos modos de vida e de consumo. A partir do reconhecimento da centralidade cultural do consumo desses produtos, apoiado em dinâmicas como a necessidade nutricional, os impactos ambientais e a relação com seres não-humanos, os/as vegetarianos/as entrevistados/as apontaram para um consumo consciente de tais elementos, anteriormente invisíveis. Nesse sentido, o traço contracultural se manifesta na proposição de um consumo atento aos elementos intrínsecos dessa dinâmica alimentar. A partir disso, foi possível argumentar com relação à posição assumida por esse grupo específico de visibilização dos elementos do sistema de produção alimentar de animais e, conseqüentemente, do questionamento dessa forma de consumo.

Porém, cabe ressaltar que tal posição de questionamento não é assumida por todos/as os/as adeptos/as do vegetarianismo, tendo em vista a importância da dimensão individual na concepção dessa prática alimentar. A partir das entrevistas realizadas para a presente pesquisa, foi possível perceber que uma parte dos/as vegetarianos/as apontou, de forma geral ou específica, a problemática do consumo. Tal dinâmica de conscientização relatada pelos/as entrevistados/as, por meio da atenção direcionada aos elementos que permeiam a indústria da carne, relaciona-se ao processo de politização do consumo (Portilho *et al*, 2011). Mais especificamente, a abordagem política da alimentação envolve tal processo, na medida em que se considera a percepção e a forma de consumo enquanto manifestação política, publicizando valores e comprometermos tanto sociais quanto ambientais. A prática vegetariana, como foi explicitado no presente capítulo, pode potencialmente estar relacionada à politização do consumo, ressaltando a transformação na percepção das formas de consumir e suas implicações culturais, na direção da conscientização.

A relação entre consumo e política pode ser observada ao prestarmos atenção nas novas ideologias, discursos e movimentos sociais que propõem, como solução para o enfrentamento de problemas sociais e ambientais, práticas de consumo responsável, consciente, ético ou sustentável. Tal fenômeno pode ser considerado sob o rótulo mais amplo de consumo político (*Idem*, p. 101).

Aqui, cabe ressaltar certas especificidades do processo de conscientização e politização do consumo que se refere às conseqüências das atitudes dos/as

---

<sup>16</sup> Com Igor e Rafaela foi realizada apenas uma entrevista, em conjunto.

vegetarianos/as com relação às formas de consumir. É possível identificar o potencial transformador da escolha pelo vegetarianismo, no sentido das percepções de seus/as adeptos/as sobre o que se consome e como se consome, justamente em decorrência da conscientização acerca dos processos e das dinâmicas que envolvem, nesse caso, os produtos de origem animal. Dessa maneira, tal conscientização refere-se ao conhecimento adquirido pelos/as entrevistados/as vegetarianos/as acerca das questões animal, ambiental e de saúde, as quais são mobilizadas enquanto razões majoritárias para tornarem-se vegetarianos/as. Nesse sentido, os valores e comprometerimentos publicizados pelo consumo consciente e político tornam-se, especificamente, tais razões.

Porém, é possível perceber certa afinidade desse processo de conscientização e politização do consumo com as preocupações ambientais mencionadas no capítulo anterior. Como foi colocado, em decorrência da exposição a outras práticas, significados e motivações, os/as entrevistados/as apontaram para a incorporação de outros hábitos de consumo comprometidos com a preservação ambiental, no sentido da *sustentabilidade*. Então, qual seria a diferença? Na verdade, o consumo político aqui descrito, apesar de relacionar-se diretamente a tais hábitos incorporados, extrapola as preocupações ambientais para abarcar também responsabilidades com a própria saúde e, principalmente, com animais não-humanos. Mais ainda, apresentar-se-á a politização do consumo, relacionada à percepção da exploração do trabalho humano nas indústrias da carne, como uma dimensão importante nas argumentações em prol do vegetarianismo (especialmente do veganismo), apesar de não se enquadrar nas três razões majoritárias descritas no capítulo anterior.

### **3.3. A politização do consumo para além das razões majoritárias: preocupações sociais e oposição à exploração humana (ou animal) na direção do anticapitalismo**

Como é possível afirmar que o ato de comer, e especificamente o ato de não comer animais ou produtos derivados, constitui-se enquanto uma manifestação política e ideológica? De acordo com Portilho *et al* (2011), pode-se abordar o campo da alimentação a partir de seu caráter político relacionado ao consumo de certos alimentos. Nesse sentido, retomando os aspectos descritos nos capítulos anteriores do presente trabalho, a escolha dos alimentos, principalmente, transborda o aspecto nutricional na direção das preocupações que perpassam a indústria alimentícia e seus processos.

Entendemos como consumo político a percepção e o uso das práticas e escolhas de consumo como uma forma de participação na esfera pública. Trata-se de uma tentativa de dar concretude à adesão a valores em prol de melhorias sociais e ambientais, materializando-os e tornando-os públicos. Neste contexto, as ações e escolhas mais triviais e cotidianas são percebidas como podendo influenciar rumos globais, ao mesmo tempo que se tornam globalmente determinadas. Desta forma, a vida privada torna-se o lócus de um novo tipo de ação política em que o aspecto politizador se constitui no fato de que o microcosmo das condutas pessoais se inter-relaciona com o macrocosmo dos problemas globais (*Idem*, p. 101).

