

UNIVERSIDADE FEDERAL DE GOIÁS
FACULDADE DE EDUCAÇÃO
CURSO DE PEDAGOGIA

MYRLAINE ANDRESSA DA SILVA CARVALHO

**COMO A ALIMENTAÇÃO INTERFERE NAS RELAÇÕES HUMANAS:
APRENDENDO A RESPEITAR A DIVERSIDADE ALIMENTAR COM FOCO NO
VEGETARIANISMO**

Goiânia

2023



UNIVERSIDADE FEDERAL DE
GOIÁS FACULDADE DE
EDUCAÇÃO

TERMO DE CIÊNCIA E DE AUTORIZAÇÃO PARA DISPONIBILIZAR VERSÕES ELETRÔNICAS DE TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO DE GRADUAÇÃO NO REPOSITÓRIO INSTITUCIONAL DA UFG

Na qualidade de titular dos direitos de autor, autorizo a Universidade Federal de Goiás (UFG) a disponibilizar, gratuitamente, por meio do Repositório Institucional (RI/UFG), regulamentado pela Resolução CEPEC no 1240/2014, sem ressarcimento dos direitos autorais, de acordo com a Lei no 9.610/98, o documento conforme permissões assinaladas abaixo, para fins de leitura, impressão e/ou download, a título de divulgação da produção científica brasileira, a partir desta data.

O conteúdo dos Trabalhos de Conclusão dos Cursos de Graduação disponibilizado no RI/UFG é de responsabilidade exclusiva dos autores. Ao encaminhar(em) o produto final, o(s) autor(a)(es)(as) e o(a) orientador(a) firmam o compromisso de que o trabalho não contém nenhuma violação de quaisquer direitos autorais ou outro direito de terceiros.

1. Identificação do Trabalho de Conclusão de Curso de Graduação (TCCG)

Nome completo da autora: **Myrlaine Andressa da Silva Carvalho**

Título do trabalho: "Como a alimentação interfere nas relações humanas: aprendendo a respeitar a diversidade alimentar com foco no vegetarianismo"

2. Informações de acesso ao documento (este campo deve ser preenchido pelo orientador) Concorda com a liberação total do documento [X] SIM [] NÃO¹

[1] Neste caso o documento será embargado por até um ano a partir da data de defesa. Após esse período, a possível disponibilização ocorrerá apenas mediante: a) consulta ao(à)(s) autor(a)(es)(as) e ao(à) orientador(a); b) novo Termo de Ciência e de Autorização (TECA) assinado e inserido no arquivo do TCCG. O documento não será disponibilizado durante o período de embargo.

Casos de embargo:

- Solicitação de registro de patente;
- Submissão de artigo em revista científica;
- Publicação como capítulo de livro.

Obs.: Este termo deve ser assinado no SEI pelo orientador e pelo autor.



Documento assinado eletronicamente por **Cynthia Leticia De Carvalho Roversi Genovese, Professora do Magistério Superior**, em 04/03/2023, às 16:55, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no § 3º do art. 4º do [Decreto nº 10.543, de 13 de novembro de 2020](#).



Documento assinado eletronicamente por **Myrlaine Andressa Da Silva Carvalho, Discente**, em 08/03/2023, às 08:07, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no § 3º do art. 4º do [Decreto nº 10.543, de 13 de novembro de 2020](#).



A autenticidade deste documento pode ser conferida no site
https://sei.ufg.br/sei/controlador_externo.php?acao=documento_conferir&id_orgao_acesso_externo=0, informando o código verificador **3570267** eo código CRC **478C437D**.

Referência: Processo nº 23070.026384/2021-03

SEI nº 3570267

MYRLAINE ANDRESSA DA SILVA CARVALHO

**COMO A ALIMENTAÇÃO INTERFERE NAS RELAÇÕES HUMANAS:
APRENDENDO A RESPEITAR A DIVERSIDADE ALIMENTAR COM FOCO NO
VEGETARIANISMO**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Licenciatura em Pedagogia, da Faculdade de Educação, da Universidade Federal de Goiás, como parte dos requisitos para obtenção do título de Licenciada em Pedagogia.

Área de Concentração: Ciências da Natureza
Orientadora: Prof^ª. Dr^ª. Cinthia Letícia de Carvalho Roversi Genovese

Goiânia
2023

Ficha de identificação da obra elaborada pelo autor, através do Programa de Geração Automática do Sistema de Bibliotecas da UFG.

Silva Carvalho, Myrlaine Andressa da
COMO A ALIMENTAÇÃO INTERFERE NAS RELAÇÕES
HUMANAS[manuscrito] : APRENDENDO A RESPEITAR A
DIVERSIDADE ALIMENTAR COM FOCO NO
VEGETARIANISMO / Myrlaine
Andressa da Silva Carvalho. - 2023.
XXX, 30 f.

Orientador: Prof. Cinthia Letícia de Carvalho Roversi
Genovese.Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) -
Universidade
Federal de Goiás, Faculdade de Educação (FE),
Pedagogia, Goiânia, 2023.

Bibliografia

.

Inclui
gráfico



UNIVERSIDADE FEDERAL DE GOIÁS
FACULDADE DE EDUCAÇÃO

ATA DE DEFESA DE TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO

Aos dois dias do mês de março do ano de 2023 iniciou-se a sessão pública de defesa do Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) intitulado “Como a alimentação interfere nas relações humanas: aprendendo a respeitar a diversidade alimentar com foco no vegetarianismo”, de autoria de **Myrlaine Andressa da Silva Carvalho**, do curso de Pedagogia, da Faculdade de Educação da UFG. Os trabalhos foram instalados pela Doutora Cinthia Leticia de Carvalho Roversi Genovese - Orientadora (Faculdade de Educação/UFG) com a participação dos demais membros da Banca Examinadora: Professora Gyselle Nascente de Oliveira (Mestranda pelo Programa de Pós-Graduação em Educação em Ciências e Matemática/UFG). Após a apresentação, a banca examinadora realizou a arguição da estudante. Posteriormente, de forma reservada, a Banca Examinadora atribuiu a nota final de dez (10,0), tendo sido o TCC considerado aprovado.

Proclamados os resultados, os trabalhos foram encerrados e, para constar, lavrou-se a presente ata que segue assinada pelos Membros da Banca

Examinadora.



Documento assinado eletronicamente por **Cinthia Leticia De Carvalho Roversi Genovese, Professor do Magistério Superior**, em 04/03/2023, às 16:52, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no § 3º do art. 4º do [Decreto nº 10.543, de 13 de novembro de 2020](#).



Documento assinado eletronicamente por **Gyselle Nascente De Oliveira, Usuário Externo**, em 06/03/2023, às 10:51, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no § 3º do art. 4º do [Decreto nº 10.543, de 13 de](#)

[novembro de 2020](#).



A autenticidade deste documento pode ser conferida no site https://sei.ufg.br/sei/controlador_externo.php?acao=documento_conferir&id_orgao_acesso_externo=0, informando o código verificador **3570263** e o código CRC **04B05BAF**.