Ao ressaltar os valores concretizados e publicizados nas práticas e modos de consumir, Portilho *et al* (*Idem*) aponta a possibilidade de descrever escolhas alimentares de consumo enquanto politicamente orientadas, trazendo a ação política para o interior das práticas cotidianas privadas. Tal afirmativa é central, portanto, para relacionar a prática vegetariana com a conscientização e politização do consumo a partir da mobilização de certos valores, como a defesa tanto de uma concepção não-utilitária da natureza, incluindo os direitos (especialmente de existência) dos animais, quanto da desvinculação da categoria saúde do consumo de alimentos cárneos. Esses valores estão intimamente relacionados com as razões mobilizadas pelos/as vegetarianos/as entrevistados/as para adoção dessa prática alimentar, o que permite a conexão do caráter político à tal modo de consumo.

Dessa forma, apesar de não ser consenso entre os/as adeptos/as, a conscientização e politização do consumo pode ser um traço da prática vegetariana. Porém, como tais aspectos evidenciam-se nas falas dos/as vegetarianos/as entrevistados/as? Prioritariamente a partir da afirmação de que a abstenção do consumo desses alimentos “não financia” a indústria de alimentos cárneos. O não-financiamento está relacionado, para além das três razões para o vegetarianismo, com responsabilidades sociais mais amplas, classificadas, por algumas entrevistadas vegetarianas, enquanto consequências do sistema capitalista devido à exploração humana. Dessa forma, tais consequências caracterizam a prática vegetariana também num sentido de militância alimentar anticapitalista.

A abstenção, enquanto tema central no vegetarianismo, relaciona-se diretamente para algumas das entrevistadas ao não-financiamento e não-contribuição para a indústria da carne, como fica evidente nas falas de Camila e Mariana. A dimensão individual dessa prática torna-se importante no sentido de perceber os sentidos atribuídos pelos/as entrevistados/as à posição do vegetarianismo em oposição a certos preceitos culturais.

Eu acho que foi consciência assim, porque eu sempre fui muito sensível a essas coisas, e aí eu sempre me senti muito mal sabendo que... Quando você vai ver, toda a indústria por trás, é muita crueldade, é muito crueldade com os

animais, é muita crueldade com quem trabalha, então é uma coisa desumana generalizada assim. Ai eu falei ‘Não sou a favor disso, não sou eu que vou financiar’. (Camila, *vegetariana estrita em transição para o veganismo*).

Eu acho que a indústria alimentícia de carne hoje em dia se baseia justamente em fazer mutações, em aumentar a lucratividade ao máximo. [...] *Quando eu paro pra pensar mais nisso [...] eu fico feliz por estar contribuindo cada vez menos, apesar de que eu ainda contribuo né...* Tipo, você vê as pessoas que são veganas, veganas de fato, eu admiro muito. [...] *No negócio que você tem a consciência dentro de você de que você está contribuindo muito menos pra essas indústrias nojentas, tanto que fazem testes em animais de forma totalmente irresponsável e cruel quando você não precisa, porque é aquele negócio... Cara se não tivesse outra opção, se na nossa alimentação não tivesse outra alternativa, beleza não tem, a gente ia morrer, ia ficar com coisa baixa [vitaminas, proteínas, outros elementos orgânicos] beleza... Mas não é o caso. Então você percebe que é mesmo uma coisa de ganância e de lucro enfim... Então entra um pouco disso (Mariana, *ovolactovegetariana, ênfases da pesquisadora*).*

As entrevistadas apontadas acima ressaltam, portanto, a crueldade dessa produção com relação aos animais e com os/as trabalhadores/as de tal indústria. De modo geral, a questão relacionada aos animais já foi descrita durante os capítulos anteriores, mas o caso da crueldade com as pessoas que trabalham no ramo da indústria da carne é um aspecto ainda não explorado na presente pesquisa. Recuperando a argumentação de Carvalho *et al* (2011), a alimentação enquanto campo do conhecimento apresenta regras maleáveis e conectadas a diversas etapas, como a produção, o consumo e o trabalho humano. Nesse sentido, pode-se pensar nas preocupações sociais com os/as trabalhadores/as enquanto um valor concretizado e publicizado pela prática vegetariana e conectado ao valor de solidariedade apontado por Portilho *et al* (2011).

Com isso, o consumo deixa de ser apenas uma forma de reprodução das estruturas sociais reinantes para se tornar também, e cada vez mais, um instrumento e uma estratégia de ação política que incorpora valores como solidariedade e responsabilidade socioambiental (*Idem*, p. 101).

Sobre o trabalho nos grande açougues de carne, Joy (2014) realiza um estudo a partir de relatos de diversos trabalhadores/as desses locais, apresentando os impactos dessa indústria para além dos animais e ressaltando tanto os riscos operacionais quanto a exposição à uma série de doenças enfrentadas por tais trabalhadores/as. A preocupação social no sentido de solidariedade, portanto, extrapola a dimensão dos animais para se relacionar aos seres humanos inseridos diretamente nessa indústria, como ficou evidente na fala de Camila. Ainda com relação à preocupação social com os/as trabalhadores/as no sentido de um valor de solidariedade, Samantha aponta também para a existência de trabalho escravo no interior da indústria da carne enquanto um elemento percebido após pesquisas sobre o tema.

Então, depois que eu virei vegetariana né, eu fui procurar mais sobre essas coisas, porque aí você acaba lendo um monte de coisa, aí sempre tem umas referências e tals. E aí no início eu via aqueles posts mesmo, em grupo do Facebook, num sei o quê, esse pessoal do FALA aqui de Brasília postando várias coisas e eu fui mais atrás. Aí eu cheguei a ver documentário, ler notícia, ver posts, que aí tinha falando da questão da agropecuária, do desmatamento, a questão que impede a reforma agrária, porque o pessoal quer ter um monte de terra pra plantação de soja, essas coisas. E aí depois disso ainda fui mais além, porque eu fui procurando outras coisas, que era a *questão de trabalho escravo*, tudo isso que envolve a indústria... que a indústria da carne é o que movimenta tudo isso né (*Samantha, ovolactovegetariana em transição para o veganismo, ênfase da pesquisadora*).

Para além da questão dos/as trabalhadores/as, tal preocupação social também está relacionada, de acordo com Rafaela, à privação do acesso à alimentação devido à extensão dos recursos utilizados pela indústria de exploração dos animais, os quais poderiam ser investidos na produção de bens alimentícios para outras pessoas.

Porque com esse tipo de exploração dos animais acaba que tira o recurso que podia estar alimentando outras pessoas, e isso pra mim também faz muita diferença... Que essas pessoas, além de estarem sendo privadas de receber certos alimentos, elas não têm muito conhecimento sobre os alimentos que elas estão comendo. E aí muita gente tem no imaginário que se você parar de comer carne você vai ficar doente, mas às vezes as outras coisas que você come são mais importantes pra você não ficar doente, mas elas acabam não podendo fazer isso tanto por informação quanto por tempo né... Porque no mercado muitas vezes o que a gente vê de enlatado essas coisas, a maior parte tem derivado de animal então é muito mais fácil pra elas chegar lá e consumir aquilo. Não faz bem pra elas e alimenta essa indústria que também... Não está ajudando ninguém (*Rafaela, vegana*).

Nesse sentido, as preocupações que orientam o não-financiamento da produção e consumo de produtos de origem animal não se relacionam, especificamente, à tentativa de resolução de tais problemas, mas sim como um mecanismo de não contribuir individualmente. Tanto Silvia quanto Gabriela reconhecem as limitações inerentes de suas próprias abstenções para provocar transformações sociais, apesar de ambas orientarem suas práticas, no caso o boicote, a partir de projetos políticos e econômicos mais amplos.

É, então, o boicote é uma forma de estratégia política né, que já é usada há muito tempo por muitas pessoas... Eu acho que nesse caso, quando a gente toma consciência do que é a indústria da carne, a indústria alimentícia agropecuária e o que que ela faz com o planeta, com os animais e com a gente também. [...] Eu acho que é uma questão de tomada de consciência somada ao que você pode fazer pra diminuir, sei lá, as consequências daquilo ou simplesmente pra você não colaborar com aquilo, que também é uma questão de consciência própria porque muita gente fala “ah mas você acha que você parando de comer [carne] vai fazer alguma cosquinha na indústria da carne e tal?”. E não é uma questão disso, é uma questão de: eu não tenho nada a ver com isso porque eu tô fazendo a minha parte, eu sei o que tá acontecendo e eu não posso continuar contribuindo para que isso continue acontecendo (*Silvia, vegetariana estrita em transição para o veganismo*).

É uma frase que pra mim resume muito como eu penso o veganismo [...]. Que é tipo “*Eu não sou vegana porque eu acredito que o boicote individual vá quebrar empresa alguma*” porque tipo assim “uau, eu parei de comer carne, posso ficar literalmente uma vida inteira sendo vegana e eu não fiz nem cócegas na Friboi assim”. Inclusive que essa galera é muito poderosa né? Em todos os sentidos. [...] Inclusive porque, justamente, eu não acho que uma pessoa que está comendo queijo no pão dela é a responsável direta por todas as vacas que morrem (*Gabriela, vegana, ênfase da pesquisadora*).

Nesse sentido, para os/as estudantes vegetarianos/as entrevistados/as, leva-se em consideração, além da mera escolha mercantil dos alimentos, o sistema de produção alimentar dos animais como um todo, denominado enquanto *indústria da carne*. Mais especificamente, os/as entrevistados/as apontam para os impactos insustentáveis da produção de produtos cárneos, considerando sua abstenção enquanto uma atitude em oposição a esta forma de consumo. Cabe ressaltar, portanto, a especificidade dos mecanismos de produção de animais no contexto atual, especialmente o aspecto de *larga escala* que fundamenta as afirmativas dos/as vegetarianos/as sobre a insustentabilidade dessa forma de produção. As entrevistas realizadas também apontam para esse traço contracultural relacionado ao consumo, nas falas tanto de veganos/as quanto de ovolactovegetarianos/as e vegetarianos/as estritos/as. Em outras palavras, foi possível perceber que mesmo não se abstendo da utilização de outros produtos de origem animal, os/as vegetarianos/as apontaram para a transformação alimentar como uma oposição cultural ao consumo em massa, categorizado enquanto insustentável.