Referência: Processo nº 23070.026384/2021-03

SEI nº 3570263

Resumo

Neste presente trabalho intitulado “Como a alimentação interfere nas relações humanas Aprendendo a respeitar a diversidade alimentar com foco no vegetarianismo”, busca-se compreender como a relação entre pessoas vegetarianas e não vegetarianas se dá em sociedade, para isso foram utilizados materiais que ajudam a compreender melhor sobre essa questão. Entre os materiais utilizados estão presentes no corpo do trabalho obras como: A Anarquia e os animais” (2010), de Reclus; Libertação animal (2013), de Singer; além desses dois livros utilizou-se também alguns artigos, são eles: Conflitos à mesa (2026) de Abonizio; Por um ensino de ciências biológicas vegano (2018) de Campos; A formação do indivíduo nas relações sociais: contribuições de Lev Vigotski e Pierre Janet (2000) de Góes. Para melhor entendimento do que de fato acontece na relação entre pessoas que possuem uma opção alimentar diferente daquilo que é tido como comum em uma sociedade, foi realizado um questionário com pessoas que não fazem o uso de carne em sua alimentação para entender melhor como é pertencer a um grupo que minoritário em relação às pessoas que comem carne, nesse questionário foram convidadas sete pessoas, no entanto, apenas seis participantes aceitaram participar. Apesar de em alguns momentos abordar-se algumas questões sobre a relação com veganos, o trabalho tem como objetivo principal abordar os vegetarianos, pois, veganos e vegetarianos, embora na maioria das vezes não consumirem carne, deve-se considerar que ambos pertencem à categorias diferentes e possuem suas especificidades, ou seja, veganismo e vegetarianismo são duas coisas diferentes uma da outra e isso precisa ficar claro para que não haja confusão em compreender a diferença de cada um. Além de todas essas questões voltadas para a relação entre indivíduos pode-se compreender, a partir dos materiais utilizados, o que está por trás da decisão em se tornar vegetariano, estão envolvidos vários fatores que influenciam as pessoas a pararem de consumir carne, fatores esses como questão ambiental, moral, amor à vida dos animais, saúde etc. E dessa forma compreende-se melhor a decisão de cada um e entende-se que as diversidades alimentares existem e precisam ser respeitadas. A partir do questionário realizado pôde-se obter um resultado muito positivo em relação à coleta de informações que foram enriquecedoras para a discussão do tema abordado.

Palavras-chave: vegetarianismo, diversidade alimentar, relação entre vegetarianos e não vegetarianos.

Abstract

In this present work entitled “How food interferes in human relationships Learning to respect food diversity with a focus on vegetarianism”, we seek to understand how the relationship between vegetarian and non-vegetarian people occurs in society, for this purpose, materials that help to better understand this issue. Among the materials used are works such as: “The Anarchy and the Animals” (2010), by Reclus; “Animal Liberation” (2013), by Singer; in addition to these two books, some articles were also used, they are: “Conflicts at the table” (2026) by Abonizio; “For a vegan teaching of biological sciences” (2018) de Campos; “The formation of the individual in social relations: contributions from Lev vigotski and Pierre Janet”(2000) de Góes. For a better understanding of what actually happens in the relationship between people who have a different food option than what is common in society, a questionnaire was carried out with people who do not use meat in their diet to better understand what it is like to belong to a group that is a minority in relation to people who eat meat, in this questionnaire seven people were invited, however, only six participants agreed to participate. Although at times some questions are addressed about the relationship with vegans, the main objective of the work is to address vegetarians, since vegans and vegetarians, although most of the time they do not consume meat, it must be considered that both belong to the categories different and have their specificities, that is, veganism and vegetarianism are two different things from each other and this needs to be clear so that there is no confusion in understanding the difference between each one. In addition to all these issues related to the relationship between individuals, it is possible to understand, from the materials used, what is behind the decision to become a vegetarian, several factors are involved that influence people to stop consuming meat, factors that such as environmental issues, morals, love of animal life, health, etc. And in this way, the decision of each one is better understood and it is understood that dietary diversities exist and need to be respected. From the questionnaire carried out, it was possible to obtain a very positive result in relation to the collection of information that was enriching for the discussion of the approached theme.

Keywords: vegetarianism, food diversity, relationship between vegetarians and non-vegetarians.

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO.....	8
1.2 OBJETIVOS.....	9
1.2.1 Objetivo Geral.....	9
1.2.2 Objetivos Específicos.....	9
2 ALIMENTAÇÃO VEGETARIANA.....	10
2.1 A RELAÇÃO ENTRE VEGETARIANOS E NÃO VEGETARIANOS.....	12
2.2 O QUE É VEGETARIANISMO.....	14
2.2.1 O que leva alguém ser vegetariano.....	15
2.2.1.1 Amor aos animais.....	15
2.2.1.2 O meio ambiente.....	15
2.2.1.3 Saúde.....	16
2.3 POSSÍVEIS CAMINHOS PARA DEMONSTRAR RESPEITO AOS VEGETARIANOS E VEGANOS.....	16
3 PERCURSO METODOLÓGICO.....	18
4 ANÁLISE DE DADOS.....	20
CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	28
REFERÊNCIAS.....	29

1 INTRODUÇÃO

Este trabalho busca dialogar com as diferentes comunidades alimentares que existem atualmente, ou seja, o que é relevante, pois se trata de algo que se passa na sociedade. Além disso, esse projeto traz contribuições para uma formação mais integral no que diz respeito a conhecer mais sobre a alimentação vegetariana e envolve saberes de Ciências da Natureza e Ciências Sociais.

A pesquisa pretende refletir sobre como a diversidade alimentar interfere nas relações humanas, nesse aspecto o trabalho tem caráter científico, pois se trata de um trabalho acadêmico, e por se tratar de um texto científico, este por sua vez, por meio de pesquisas buscará contribuir com a comunidade os saberes a que pretende.

Em meio a tantos temas interessantes e importantes para ser abordado em um TCC decidi escolher o tema da alimentação vegetariana, por ser algo que me chama a atenção e me desperta um grande interesse em aprender cada vez mais sobre o assunto, e também quero deixar este trabalho como contribuição para o saber da sociedade de maneira geral, pois este é um tema que pode ser discutido em vários aspectos da sociedade, seja no aspecto educacional, seja no aspecto cotidiano da vida em sociedade, enfim em várias instâncias.

Além disso, uma das principais razões pelas quais escolhi esse tema é o fato de que é algo que se passa na minha vida e no meu dia a dia, pois sou vegetariana e como tal, posso dizer que uma das grandes dificuldades é lidar com opiniões opostas. Acredito que muitas pessoas vegetarianas também passam pela mesma situação nas relações em que elas têm com as pessoas que não são vegetarianas.

Essa dificuldade no que diz respeito ao relacionamento com pessoas que não são vegetarianas é algo relatado por muitos vegetarianos e veganos, que se sentem incomodados, frustrados e muitas vezes até mesmo desrespeitados. Infelizmente esses desconfortos sofridos pelas pessoas que são vegetarianas ou veganas às vezes, ou na maioria das vezes, vem de familiares, como por exemplo de pais, mães, avós etc.

No texto *Conflitos à Mesa*, de Juliana Abonizio (2016), é possível encontrar muitos desses relatos vindos de vegetarianos ou de pessoas que um dia foram vegetarianas, é perceptível como de fato existe uma interferência nas relações entre os indivíduos por questões de preferências alimentares.

Por isso neste projeto tentarei discutir sobre a importância do que eu vou chamar de “respeito à diversidade alimentar”. Acredito que este seja um tema que pode contribuir com a sociedade, especialmente no que diz respeito ao ato de se rever os valores que estão presentes

na sociedade em relação às decisões alimentares que cada um possui.

1.2 OBJETIVOS

Os objetivos presentes neste projeto estarão focados principalmente na alimentação vegetariana e tentará compreender como as relações entre os indivíduos de diferentes opções alimentares se relacionam.

1.2.1 Objetivo Geral

Compreender de que modo as diversidades alimentares interferem nas relações dos indivíduos em sociedade.

1.2.2 Objetivos Específicos

- Aprender um pouco mais sobre o que é o vegetarianismo;
- Compreender as razões que levam uma pessoa a se tornar vegetariana;
- Entender como é a relação dos vegetarianos com os que não são vegetarianos
- Entender a importância de se estudar as diversidades alimentares e respeitar a opção alimentar de cada um.

2 ALIMENTAÇÃO VEGETARIANA

Sabendo que nós, enquanto seres humanos, temos a necessidade de nos alimentarmos, cada um busca atender a essa necessidade humana de diferentes maneiras. Essas diversas maneiras de se alimentar englobam aspectos culturais, sociais e políticos. No entanto, de acordo com a sociedade em que se está inserido, um modo de se alimentar predominará sobre outros, como por exemplo o ato de comer carne. No ponto de vista da cultura brasileira, o consumo de carnes é algo visto como normal, comum e na maioria dos casos é visto como algo necessário para a manutenção da alimentação diária.

No entanto, algumas pessoas que possuem uma decisão diferente da que é considerada normal pela maioria da sociedade, tendem a ser vistas como diferentes, fora daquilo que é considerado normal. É o que acontece, por exemplo, com as pessoas que não comem carne por várias razões e valores, como no caso de veganos e vegetarianos. Essa interferência que se tem nas relações entre os indivíduos por diferentes escolhas alimentares é algo que pode ser visto e percebido de modo muito explícito nos relatos em que Juliana Anbonizio traz em seu texto *Conflitos à mesa: vegetarianos, consumo e identidade*, a autora além de trazer relatos de outras pessoas que são vegetarianas, ela expõe que é vegetariana também.

Nos relatos pode-se entender que na sociedade brasileira, o ato de comer carne é algo pertencente à cultura, por isso, os indivíduos cujas opções alimentares não seguem o padrão de alimentação estabelecido pela sociedade, tendem a sofrer com os conflitos que se tem por parte daqueles que não entendem o que está por trás de uma decisão em relação a não se alimentar de modo a usar em seu cardápio a carne. Nesse sentido a autora diz: “[...] A opção pelo vegetarianismo encontra resistência e se sujeita a constrangimentos da vida cotidiana.” (ANBONIZIO, 2016, p.134).

Elise Reclus é outro autor muito interessante que discute o tema do vegetarianismo, ele também se tornou vegetariano após vários traumas que teve durante a sua infância, ao ver cadáveres de animais que foram mortos para fins culinários. Em sua obra *A anarquia e os animais*, Reclus (2010) traz relatos de sua própria história de vida em relação ao ato de ter se tornado vegetariano. É possível compreender que o autor demonstra ao longo de seu texto amor e respeito aos animais e valoriza a vida deles.

Além de trazer em sua obra relatos de sua vida pessoal, Reclus (2010) ainda discute sobre como a relação entre seres humanos e animais se deu ao longo da história. Pode-se

perceber que nessa relação o animal é sempre subjugado e submisso à vontade humana para atender as necessidades dos homens.

Outro livro que traz muitas contribuições para este presente projeto é um livro de Peter Singer intitulado *Libertação Animal*.

Singer (2013) traz em sua obra diversas razões que o levaram a se tornar vegetariano, além disso nesse livro há muitas informações importantes relacionadas ao ato de comer carnes e a relação disso com o meio ambiente, com a natureza, pois o autor traz a associação que há entre o desmatamento e a criação de gados para fins alimentícios, no caso a agropecuária. Em um trecho do livro o autor diz: “[...] é a destruição das florestas a maior de todas as loucuras cometidas em nome da demanda por carne.” (SINGER, 2013, p. 247).

A destruição das florestas que ocorre como fruto da criação de gado para fins alimentícios não só causa o desmatamento como também em consequência tem-se o aumento do efeito estufa no planeta Terra, ou seja, a criação de gado para fim de alimentação causa danos incalculáveis para o meio ambiente, natureza, planeta, e a vida. De acordo com o autor “[...] a destruição das árvores libera carbono na atmosfera na forma de dióxido de carbono.” Sendo assim, “[...] a destruição das matas intensificará o efeito estufa.” (SINGER, 2013, p. 248).

Ao longo do texto, o autor vai discutindo sobre a questão do sofrimento que os animais passam ao serem abatidos para fins alimentícios dos seres humanos. Ele traz também uma discussão sobre como fazer e o que comer para substituição da carne, que costuma ser uma dúvida para as pessoas que decidem se tornar vegetarianas e é uma forma de explicar para as pessoas que comem carne como esse processo de ser vegetariano se dá.

Outro material a ser utilizado no desenvolvimento desse projeto é o artigo *Por um ensino de ciências biológicas vegano*, de Virgínia de Souza Campos (2018). Apesar de esse artigo estar voltado para temática do ensino de ciências biológicas na perspectiva vegana, o texto possui alguns trechos interessantes que falam um pouco sobre o vegetarianismo, principalmente no que diz respeito à saúde dos vegetarianos. A autora, com base em dados de 2012 da Sociedade Vegetariana Brasileira (SVB), deixa de forma muito explícita que as pessoas que são vegetarianas possuem benefícios em relação à saúde, como por exemplo redução de doenças cardiovasculares, redução dos níveis de colesterol, redução da hipertensão arterial, redução de diabetes tipo 2 e redução em alguns tipos de câncer.

Como já foi dito no começo desse projeto, este trabalho buscará envolver estudos relacionados às áreas das ciências da natureza e das ciências sociais. Portanto, será utilizado também para enriquecimento do projeto o artigo intitulado *A formação do indivíduo nas relações sociais: contribuições teóricas de Lev Vigotski e Pierre Janet*, de Maria Cecília Rafael

de Góes (2000). Apesar de o artigo estar voltado para a área da pedagogia, é possível obter contribuições para a discussão desse presente tema, pois a autora discute como a relação do indivíduo se dá em sociedade.

A autora menciona que as relações sociais que os indivíduos possuem entre si “[...] são caracterizadas por tensões e equilíbrios. Estão vinculados tanto à solidariedade quanto à coação”. (GÓES, 2000, p. 119). Esse fato pode ser percebido em várias instâncias da sociedade, pois é possível perceber que essas tensões e coações também existem nas questões alimentares, quando o indivíduo está se constituindo em sua individualidade. Ele está sujeito a sofrer constrangimento, mas também a ser apoiado por outros indivíduos. No caso de quem decide se tornar vegetariano, a pessoa encontra ao longo da vida constrangimentos vindos por parte de pessoas que não são vegetarianas, no entanto, um indivíduo que sofre constrangimento também encontra apoio e solidariedade da parte de outros que também são vegetarianos, provavelmente por terem passado pela mesma situação desagradável.

E nesse sentido, a autora vai dizer que “o homem constrói sua identidade de forma contrária, pois, ao se singularizar, ele é apoiado e constrangido”. (GÓES, 2000, p. 119).

2.1 A RELAÇÃO ENTRE VEGETARIANOS E NÃO VEGETARIANOS

Sabe-se que até hoje tem-se lutado pelo direito de as pessoas serem respeitadas, independentemente de suas escolhas religiosas, sexuais etc. No entanto, é muito comum haver pessoas que tenham resistência em aceitar as escolhas do outro, e respeitar. Para muitos que decidem escolher um estilo de vida que foge do padrão da sociedade, em uma determinada época, é muito provável que estes sofram algum tipo de repressão ao longo de sua vida, apenas por ter uma decisão diferente daquilo que é mais comum para a maioria. Por exemplo, em um país em que a maioria da população adere a uma determinada religião, muitos têm uma certa resistência em aceitar o outro que não pertence ao mesmo grupo religioso.

Infelizmente esse tipo de situação desagradável que muitas pessoas passam por ter uma escolha diferente pode estar relacionada com qualquer instância da vida, até mesmo em relação ao que se decide comer, como é o caso de pessoas veganas e vegetarianas por exemplo, que por terem uma opção alimentar que é diferente do modo alimentar mais comum, estão sujeitas a sofrerem com incompreensão e desrespeitos por parte daqueles que não compreendem o que de fato está por traz da decisão que leva muitas pessoas a se tornarem vegetarianas ou veganas.