Precisa-se [...] que o consumo seja feito de uma maneira responsável, e que não seja destruído metade do planeta só pra ser produzidas coisas que vão ser vendidas em larga escala (*Yara, ovolactovegetariana*).

[...] Eu flerto muito com o decrescimentismo... então eu sou muito da opinião de que a gente tem que tratar as coisas de acordo com as capacidades dela, incluindo o solo, os recursos naturais. E é muito antinatural a indústria agropecuária assim (*Beatriz, vegetariana estrita*).

No mais, sei lá, foi o que eu falei, eu realmente penso que tipo, talvez se não existissem essas produções em *larga escala*, talvez reduziria mesmo essa... É, não afetaria tanto o meio ambiente. [...] Se eles [animais] nascessem, se eles só ficassem pra viver a vida deles mesmo sabe, acho que não teria necessidade de ficar produzindo nessa grande escala e não afetaria tanto o meio ambiente... (*Amanda, ovolactovegetariana, realce e comentário da pesquisadora*).

Adams (2018, pp. 128-129) discorre sobre os diferentes estágios do consumo da proteína animal e outros derivados pelos seres humanos, desde o período de pouca carne consumida, passando pelo desenvolvimento da caça e da posterior domesticação dos animais, até chegar no período pós-Segunda Guerra do aprisionamento desses seres não-humanos. A autora afirma, nesse sentido, que tal processo de encarceramento dos animais nas fábricas, aliado à crescente industrialização, caracteriza o quarto estágio do

consumo fundamentado nas *indústrias* de carne, ovos e laticíneos e no maior índice per capita de consumo desses produtos.

De acordo com as entrevistas, foi possível perceber a preocupação dos/as vegetarianos/as quanto à todo o sistema de produção alimentar dos em larga escala, incluindo reflexões sobre as necessidades nutricionais, os impactos ambientais e a relação com animais não-humanos. Além disso, ao se absterem do consumo de produtos de origem animal devido à conscientização acerca dos elementos que envolvem a *indústria* da carne, as entrevistadas apontam para a politização de suas práticas de acordo com um projeto político e econômico específico: o anticapitalismo. Principalmente Silvia e Samantha, entrevistadas ou veganas ou num momento de transição para o veganismo, referiram-se especificamente à suas práticas alimentares alinhadas a uma militância anticapitalista, opondo-se à exploração humana dita característica desse sistema. Mais especificamente, Silvia utiliza-se do boicote enquanto estratégia anticapitalista na medida em que sua atuação política reconhece a exploração humana e animal nessa indústria. Já Samantha ressalta o aspecto da destruição ambiental do capitalismo e das consequências negativas da indústria na vida das pessoas, principalmente dos militantes.

Eu sou anticapitalista, e basicamente eu não como carne pelo mesmo motivo que eu não compro na Zara ou na Riachuelo, pelo mesmo motivo que eu não fumo maconha e não vejo pornografia. É o boicote, exatamente isso. O boicote é uma estratégia pra que diminua a quantidade de pessoas que consomem essas coisas que vivem da exploração de animais e de pessoas, no sentido de que a demanda por essas coisas diminua e aí essas indústrias percem público e tal [...] Pela questão da coerência política, não dá pra eu saber que a exploração de vidas humanas e animais acontece nessas indústrias, me posicionar contra e não fazer nada. [...] Mas quando eu digo pras pessoas que é uma questão de responsabilidade política eu estou falando com pessoas classe média, pessoas que têm condição de fazer alguma coisa. *(Silvia, vegetariana estrita).*

[...] Pra mim, a indústria da carne é, assim, é uma parada que tá muito errada, assim, e pra mim é assassinato sacou? E que... é, por ganância, tipo, é uma indústria que movimenta muito dinheiro, e essa ganância assim... Porque pra mim falar de veganismo e vegetarianismo sem falar da luta contra o capital, tipo, é impossível. Então, pra mim é uma coisa que tem muito a ver, e a gente sabe que a ganância do homem, que o sistema, ele destrói o planeta Terra. [...] Porque uma das militantes da agricultura familiar no Estado do Mato Grosso foi assassinada, ela e o marido dela, e eram duas pessoas que ajudaram a escrever o livro que a gente está lançando. Então assim, é pra gente ver o poder que esse pessoal, que essa galera da indústria da carne tem, que é uma indústria que movimenta assim, rios de dinheiro sabe, que mata, que explora, e que ainda consegue destruir quem tá tentando fazer o... Sabe, quem tem uma horta ali, uma plantação no quintal sabe? *(Samantha, ovolactovegetariana em transição ao veganismo).*

O apontamento das explorações humana e animal, no sentido de preocupação social, fundamenta a conexão estabelecida pelas vegetarianas de sua prática alimentar

com o anticapitalismo. A abstenção do consumo de produtos de origem animal torna-se, portanto, um mecanismo político de oposição ao sistema capitalista no sentido da politização do consumo, trazendo as responsabilidades políticas para a esfera da vida privada, das ações cotidianas. Porém, Silvia, vegetariana estrita em transição para o veganismo, aponta para dois elementos mais específicos com relação à exploração humana do capitalismo: o gênero e a classe. Nesse sentido, discorre sobre como sua prática vegetariana desenvolveu-se a partir do feminismo<sup>17</sup> e como a questão de classe é central em sua atuação política pelo vegetarianismo.