É comum ouvir de vegetarianos e veganos algum tipo de relato em que estes se sentiram desconfortáveis ou desrespeitados somente pelo fato de não fazerem o uso de carne em sua alimentação. Além do fato de que em muitas situações cotidianas estes não se identificam com

comidas típicas que são vendidas. Por exemplo, na rua, ao tentar comprar um salgado, é relativamente raro encontrar alguém que faça salgados para atender esse público, pois a maioria dos salgados possui carne em sua composição, e não só salgados, mas também restaurantes que não se atentam para esse público.

Por mais que muitos não se deem conta sobre as relações que se dão entre pessoas que comem carne e pessoas que não comem carne, essa situação é algo que acontece no cotidiano de muitos, é algo que ocorre ao redor da sociedade e que nem sempre é alvo de reflexão ou discussão. Até mesmo entre famílias, a falta de entendimento e compreensão em relação aos que não comem carne dentro de um círculo familiar em que todo o restante consome carnes, essa situação pode causar tensões e conflitos, podendo ocorrer julgamentos, desrespeito e pressões.

Todos precisamos nos alimentar enquanto seres vivos que precisam sobreviver, no entanto, cada um decide fazer isso de diferentes formas em diferentes culturas e épocas, uma das razões pelas quais os conflitos entre familiares é muito comum é o fato de que muitas vezes as refeições estão interligadas com laços afetivos entre os indivíduos, por exemplo, a refeição com carne que uma mãe faz, na expectativa de agradar o outro, por exemplo tentar agradar um filho, este ao se tornar vegetariano já não vai querer comer o prato que foi preparado com amor pela sua mãe.

Nesse caso em que um filho recusa se alimentar da comida preparada por sua mãe, é algo que envolve questões afetivas. De acordo com Abonizio (2016)

Não se trata de recusar qualquer comida, mas a comida de mãe, categoria recheada de afeto e valorizada culturalmente. Além disso, o prato oferecido em dissonância com o gosto do filho pode atuar negativamente em relação à autoridade da mãe que o desconsiderou. (ANBONIZIO, 2016, p.124).

Nesse caso, existem questões de poder também, pois é um filho recusando algo que foi feito pela mãe, figura que possui sobre o filho uma grande autoridade, nesse tipo de situação as tensões entre familiares se tornam um problema no meio familiar, na relação entre os indivíduos.

Não é novidade que as relações entre indivíduos nem sempre é harmoniosa, pois é comum haver atritos entre pessoas, principalmente entre aquelas que possuem ideias ou pontos de vista diferentes um do outro, segundo Góes (2000) em seu texto *A formação do indivíduo nas relações sociais: contribuições teóricas de Lev Vigotski e Pierre Janet*, de Maria Cecília Rafael de Góes. A autora aponta que o homem, ao construir sua individualidade em sociedade, está sujeito a passar por constrangimentos do cotidiano. É possível observar que nesse processo

vai haver pessoas que irão apoiá-lo, mas também haverá pessoas que farão o papel de constrangedoras ao longo da vida, como a autora explica no seguinte trecho:

O homem constrói sua individualidade de forma contraditória, pois, ao se singularizar, ele é apoiado e constrangido. É singularizado pelos papéis atribuídos e expectativas postas. (GÓES, 2000, p. 119-120).

Pode-se ver que ao longo da vida o sujeito passa por muitas situações conflituosas e entre esses conflitos é comum também que haja insultos, desrespeito e discriminação etc., o que não é bom para a relação entre os indivíduos.

Sabendo disso, é de se imaginar que a relação entre pessoas que possuem visões diferentes em relação à alimentação, está sujeita a passar por algum tipo de conflito em algum momento de sua trajetória. Mesmo sabendo que passar por conflitos é algo que acontece na vida, é importante entender que os conflitos desrespeitosos geram tensões e constrangimentos para muitos que passam por esse tipo de situação.

2.2 O QUE É VEGETARIANISMO

Pode-se perceber que as críticas em relação às pessoas vegetarianas existem e, em muitos casos, é algo muito desagradável de se vivenciar, essas críticas geralmente vem de pessoas que as vezes não se importa em compreender o que está por traz da escolha de ser vegetariano/a e ou vegano/a.

Mas o que de fato é o vegetarianismo? Segundo Abonizio (2016) esse estilo alimentar não faz a utilização de carnes em suas refeições, abomina a ingestão de carne de qualquer animal na alimentação, como pode-se ver no trecho em ela diz: “De modo geral, considera-se vegetarianismo o regime alimentar que abole carnes ou que consiste na alimentação exclusiva de vegetais.” (ANBONIZIO, 2016, p.120).

A autora também mostra que o vegetarianismo é um estilo totalmente padronizado e existe variações de indivíduo para indivíduo e é importante compreender essas questões, ela , baseada no pensamento de Beardsworth e Keil (1992) explica como essas variações se dão entre os vegetarianos e dessa forma eles:

[...] classificaram seis tipos de vegetarianos de acordo com um conjunto de práticas alimentares que variam numa escala de menor a maior rigor. No polo menos rigoroso, situam-se os que consomem carne em algumas ocasiões, e, em geral, carne branca. O segundo tipo comporta os que aceitam peixes, o terceiro engloba os que aceitam o consumo de ovos, leites e derivados, seguido por aqueles que consomem os derivados

do leite desde que sem produtos derivados do abate, como o coalho, até, no polo mais rigoroso, onde se situam os que não consomem nada de origem animal. (ANBONIZIO, 2016, p. 120).

Outra questão que a autora levanta para se pensar é o fato de que até mesmo entre vegetarianos e veganos existe certo atrito. Entre os veganos, há aqueles que afirmam que as pessoas ovolactovegetarianas, não devem consumir leite, queijo ou ovos, porque esses derivam de origem animal. Desse modo, alguns veganos são menos tolerantes com as outras categorias de vegetarianos, como pode-se ver no seguinte trecho: “Algumas escalas são mais tolerantes com as outras, enquanto outras não aceitam nada além da sua própria, no caso, a vegana.” (ANBONIZIO, 2016, p. 120).

2.2.1 O que leva alguém ser vegetariano

A seguir serão apresentadas algumas das razões que levam pessoas a se tornarem vegetarianas, fatores que englobam várias questões como, por exemplo, questões ambientais, respeito e amor à vida dos animais, questões de saúde, etc. A partir da compreensão desses fatores se poderá observar que a decisão de se tornar vegetariano, ou vegano, em muitos casos não surge do nada, mas sim de uma bagagem de valores pessoais que cada um possui.

2.2.1.1 Amor aos animais

Existem várias razões pelas quais alguém para de fazer a ingestão de carne, uma das razões mais comuns está relacionada com a compaixão que se tem em relação à vida dos animais, que não é nem uma novidade que antes de virar um prato visivelmente atrativo para muitas pessoas, o animal teve que ser morto, o que significa que o direito de viver daquele animal foi totalmente ignorado para atender a demanda por carne, e ao ser morto, o animal, assim como os seres humanos, também sofre, sente dor e também sente a agonia da morte, para no final ser transformado em alimento para os dentes trituradores de carne.

Para muitos, pode soar ridículo que os seres humanos tenham compaixão ou amor aos animais. Reclus se tornou vegetariano por várias razões. Em sua *A anarquia e os animais*, o autor explica: “[...] acham ridículo, como se fosse absurdo, quase degradante, amar um animal que nos ama!” (RECLUS, 2010, p. 6). O autor explica que não é absurdo para quem tem o olhar diferente daqueles que deixaram a frieza e a ilusão de que o amor aos animais é sinônimo de fraqueza. Provavelmente essas pessoas se recusam a enxergar que os animais estão sempre sendo subjugados pelos humanos. Os animais são seres vivos e nessa relação que há entre

esses dois, os primeiros estão sempre em desvantagem em relação ao segundo.

2.2.1.2 O meio ambiente

Outra razão que leva algumas pessoas à se tornarem vegetarianas é o fato de que a criação de gado para propósitos e fins de venda de carne tem uma relação muito forte com grande parte dos desmatamentos. A demanda por consumo de carne, além de causar sofrimento para os animais que passam pelos matadouros, também tem sua terrível contribuição para a destruição das florestas e consequentemente destruição do nosso planeta. De acordo com Peter Singer, em sua obra *Libertação Animal*:

Nos últimos 25 anos, quase metade das florestas tropicais da América Central foi destruída, em grande medida para fornecer carne para os Estados Unidos. Talvez 90 por cento das espécies vegetais e animais deste planeta vivam nos trópicos, e muitas ainda não foram identificadas pela ciência. Se a derrubada continuar no ritmo atual, elas serão extintas. Além disso, a destruição das florestas provoca erosão, a chuva não absorvida pelo solo causa inundações, os agricultores não têm mais acesso à madeira e a combustíveis, e o regime pluvial pode diminuir. (SINGER, 2013, p. 248).

Como foi visto, para atender a demanda por carne todos pagam por isso, os animais, a natureza, e o próprio ser humano, pois, com a continuidade dessas destruições ocorrendo, as consequências ambientais serão devastadoras para todos.

A destruição das florestas por causa da criação de gado causa o desmatamento e tem como consequência o aumento do efeito estufa no planeta Terra, ou seja, a criação de gado para fim de alimentação causa danos incalculáveis para o meio ambiente, natureza, planeta, e a vida. De acordo com o autor “[...] a destruição das árvores libera carbono na atmosfera na forma de dióxido de carbono.” Sendo assim, “[...] a destruição das matas intensificará o efeito estufa.” (SINGER, 2013, p. 248).

2.2.1.3 Saúde

Além dos dois fatores que foram apontados acima, outra questão que pode estar por traz da escolha em se tornar vegetariano, é a questão da saúde, pois sabemos que a busca por uma vida saudável é algo almejado pela maioria das pessoas, sendo vegetarianas ou não, no entanto estudos têm mostrado que uma vida voltada para alimentação que possui mais presença de legumes e vegetais do que carne, tem trazido resultados interessantes para a saúde de quem opta por se alimentar com alimentos de bases vegetais.

De acordo com o artigo *Por um ensino de ciências biológicas vegano*, de Virgínia de Souza Campos (2018), a autora, com base em dados de 2012 da Sociedade Vegetariana

Brasileira (SVB), mostra como pessoas que são vegetarianas têm muitos benefícios voltados à saúde, como por exemplo a redução de doenças cardiovasculares, dos níveis de colesterol, da hipertensão arterial, redução de diabetes do tipo 2 e também a redução em alguns tipos de câncer, esse tipo de informação é muito relevante para compreender que uma alimentação rica em vegetais pode fazer grande diferença na vida de quem decide adotar tal estilo de alimentação.

2.3 POSSÍVEIS CAMINHOS PARA DEMONSTRAR RESPEITO AOS VEGETARIANOS E VEGANOS

Como já foi visto, existe na maioria das vezes uma relação diferente entre vegetarianos e não vegetarianos, essa questão é algo que precisa ser discutido, pois trata-se de algo importante para ambos os grupos, seja carnívoros ou não, o respeito em relação a escolha do outro é algo crucial para que se tenha uma convivência menos turbulenta entre os indivíduos.

Existem algumas maneiras de demonstrar respeito às decisões de veganos e vegetarianos, a primeira delas, é claro, é compreender que cada um tem o direito de decidir de que forma quer se alimentar e isso deve ser respeitado.

Sendo o respeito uma das questões mais importantes para que se tenha uma boa relação com os outros, demonstra esse respeito por meio de atitudes é de suma importância, nesse sentido, seria interessante que os locais que oferecem serviços no ramo da alimentação, como por exemplo restaurantes e lanchonetes, se atentassem para essas questões e ofereçam opções vegetarianas e veganas no intuito de atender à este público.

Um modelo de locais que servem refeições respeitando a diversidade alimentar são os restaurantes universitários, como por exemplo o Restaurante Universitário (RU) da Universidade Federal de Goiás, em Goiânia, serve opções para veganos, vegetarianos e para quem consome carne. Essas opções que são servidas mostram o respeito que o local tem em relação à escolha alimentar de cada um, dessa forma todos são atendidos em suas individualidades.

3 PERCURSO METODOLÓGICO

Neste trabalho a abordagem se classifica como qualitativa, pois a pesquisa tratou da obtenção de ideias que possam ser encontradas e articuladas de uma forma mais abrangente, além disso a pesquisa está fundamentada em referenciais teóricos. De acordo com a obra *Como Elaborar Projetos de Pesquisa* (2002), de Antônio Carlos Gil, é possível compreender melhor do que se trata a pesquisa qualitativa, pois em seu texto ele descreve que

[...] nas pesquisas qualitativas, o conjunto inicial de categorias em geral é reexaminado e modificado sucessivamente, com vista em obter ideias mais abrangentes e significativas. [...] Nas pesquisas qualitativas, necessita-se valer de textos narrativos, matrizes, esquemas etc. (GIL, 2002, p. 134).

Ao tentar explicar o problema e/ou a temática do presente trabalho, a pesquisa se fundamentou em referências teóricas a partir de artigos científicos e livros. Além disso, a pesquisa também se configura como uma pesquisa descritiva. Ainda de acordo com o pensamento de Cervo, Bervian e Silva (2018), a pesquisa descritiva tem um caráter que se baseia também na observação, na análise do registro, de modo que esses aspectos não são manipulados. Esse tipo de pesquisa segundo os autores “[...] busca conhecer as diversas situações e relações que ocorrem na vida social, política, econômica e de mais aspectos do comportamento humano.” (CERVO; BERVIAN; SILVA, 2018, p. 61-62).

Os instrumentos utilizados nessa pesquisa foram as respostas de um questionário *online*, elaborado na Plataforma *Google Forms* e respondidos por seis participantes. Inicialmente a proposta era a de realizar entrevistas presenciais, com uma ou mais pessoas para levantar argumentos, na tentativa de enriquecer cada vez mais a pesquisa, mas as participantes

preferiram responder ao questionário de maneira remota.

O questionário foi enviado para sete participantes, no entanto, apenas seis responderam, tal questionário tinha como principal objetivo mapear os relatos em relação às convivências das pessoas que não ingeriam carne em sua alimentação, com as pessoas que comiam carne.

O questionário teve 11 perguntas, entre elas três eram objetivas, sete subjetivas e a última não era uma pergunta específica sobre o assunto, mas sim um termo de consentimento em relação ao uso das respostas para serem usadas para este projeto, de modo a manter o sigilo das participantes.

As perguntas presentes no questionário foram as seguintes:

1. Qual a sua idade?
2. Qual o seu gênero?
3. Qual a sua profissão?
4. Você tem alguma religião?
5. Há quanto tempo você é vegetariano/a ou vegano/a?
6. Por que você decidiu se tornar vegetariano/a ou vegano/a? Quais fatores influenciaram na sua decisão?
7. Você percebeu alguma mudança na relação com as pessoas que não são vegetarianas?
8. Você já sofreu alguma piada de mau gosto ou algum tipo de discriminação por ser vegetariano/a? Você já se sentiu desconfortável em alguma situação pelo fato de ser vegetariano/a?
9. Em caso afirmativo na questão anterior, como você lida com esse tipo de situação?
10. Você gostaria de relatar ou explicar algo que não foi perguntado?