Então, antes de eu pensar na questão da indústria da carne e da exploração animal, eu já era feminista, que foi quando eu comecei a pensar sobre a questão da exploração humana e em seguida pensar na questão de classe, das vidas periféricas. A questão da carne, não é que influencie diretamente na questão das vidas das pessoas pobres, eu acho que é mais uma questão da indústria alimentícia como um todo, que acaba deixando só o que há de pior qualidade pra quem não tem dinheiro pra comer. Nesse ponto, as duas coisas que me fizeram pensar em parar de comer carne foram: a questão da oferta e da procura, porque muita gente usa o fato de que pras pessoas pobres... que comer carne é um luxo pras pessoas pobres como um argumento pra não parar de comer carne. Tipo, “Ah, porque pobre agora que tá podendo começar a comer carne, e a vida inteira não podia ter um bife no prato, então não faz sentido eu ser vegetariano porque é elitista, e num sei o quê”. Só que isso é uma falácia né? Nós, da classe média que temos condições de ter uma alimentação sem carne e decente, que isso não faça falta nutricionalmente no nosso prato, que devemos fazer alguma coisa então, porque ai até entra nesse lance da oferta e da procura que eu disse, que pelo menos uma carne de boa qualidade vá pro prato de uma pessoa periférica e não salsicha. Em segundo lugar, pensar que a indústria da carne é apenas um dos tentáculos do capitalismo que também explora as pessoas, é a mesma indústria que explora pessoas (*Silvia, vegetariana estrita*).

A partir da argumentação de Silvia, pode-se perceber a complexidade das dimensões que envolvem a prática vegetariana, também na direção de uma atuação política a partir de ações da vida privada, como a alimentação. Em suma, apesar de não se relacionarem diretamente ou a uma razão inicial ou a justificativas incorporadas durante a trajetória vegetariana, é importante atentar para a conscientização e politização do consumo nessa prática a fim de ressaltar essas dinâmicas mais amplas que caracterizam o vegetarianismo enquanto um posicionamento na sociedade. Assim, pode-se pensar nesse estilo de vida e alimentar enquanto prática contra-hegemônica, no sentido de se contrapor tanto a preceitos culturais (necessidade nutricional e relação utilitária dos seres humanos com a natureza, incluindo as plantas e os animais) quanto à

---

<sup>17</sup> Pode-se pensar em trabalhos centrais para a conexão entre a exploração animal e o especismo, como Adams (2018) em sua teoria feminista-vegetariana, na medida em que elabora o conceito de referente ausente para referir-se aos processos de invisibilização das mulheres e também dos animais (no caso da comida). Porém, Silvia não discorreu sobre essa conexão, então priorizou-se por não explicitar profundamente essa questão.

exploração humana e animal consequente do sistema capitalista.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Por meio das narrativas dos/as estudantes vegetarianos/as da UnB, pode-se perceber de forma mais aprofundada como esses sujeitos atribuem sentido às justificativas em prol da adoção dessa prática alimentar. Nesse sentido, para os propósitos do presente trabalho, foram priorizadas as argumentações dos/as próprios/as entrevistados/as acerca de suas práticas, apesar da relativa aproximação de suas justificativas com os pressupostos teóricos do vegetarianismo (e do veganismo) e dos movimentos em prol da preservação ambiental.

Em consonância com o enquadramento ético-saúde (Fox e Ward, 2008; Hoffman *et al*, 2013; Radnitz *et al*, 2015; Roselfeld e Burrow, 2017), as razões apresentadas de forma majoritária pelos/as entrevistados estavam relacionadas, especificamente, às causas animal e ambiental e às preocupações com a saúde. Mais ainda, foi possível perceber que a maioria dos/as estudantes entrevistados/as apontaram a questão animal como razão inicial para a adoção do vegetarianismo. Apesar das aproximações entre as justificativas inseridas em cada uma dessas categorias, foram feitas subdivisões com relação os tipos de razões apontados, de acordo com as descrições de Roselfeld e Burrow (2017). No caso da causa animal, foi possível distinguir entre motivações e aversões, nos sentidos da defesa da libertação animal e da rejeição dos produtos cárneos, respectivamente. Tais aversões referem-se, principalmente no caso das carnes, aos sentimentos tanto de repulsa quanto de compaixão com relação ao abate de animais. Já no caso da preocupação com a saúde, foi possível distinguir dois grupos de vegetarianos/as: aqueles/as que relatavam algum problema de saúde, principalmente de digestão, e aqueles/as que buscavam um estilo de vida mais saudável através do vegetarianismo. Nesse sentido, tal categoria apresentou razões relacionadas, respectivamente, a constrangimentos e motivações. Com relação à causa ambiental, apesar de ter sido apresentada enquanto motivação inicial para a adoção do vegetarianismo, a maioria dos/as entrevistados/as apontou para sua incorporação durante a trajetória nessa prática alimentar.