Nesse questionário percebe-se que existem muitas questões pessoais, e ao enviá-lo para as participantes foi informado a elas que respondessem da maneira em que estas se sentissem o mais confortável possível, principalmente nas questões subjetivas.

Nas respostas do questionário tem-se a presença de gráficos das questões objetivas, de modo que se tornam mais visíveis os dados levantados. Os gráficos foram gerados pelo próprio programa do *Google Forms*.

Na questão em que foi perguntado se as participantes queriam falar algo mais ou dar alguma sugestão de pergunta para o questionário (questão 10), uma delas sugeriu que poderia ter uma pergunta diferenciando em específico os veganos de vegetarianos, algo que não foi pensado durante a construção do questionário e que a partir desse comentário feito pela participante, pôde-se ver que realmente essa seria uma questão interessante para ser levantada.

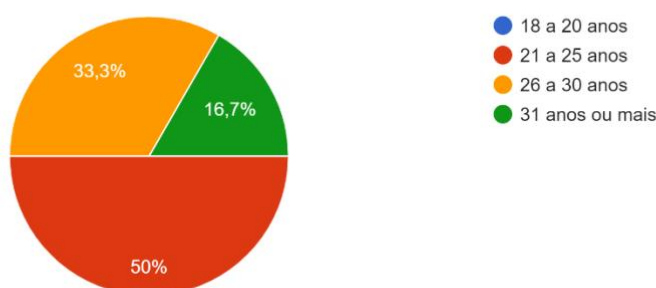
Além de todas essas observações feitas até aqui, vale ressaltar que todas as pessoas que participaram do questionário são do gênero feminino não houve ninguém do gênero masculino, e por essa razão ao fazer referência às respostas das participantes, serão usadas palavras do gênero feminino. A seguir, será apresentado o capítulo sobre a análise dos dados.

4 ANÁLISE DE DADOS

Neste capítulo serão apresentados e discutidos os dados e respostas levantadas no questionário. As respostas à primeira questão estão no Gráfico 1.

GRÁFICO 1 – Pergunta sobre a idade

1. Qual a sua idade?
6 respostas



Fonte: A autora.

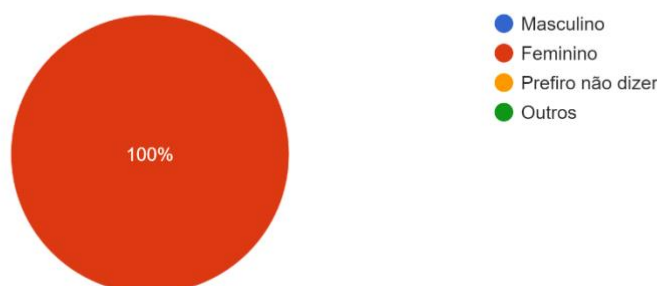
A partir deste gráfico nota-se que entre as participantes, 50% delas possuem idade entre 21 a 25 anos, 33,3 % na faixa etária de 26 a 30 anos e 16,7% possuem 31 anos ou mais. Nenhuma das participantes declarou idade entre 18 a 20 anos.

A seguir, o Gráfico 2 questiona sobre o gênero.

GRÁFICO 2 – Pergunta sobre o gênero

2. Qual o seu gênero?

6 respostas



Fonte: A autora

Observando os dados com base no gráfico acima, nota-se que todas que participaram do questionário se declaram como sendo do gênero feminino.

Em seguida, na questão 3, foi perguntada a profissão das participantes da pesquisa.

Participante 1: “*Estudante*”
Participante 2: “*Pedagoga*”
Participante 3: “*Médica veterinária*”
Participante 4: “*Auxiliar financeira*”
Participante 5: “*Estudante*”
Participante 6: “*Advogada*”

As participantes se declararam nas seguintes profissões: estudante, pedagoga, médica veterinária, auxiliar financeira, estudante e advogada. No entanto, as que se declararam estudantes não especificaram o curso que realizam.

A questão 4 pergunta sobre a religião:

Participante 1: “*Sou Cristã*”
Participante 2: “*Não*”
Participante 3: “*Não*”
Participante 4: “*Não*”
Participante 5: “*Não*”
Participante 6: “*Católica*”

Na questão sobre religião apareciam apenas quatro respostas, duas entrevistadas disseram “*não*”, uma respondeu “*católica*” e a outra “*cristã*”, no entanto, ao analisar cada questionário individualmente, havia seis respostas no total, sendo quatro respostas “*não*” ao invés de apenas duas, resultando assim em seis respostas para essa questão.

Essas respostas, assim como as anteriores, permitem traçar características das

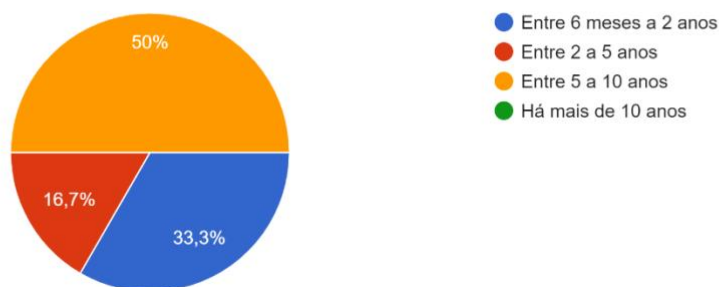
participantes. Das participantes que responderam *não* para essa questão, pode-se entender que ou elas não quiseram revelar sua religião ou de fato elas não têm religião.

A questão 5 tem interesse em saber há quanto tempo as participantes não consomem carne. As repostas podem ser verificadas no Gráfico 3.

GRÁFICO 3 – Tempo de vegetarianismo

5. Há quanto tempo você é vegetariano/a ou vegano/a?

6 respostas



Fonte: A autora

Nessa questão de quanto tempo elas são veganas ou vegetarianas, 50% delas responderam entre cinco e dez anos; 33,3 % responderam entre seis meses a dois anos e 16,7% entre dois a cinco anos, ou seja, metade das participantes são vegetarianas ou veganas entre cinco a dez anos.

A questão 6 quer saber os motivos que levaram as participantes a decidirem pelo vegetarianismo ou veganismo.

Participante 1: *“Porque achava injusto ver os animais morrendo. Traumas de*

infância vendo animais morrerem sendo sacrificados para fins alimentícios”.

Participante 2: *“Eu não gostava muito de carne desde pequena. No Ensino Médio comecei a comer menos carne e alguns anos depois deixei de vez porque não gosto do que ela representa (animais mortos). Não precisamos do sofrimento animal para nos alimentarmos.”*

Participante 3: *“Por respeito e amor a todos os animais.”*

Participante 4: *“Questão social, moral e espiritual.”*

Participante 5: *“Questões políticas, ambientais, filosóficas e econômicas.”*

Participante 6: *“Empatia aos animais.”*

Nessa questão relacionada aos fatores que influenciaram na decisão em se tornar vegetariana ou vegana, a maioria respondeu de forma afetiva em relação aos animais, sendo o amor, o respeito e a empatia os fatores citados em relação à vida dos animais. Outras duas participantes, como se pôde identificar, ao responderem essa questão, mencionaram motivos sociais, políticos, morais, espirituais, ambientais e filosóficos.

Com base nas respostas obtidas nessa questão, nota-se que as participantes têm consideração pela vida dos animais, e isso é um fato que fortemente influencia na decisão em se tornar vegetariano ou vegano. Trata-se de uma forma de se manifestar contra o massacre de animais, pois “[...] a partir do momento que rompem com o hábito de comer carne, não aprovam mais o assassinato de animais para satisfazer o desejo banal de seu paladar”.(RECLUS, 2010, p. 237).