As escolhas alimentares que fundamentam a opção pelo vegetarianismo foram entendidas, a partir da argumentação de Poulain e Proença (2003), enquanto espaços de liberdade com relação às influências culturais na alimentação. Dessa forma, as três razões majoritárias, de acordo com as falas dos/as entrevistados/as, também revelam uma dimensão de oposição cultural a certos preceitos, como as formas de relação do ser

humano tanto com os animais quanto com a natureza vegetal e as percepções sobre saúde e produtos de origem animal. Nesse sentido, os sentidos atribuídos pelos/as vegetarianos/as entrevistados/as conectam, especificamente, as razões citadas enquanto justificativas com formas de oposição cultural aos preceitos apontados acima.

Cabe ressaltar, além disso, a centralidade da dinâmica do consumo nessa prática alimentar, na medida em que os/as entrevistados/as relatam tal oposição cultural a uma forma de consumo contracultural, decorrente da conscientização da influência cultural. Associada ao consumo consciente, a dimensão de sua politização também pode ser percebida nas entrevistas, no sentido da abstenção de produtos de origem animal, principalmente na prática vegana, enquanto formas de não-financiamento ou não-contribuição para as indústrias da carne. Em certos casos, tal politização direciona-se à uma oposição política específica ao sistema capitalista, conectando-o diretamente à exploração tanto humana quanto animal. Assim, de forma geral, o presente trabalho ressaltou a centralidade dos sentidos atribuídos individualmente às dinâmicas que envolvem os produtos de origem animal para pensar as significações da prática vegetariana enquanto escolha e mudança alimentar.

## Referências bibliográficas

- ABONIZIO, J. Conflitos a mesa: vegetarianos, consumo e identidade. *Ciências Sociais Unisinos*. São Leopoldo, v. 49, n. 2, 2013.
- ABONIZIO, J. Consumo alimentar e anticonsumismo: veganos e freeganos. *Revista Brasileira de Ciências Sociais*. São Paulo: v. 31, n. 90, 2016.
- ADAMS, C. **A política sexual da carne: uma teoria feminista-vegetariana**. São Paulo: Alaúde Editorial, 2018.
- ALMEIDA, L. *“Nem peixe”*: práticas e relações sociais na culinária vegana. Monografia em Sociologia. Brasília: UnB, 2014.
- ALONSO, A.; COSTA, V. Ciências Sociais e Meio Ambiente no Brasil: um balanço bibliográfico. *Revista Brasileira de Informações Bibliográficas em Ciências Sociais*. São Paulo: n. 53, pp. 35-78, 2002.
- ARAÚJO, H. *et al.* Aspectos econômicos da produção de bovinos de corte. *Pesq. Agropec. Trop. Goiânia*, v. 42, n. 1, 2012.
- AZEVEDO, E. Alimentação, sociedade e cultura: temas contemporâneos. *Sociologias*. Porto Alegre: n. 44, pp. 276-307, 2017.
- AZEVEDO, E. Liberem a dieta. *Demetra*. Rio de Janeiro: v. 10, n. 3, pp. 717-727, 2015.
- AZEVEDO, E. Vegetarianismo. *Demetra*. Rio de Janeiro: v. 8, pp. 275-288, 2013.
- BARBOSA, L.; DRUMMOND, J. Os direitos da natureza numa sociedade relacional: reflexões sobre uma nova ética ambiental. *Estudos Históricos*, v. 7, n. 14. Rio de Janeiro, 1994.
- BARROS, G. *et al.* Representações sociais do consumo da carne em Belo Horizonte. *Physis: Revista de Saúde Coletiva*. Rio de Janeiro: v. 22, pp. 365-383, 2012.
- BEARDSWORTH, A.; KEIL, T. **Sociology of the menu: an invitation to the study of food and society**. Londres e Nova Iorque: Routledge, 2002.
- BEARDSWORTH, A.; KEIL, T. **The vegetarian option: varieties, conversions, motives and careers**. Oxford: The Sociological Review, 1992.
- BELASCO, W. Food matters: perspectives on an emerging field. In: BELASCO, W.; SCRANTON, P. (eds.) *Food Nations: Selling Taste in Consumer Societies*. Nova Iorque: Routledge, pp. 2-23, 2002.
- BISOONI, C. *et al.* Who we are and how we eat: A qualitative study of identities in food choice. *Journal of Nutrition Education and Behavior*, v. 34, pp. 128–139, 2002.

BLUMER, H. Sociedade como Interação Simbólica. Tradução de Raoni Borges Barbosa. Revista Brasileira de Sociologia da Emoção [online]. V. 16, n. 46, 2017, p. 14-22.

BLEIL, S. O padrão alimentar ocidental: considerações sobre a mudança de hábitos no Brasil. Cadernos de Debate. São Paulo: vol. IV, 1998.

BOER, J. *et al.* Help the climate, change your diet: A cross-sectional study on how to involve consumers in a transition to a low carbon society. *Appetite*, v. 98, pp. 19-27, 2015.

BRASIL. Ministério da Ciência, Tecnologia, Inovações e Comunicações -MCTIC. Estimativas anuais de emissão de Gases do Efeito Estufa no Brasil. 2017. Disponível em: <sirene.mcti.gov.br/publicacoes>. Acesso em: 22/06/2018.

BRIDI, A. Consumo de carne bovina e saúde humana: convergências e divergências. In: OLIVEIRA, R.; BARBOSA, M. (Org.) *Bovinocultura de corte desafios e tecnologia*. 1ed. Salvador: EDUFBA, p. 221-234, 2014.

CARNEIRO, M. *A comunicação de massa e os direitos dos animais: uma nova perspectiva de consideração moral e ambientalismo*. Trabalho de conclusão de curso em Jornalismo. Goiânia: UFG, 2008.

CARVALHO, V. *et al.* Interacionismo Simbólico: Origens, Pressupostos e Contribuições aos Estudos em Psicologia Social. *Psicologia: Ciência e Profissão*. Brasília: v. 30, pp. 146-151, 2010.

CHALFUN, M. Paradigmas filosóficos-ambientais e o direito dos animais. *Revista Brasileira de Direito Animal*. Salvador: EDUFBA, v. 5, n. 6, 2010.

COLLAÇO, J.; MENASCHE, R. Comer contemporâneo: e não é que comida continua boa para pensar? *Sociedade e Cultura*. Goiânia: v. 18, n. 1, 2015.

DA MATTA, R. **O que faz o Brasil, Brasil?** Rio de Janeiro: Rocco, 1986.

DELESSIO-PARSON, A. *Vegetarianism in a meat landscape: A case study of vegetarians in La Plata, Argentina*. Dissertação de Mestrado em Ciências. Pensilvânia: Universidade Estadual da Pensilvânia, 2003.

DOUGLAS, M. **Pureza e perigo**. Lisboa: Ed. 70, 1966.

ELIAS, N. **O Processo Civilizador: uma história dos costumes**. 1ed. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 1994.

FERRIGNO, M. *Veganismo e libertação animal: um estudo etnográfico*. Dissertação de Mestrado em Antropologia Social. Campinas: Unicamp, 2012.

FLANDRIN E MONTANARI. **História da alimentação**. São Paulo: Estação liberdade, 1998.

FOOD AND AGRICULTURE ORGANIZATION OF THE UNITED NATIONS (FAO). Food outlook: global market analysis, 2018.

FOX, N.; WARD, K. Health, ethics and environment: A qualitative study of vegetarian motivation. *Appetite*, v. 50, pp. 422-429, 2008.

FRASER, G. Vegetarian diets: what do we know of their effects on common chronic diseases? *Am J Clin Nutr. Estados Unidos*: v. 89, 2009.

GIDDENS, A. **As transformações da intimidade: Sexualidade, amor e erotismo nas sociedades modernas**. São Paulo: Editora Unesp, 1993.

HARRIS, M. **Vacas, porcos, guerras e bruxas: os enigmas da cultura**. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 1978.

HOFFMAN, S. *et al.* Differences between health and ethical vegetarians. Strength of conviction, nutrition knowledge, dietary restriction, and duration of adherence. *Appetite*, v. 65, pp. 139-144, 2013.

JOY, M. **Por que amamos cachorros, comemos porcos e vestimos vacas? Uma introdução ao carnismo**. São Paulo: Cultrix, 2014.

JÚNIOR, F.; FREITAS, E. Suicidas felizes e outros mitos: os implícitos do discurso da indústria da carne para a normatização do consumo e anulação da empatia. *Conhecimento online. Novo Hamburgo*: v. 1, 2018.

KHEEL, M. Vegetarianism. In: MCNEILL, J.; MERCHANT, C. (Orgs.) **Encyclopedia of World Environmental History**. Nova Iorque: Routledge, 2004.

KNOCHE, H. *O planeta no prato: análise dos impactos ambientais do consumo de carnes e derivados*. Monografia em Ciências Econômicas. Florianópolis: UFSC, 2016.

LACEY, Hugh. Crescimento econômico, meio ambiente e sustentabilidade social: a responsabilidade dos cientistas e a questão dos transgênicos. In: DUPAS, G. (ed.) **Tensões entre Meio-ambiente e Crescimento Econômico**. São Paulo: Editora UNESP, 2008.

LEACH, E. Aspectos antropológicos da linguagem: categorias animais e insultos verbais. In: DAMATTA, R. **Edmund Leach: Antropologia**. São Paulo: Ática, 1983.

LEVI-STRAUSS, C. A lição de sabedoria das vacas loucas. *Estudos Avançados. São Paulo*: v. 23, n. 67, 2009.

LIMA, P. *A construção social da alimentação: o vegetarianismo e o veganismo na perspectiva da psicologia histórico-cultural*. Tese de doutorado em Psicologia. Salvador: UFBA, 2018.