O ato de se tornar vegetariano é uma atitude tomada na tentativa de acabar com o sofrimento que é posto sobre os animais criados para serem sacrificados por conta da demanda por carne, ou seja, “Tornar-nos vegetarianos é um passo prático e eficaz para acabar tanto com a matança como com a imposição de sofrimento a animais não humanos”. (RECLUS, 2010, p. 236). Dentre todos os fatores envolvidos no ato de se tornar vegetariano ou vegano, o fator de respeito à vida dos animais é muito presente nessa questão.

A relação com as pessoas não vegetarianas foi abordada na questão 7: *Você percebeu alguma mudança na relação com as pessoas que não são vegetarianas? Você acha que ser vegetariano/a interfere na relação que você tem com as pessoas não vegetarianas? Se sim, o que interfere?*

Participante 1: *Sim, interfere principalmente quando se vive em um círculo social em que as outras pessoas são carnívoras e muita das vezes não compreendem o fato de ser vegetariana. Portanto percebo que existe uma interferência na relação que existe entre os indivíduos que possuem diferentes pontos de vista em relação a alimentação, algumas vezes causando conflito entre eles.*

Participante 2: *Às vezes as pessoas têm receio de me convidar para um churrasco, por exemplo, mas não interferiu nas demais áreas.*

Participante 3: *Acho que não interfere.*

Participante 4: *Não acho, mas sei que por ser um hábito ainda não comum muitas*

peças estranhas. Então o que posso dizer que interfere é a ocorrência de diálogos sobre o tema, às vezes no meio disso as discordâncias e aprendizados.

Participante 5: *Sim, interfere muito porque o ser humano de forma geral costuma ter muita opinião sobre assuntos que conhecem pouco e isso muitas vezes os impossibilita de pensar fora daquilo, o que pode gerar provocações e desrespeitos.*

Participante 6: *Acredito que não. Meus amigos e familiares me acolheram bem.*

Nesta questão em que se pergunta se as participantes tinham notado alguma mudança na relação com as outras pessoas, ou seja, se o fato de ser vegetariana ou vegana interferia em algo na relação com as demais pessoas que não são vegetarianas ou veganas, a primeira participante respondeu que sim; a segunda respondeu que a única coisa em que interfere é em relação ao receio que as pessoas têm em convidá-la a um churrasco, mas que não interfere nas demais áreas; a terceira disse que não interfere; a quarta também acha que não há interferência, mas que reconhece que entre diálogos relacionados ao assunto, pode haver discordâncias, no entanto, pode existir aprendizado. A quinta afirmou que sim, e que pode ocorrer provocações e desrespeitos. A última das participantes declarou que não interfere e que seus familiares e amigos a acolhem bem.

Das seis participantes, pode-se perceber que as participantes 1 e 5 respondem com *sim* para essa questão, em contrapartida, as participantes 3 e 6 responderam que não interfere. Há também as participantes 2 e 4 que apesar de dizerem que o fato de ser vegetariana ou vegana não interfere na relação com os demais, elas reconhecem que às vezes pode ocorrer algum tipo de receio por parte das pessoas. A participante 2 mencionou o convite para um churrasco como exemplo. A participante 4 disse que em relação ao diálogo relacionado a esse assunto, pode haver discordâncias, mas também pode haver aprendizados.

Em seguida, a questão 8 aborda as piadas e possível discriminação que os vegetarianos podem enfrentar: *Você já sofreu alguma piada de mau gosto ou algum tipo de discriminação por ser vegetariano/a? Você já se sentiu desconfortável em alguma situação pelo fato de ser vegetariano/a?*

Participante 1: *Sim. Me perguntaram se eu comia folha, de uma maneira bem irônica, além disso já me senti desconfortável principalmente em refeições entre família.*

Participante 2: *Sim. Frequentemente eu sofro por não comer carne. As pessoas acham que sou magra e doente por causa disso, que sou fresca... Em restaurantes às vezes é difícil encontrar uma opção proteica vegetal, então fico desconfortável nesses lugares.*

Participante 3: *Já sofri piadas de mau gosto, não me sinto desconfortável.*

Participante 4: *Sim, já passei por situações com 'piadas' constrangedoras. E sim, me senti desconfortável por ser vegetariana uma vez que não tinha opção para mim num almoço de família.*

Participante 5: *Sim e sim.*

Participante 6: *Até hoje não.*

Podemos perceber que apenas a sexta participante respondeu que *não*. As demais, todas responderam que sim, que já haviam sofrido algum tipo de *piada de mau gosto*, pelo fato de não comerem carne. Das participantes que responderam sim, quase todas responderam que se sentem desconfortáveis em algumas situações, com exceção da sexta que, ao responder sim para a questão da piada de mau gosto, disse que não se sente desconfortável.

A partir das respostas obtidas nesta questão, pode-se identificar que em relação à questão anterior, quando a maioria responde que já sofreu com piada de mau gosto ou se sentiu desconfortável em algumas situações, elas estão de certa forma se contradizendo em relação ao fato de haver interferência na relação com os demais que não são vegetarianos.

Ao verificar que a maioria das participantes afirmam ter passado por situações desconfortáveis ou ter sido alvo de “piada”, pelo fato de pertencer a uma categoria ou grupo que escolhe se alimentar de uma forma diferente daquilo que é colocado como comum, vai muito de encontro com os resultados encontrados na pesquisa realizada por Abonízio, que também se dedicou a discutir sobre a questão dos conflitos que existem entre vegetarianos, veganos e não vegetarianos e segundo ela :

Os resultados desta pesquisa apontam que a opção pelo vegetarianismo encontra resistência e se sujeita a constrangimentos da vida cotidiana; não obstante, apesar do papel desagregador desempenhado pelo vegetariano em alguns dos rituais em torno da alimentação, a sociedade prevalece. (ABONÍZIO, 2016, p. 134).

É possível perceber que em uma sociedade em que a maioria dos indivíduos fazem uso de carne como alimento, as pessoas que escapam a esse padrão alimentar, podem ser objeto de constrangimentos em suas vidas cotidianas em meio a esta sociedade, pelo fato de serem a minoria que vai contra aquilo que está posto.

A questão 9 pergunta como elas lidam com as situações mencionadas anteriormente.

Participante 1: *Me isolo.*

Participante 2: *Eu tento explicar que não precisamos de carne, que os animais não precisam sofrer. Outras vezes ignoro, depende da pessoa.*

Participante 3: *Apenas ignoro.*

Participante 4: *Me recolho e relembro que está tudo bem ser e fazer o que sinto.*

Participante 5: *No começo perdia mais a paciência, hoje está muito mais difundido. Hoje em dia costumo jogar informações estatísticas e devolver perguntas de cunho mais relativo, costuma deixar as pessoas mais reflexivas.*

Participante 6: *Se acontecer vou ignorar.*

Nesta questão em que foi perguntado como as participantes lidam com as situações

de *piada de mal gosto* e as situações de desconforto em que estas passam, pode-se observar que as respostas demonstram certa retração das pessoas vegetarianas ou veganas. A primeira participante disse que se isola, a segunda tenta explicar sobre o assunto ou simplesmente ignora, a terceira ignora, a quarta se recolhe, a quinta disse que perdia a paciência, mas que hoje em dia devolve perguntas e lança informações de modo a deixar as pessoas refletindo sobre o tema; a última participante disse que, caso esse tipo de situação venha a acontecer, ela irá ignorar.

A partir das respostas adquiridas no questionário realizado, pôde-se perceber que o fato de ter uma opção alimentar diferente, ou pertencer a uma diversidade alimentar diferente daquilo que é cultural, gera interferência na relação com o outro, mesmo sabendo que algumas participantes responderam que acham que não interfere na relação com as demais pessoas. Observou-se que, ao perguntar se elas já tinham sofrido algum tipo de “piada” de mal gosto ou discriminação ou se já sentiram desconfortáveis em alguma situação simplesmente pelo fato de ser vegetariana ou vegana a maioria delas respondeu que sim; em especial nessa questão, apenas uma respondeu que não tinha sofrido nenhuma dessas coisas, até o momento em que o questionário foi respondido.