LIMA, R.; NETO, J; FARIAS, R. Alimentação, comida e cultura: o exercício da comensalidade. *Demetra. Rio de Janeiro*: v. 10, n. 3, 2015.

LIRA, L. “Eles matam porque você come!”: simbolismo e moral alimentar entre vegetarianos e vegans”. *Revista Brasileira de Sociologia da Emoção* [online]. V. 12, n. 36, 2013.

MACIEL, M. Olhares antropológicos sobre a alimentação: Identidade cultural e alimentação. In CANESQUI, A., and GARCIA, R. (Orgs.) **Antropologia e nutrição: um diálogo possível**. Rio de Janeiro: Editora FIOCRUZ, 2005.

MINTZ, S. Comida e antropologia: uma breve revisão. *Revista Brasileira de Ciências Sociais*. São Paulo: v. 16, n. 47, 2001.

MONTANARI, M. **Comida como cultura**. São Paulo: Editora Senac, 2008.

MONTEIRO, L.; GARCIA, L. Veganismo, feminismo e movimentos sociais no Brasil. Anais eletrônicos do Seminário Internacional Fazendo Gênero 10. Florianópolis, 2013.

NASCIMENTO, J.; SILVA, V. Veganismo: em defesa de uma ética na relação entre humanos e animais. *Revista Eletrônica de Ciências Sociais*. Pernambuco: UFPB, 2012.

NUNES, E. *Vegetarianismo além da dieta: ativismo vegano em São Paulo*. Dissertação de Mestrado em Ciências Sociais. São Paulo: PUC-SP, 2010.

ORTNER, S. Teoria na Antropologia desde os anos 60. *Revista MANA*. Rio de Janeiro: v. 17, n. 2, pp. 419-466, 2011.

PACHECO, S. Interdições alimentares em situações de liminaridade entre os índios Kiriri do sertão da Bahia. *Revista Espaço Ameríndio*. Porto Alegre: n. 2, v. 5, 2011.

PHILLIPS, F. Vegetarian nutrition. *Nutrition Bulletin*. Inglaterra: v. 30, pp. 132–197, 2005.

PIERRELEEVÉE, A. *Dignidade animal: A garantia de proteção animal através da desconstrução de verdades instituídas*. Trabalho de conclusão de curso. São Luís: UFMA, 2015.

PINHEIRO, K. História dos hábitos alimentares ocidentais. *Universitas Ciências da Saúde*, v. 3, n. 1, 2005.

POULAIN, J.; PROENÇA, R. O espaço social alimentar: um instrumento para o estudo dos modelos alimentares. *Rev. Nutr.* [online], vol. 16, n. 3, pp.245-256, 2003.

RADNITZ, C. *et al.* Investigation of lifestyle choices of individuals following a vegan diet for health and ethical reasons. *Appetite*, v. 90, 2015.

REGAN, T. **Jaulas Vazias: Encarando o desafio dos direitos animais**. Porto Alegre: Lugano Editora, 2006.

RIBEIRO, C.; CORÇÃO, M. O consumo de carne no Brasil: entre valores socioculturais e nutricionais. *Demetra*. Rio de Janeiro: v. 8, n. 3, 2013.

RYDER, R. Os animais e os direitos humanos. *Revista Brasileira de Direito Animal*. Salvador: EDUFBA, v. 3, n. 4, 2008.

ROSENFELD, D.; BURROW, A. Vegetarian on purpose: Understanding the motivation of plant-based dieters. *Appetite*, 2017. doi: 10.1016/j.appet.2017.05.039.

SINGER, Peter. **Libertação animal**. São Paulo: Ed. Martins Fontes, 2010.

SCHUCK, C.; RIBEIRO, R. **Comendo o Planeta: Impactos Ambientais da Criação e Consumo de Animais**. 3ª edição. Sociedade Brasileira Vegetariana (SVB), 2015.

TAVOLARO, S. **Movimento Ambientalista e Modernidade: sociabilidade, risco e moral**. 1. ed. São Paulo: Annablume/FAPESP, 2001. 226p.

THE VEGETARIAN SOCIETY. Why it's green to go vegan? Armin and Butler Ltd, 2012. Disponível em < <https://www.vegsoc.org/document.doc?id=166> >. Acesso em 26/11/2018.

TOPORCOV, T. *et al.* Consumo de alimentos de origem animal e câncer de boca e orofaringe. *Revista Panam Salud Publica*, n. 3, v. 32, pp. 185-91, 2012.

TRIGUEIRO, A. Consumo, ética e natureza: o veganismo e as interfaces de uma política de vida. *INTERThesis*, v. 10, n. 1, 2013.

VALLE, E. **Mitos e realidades sobre o consumo de carne bovina**. Campo Grande: Embrapa Gado de Corte, 2000.

VINUTO, J. A amostragem em bola de neve na pesquisa qualitativa: um debate em aberto. *Temáticas*. Campinas: v. 22, n. 44, pp. 203-220, 2014.

SABATÉ, J. The contribution of vegetarian diets to health and disease: a paradigm shift? *Am J Clin Nutr*, v. 78, 2003.

SABATÉ, J. **Vegetarian nutrition**. Boca Raton: CRC Press, 2001.