Vendo essas respostas consegue-se perceber que de fato as pessoas vegetarianas ou veganas tendem a passar por situações constrangedoras, o que interfere até mesmo nas relações de convívio social, pois, como se pôde constatar, a maioria das participantes lidam com essas questões de desrespeito de modo a se isolarem, ignorarem e se recolher, é possível ver que ao lidar com essas frustrações, muitas tendem a ter atitude de retração.

Todas essas situações de passar por algum tipo de “piada” ou se sentir desconfortável por ser vegetariana é algo que quem adere à vida vegetariana ou vegana está sujeito a passar por esses tipos de constrangimentos em seu dia a dia, bem como Abonízio descreve:

Em situações do cotidiano, a experiência de ser vegetariano dá-se em meio a conflitos e inúmeras práticas de negociação que envolvem decisão, recusa, atos de consumo, aproximação e distanciamento entre pessoas com as quais se relaciona. (ABONÍZIO, 2016, p. 137).

Como observou-se, muitas das participantes possuem uma atitude de repulsa ou de afastamento ou ignoram aqueles que não as compreendem ou não respeitam suas escolhas e decisões, o que causa certo distanciamento entre os indivíduos que possuem uma opção alimentar diferente daquilo que é convencional e comum em uma dada sociedade.

A questão 10 pergunta se as participantes gostariam de relatar ou explicar algo que não foi abordado.

Participante 1: *Acredito que precisamos ter uma educação que trabalhe mais em relação ao respeito com o outro independentemente de suas escolhas.*

Participante 2: *Uma questão que é muito difícil para mim é com relação ao preço dos alimentos veganos, pois são muito mais caros que os convencionais. Isso desanima às vezes. Agora o veganismo está ganhando mais espaço no mercado, mas ainda é elitista.*

Participante 3: *Não*

Participante 4: *Não*

Participante 5: *Acho que deveria existir uma pergunta em que a pessoa especifique se ela é vegana ou vegetariana, pois já fui ambos por muito tempo e são experiências muito diferentes.*

Participante 6: *Não, apenas quando perguntam.*

Nesta questão, a primeira participante respondeu que é necessário que haja um trabalho maior na educação das pessoas, de modo que estas venham a respeitar diferentes escolhas. A segunda relatou sua dificuldade em relação aos preços dos alimentos veganos, pois, para ela, os preços de alimentos veganos são elevados, comparados com os preços de alimentos convencionais a participante ainda acrescentou que mesmo com o veganismo ganhando força, ainda é muito elitista. No entanto, caros são os alimentos veganos industrializados, pois leguminosas como feijão, soja, ervilha, lentilha, grão de bico, vagem, por exemplo, são bem mais baratas do que as carnes. Tais vegetais são uma rica fonte de proteínas.

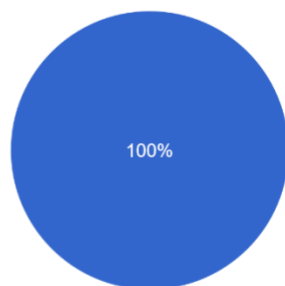
As duas seguintes participantes responderam *não* para esta questão, não tinham nada a relatar. A quinta participante sugeriu que no questionário houvesse uma pergunta específica indagando se a pessoa é vegana ou vegetariana, pois ela já pertenceu aos dois grupos e afirmou que são coisas totalmente diferentes uma da outra.

Por último, a questão 11 pergunta se as participantes, que não foram identificadas, aceitam que a pesquisa seja publicada, para fins educacionais, como pode ser verificado no Gráfico 4.

GRÁFICO 4 – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

11. Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) para participar da pesquisa: "Como a Alimentação interfere nas relações humanas: apre...ersidade alimentar com foco no vegetarianismo".

6 respostas



● Declaro que aceito participar da pesquisa de TCC de Myrlaine Andressa da Silva Carvalho, e que tenho garantido o sigilo de minha identidade e o anonimato das informações prestadas.

Fonte: A autora

Na questão 11, que perguntou se as participantes aceitavam participar da pesquisa e responder o questionário, com garantia de anonimato, todas responderam que *sim*.

A partir das respostas adquiridas no questionário realizado, pôde-se perceber que o fato de ter uma opção alimentar diferente daquilo que é comum, gera certa interferência na relação com o outro, pois mesmo sabendo que algumas participantes responderam que não interfere nas relações, observou-se que, ao perguntar se elas já tinham sofrido algum tipo de *piada de mal gosto* ou discriminação, ou se já se sentiram desconfortáveis em alguma situação simplesmente pelo fato de serem vegetarianas ou veganas, a maioria delas respondeu que sim. Apenas uma respondeu que não tinha passado por nenhuma dessas situações, até o momento em que foi feito o questionário.

Ao analisar as respostas, consegue-se perceber que de fato as pessoas vegetarianas ou veganas tendem a passar por situações constrangedoras, o que interfere até mesmo nas relações de convívio social, pois, a maioria das participantes lidam com essas questões de desrespeito de modo a se isolarem, ignoram ou se recolhem. Portanto, é possível inferir que ao lidar com essas frustrações, muitas tendem a ter uma atitude de retração.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

De acordo com a pesquisa realizada, as pessoas que possuem uma diversidade alimentar diferente das demais, sofrem pelo fato de terem uma decisão que não é tão comum em uma dada sociedade, aqui em específico, com base nos referenciais apresentados e com as respostas obtidas por meio do questionário, pôde-se notar que os vegetarianos e veganos são alvo de

preconceito e passam por situações de constrangimento e desrespeito.

Esse é um tema que precisa ser discutido, pois, a falta de diálogo, informação e compreensão das pessoas entre si, é algo que afeta a relação entre elas, de modo a causar desconforto entre as partes, devido aos conflitos. Muitas das entrevistadas tendem a se retrair de alguma forma para lidarem com as situações desagradáveis do dia a dia, como por exemplo ignorar, se isolar e se recolher, como relataram.

Além de todas essas questões relacionadas às relações conturbadas entre os indivíduos, existe ainda uma falta de acessibilidade aos alimentos veganos, como por exemplo, em restaurantes que não possuem opções para vegetarianos e veganos. Atender esse público, pode gerar economia, pois os alimentos que possuem proteína vegetal, como as leguminosas, são mais baratos do que as carnes. São aspectos que precisam ser discutidos e refletidos.

REFERÊNCIAS

ABONIZIO, J. Conflitos à mesa: Vegetarianos, consumo e identidade. **Revista Brasileira de Ciências Sociais**, São Paulo, v. 31, n. 90, 2016.

CAMPOS, V. S. **Por um ensino de ciências biológicas vegano**. 2018. 50 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Licenciatura – Ciências Biológicas) - Universidade Estadual Paulista, Rio Claro, 2018.

CERVO, A.; BERVIAN, P.; SILVA, R. **Metodologia científica**. São Paulo: ABDR, 2018.

GIL, C. **Como Elaborar Projetos de Pesquisa**. São Paulo: Atlas S.A, 2002.

GÓES, M. A formação do indivíduo nas relações sociais: contribuições de Lev Vigotski e Pierre Janet. **Educação & Sociedade**, Campinas, v. 21, n. 71, 2000.

RECLUS, É. **A anarquia e os animais**. Tradução Ateneu Diego Giménez. Piracicaba: Ateneu Diego Giménez, 2010.

SINGER, P. **Libertação Animal**. Tradução Marly Winckler, Marcelo Brandão Cipolla. Revisão técnica Rita Paixão. São Paulo: Editora WMF Martins Fontes, 2013.