



**INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA  
DO PIAUÍ - CAMPUS TERESINA ZONA SUL CURSO TECNOLOGIA  
EM GASTRONOMIA**

**AYLLA HESTER ALVES SOUSA**

**O PROFISSIONAL DE GASTRONOMIA FRENTE AOS MOVIMENTOS  
VEGANOS E VEGETARIANOS.**

**TERESINA 2022**

AYLLA HESTER ALVES SOUSA

O PROFISSIONAL DE GASTRONOMIA FRENTE AOS MOVIMENTOS  
VEGANOS E VEGETARIANOS.

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à  
Coordenação Curso de Tecnologia Em Gastronomia do  
Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do  
Piauí – IFPI, como pré-requisito parcial para obtenção  
do título de Tecnólogo em Gastronomia.

Orientador: Prof. Dr. Paulo Ronaldo Sousa Teixeira

Aprovada em: 21 / 12 / 2022.

BANCA EXAMINADORA

Paulo Ronaldo Sousa Teixeira  
Presidente/Orientador

Prof. Dr. Paulo Ronaldo Sousa Teixeira  
Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Piauí – IFPI Campus Teresina  
Zona Sul

Carlos Alberto Sousa Lustosa Filho  
1º Examinador

Prof. Esp. Carlos Alberto Sousa Lustosa Filho  
Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Piauí – IFPI Campus Teresina  
Zona Sul

Valdenia Pinto de Sampaio Araújo  
2º Examinador (a)

Profa. Dra. Valdenia Pinto de Sampaio Araújo  
Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Piauí – IFPI Campus Teresina  
Zona Sul

## RESUMO

Sendo importante para a humanidade, a alimentação com o passar vem se modificando ao longo dos anos. Entre essas modificações, pode-se citar o vegetarianismo e o veganismo como exemplos de inovações aos novos hábitos alimentares. O presente estudo tem como objetivo direcionar um planejamento de capacitação do profissional para inserção nos movimentos veganos e vegetarianos. Para isso, fez-se aplicação de pesquisa qualitativa em meio virtual baseado no método de revisão integrativa analisando pesquisas em temas já estudados. Como principais resultados, destaca-se a relevância de uma dieta bem elaborada, visto que pode haver carência de alguns nutrientes, além da importância em relação à ética profissional, pois existe insegurança dos adeptos aos movimentos veganos e vegetarianos. Pode-se concluir que, os profissionais da área de gastronomia podem se adequar à essas dietas através de buscas sobre a relevância do tema, cujo uma vez que o profissional desconhece os motivos que levam o indivíduo a ser vegano ou vegetariano, pode acarretar em discriminação para com o cliente.

**Palavras-chave:** Profissional de gastronomia; Veganismo; Vegetarianismo.

## The Gastronomy Professional In Front Of The Vegan And Vegetarian Movements

### Abstract

Being important for humanity, food with the passing has been changing over the years. Among these modifications, one can mention vegetarianism and veganism as examples of innovations to new eating habits. The present study aims to direct a professional training plan for inclusion in the vegan and vegetarian movements. For this, qualitative research was applied in a virtual environment based on the integrative review method, analyzing research on topics already studied. As main results, the relevance of a well-elaborated diet is highlighted, since there may be a lack of some nutrients, in addition to the importance in relation to professional ethics, since there is insecurity of the followers of the vegan and vegetarian movements. It can be concluded that professionals in the field of gastronomy can adapt to these diets through searches on the relevance of the topic, which, once the professional is unaware of the reasons that lead the individual to be vegan or vegetarian, can lead to discrimination to the customer.

**Keywords:** Gastronomy professional; Vegan; Vegetarianis.

## 1 INTRODUÇÃO

A alimentação é importante para a humanidade, com o passar do tempo a forma de se alimentar foi se modificando, diversos fatores contribuem para essas modificações, seja pela questão regional, religiosa, cultural, entre outros. O vegetarianismo e o veganismo são exemplos de modificações alimentares durante o passar dos séculos. A alimentação é uma necessidade básica da humanidade em termos biológicos e fisiológicos, importante, entre outros, por seu aspecto nutricional e cultural (ABREU et. al., 2001).

O vegetarianismo tem como princípio o não consumo de carne e de alguns derivados de animais. Segundo a definição da Sociedade Vegetariana Brasileira (SVB) o vegetarianismo é o regime alimentar que exclui os produtos de origem animal. A SVB reconhece variações de interpretação do termo por causa do dinamismo da linguagem (2019). Sendo essas variações ovolactovegetariano, ovovegetariano, lactovegetariano e o vegetariano estrito. O veganismo vai além do não consumo de carne e de derivados de animais, por ser uma filosofia que visa à proteção dos animais. Pardo Magalhães e Oliveira (2019, p. 3) “o veganismo pode ser definido como conjunto de práticas que tem como objetivo inicial os Direitos dos Animais e, diante disso, tem-se a adoção de alimentação vegetariana estrita”.

Com o passar dos anos vê-se uma crescente nesses movimentos, ou seja, na medida em que os defensores dos direitos de animais expandem suas defesas acerca do tema, conseguem conquistar uma vitória, pois atraem mais pessoas a obterem essa "nova" conduta alimentar. Com isso, vê-se a preocupação com a atuação do profissional de gastronomia atuante em frente esses movimentos.

O estudo realizado tem como objetivo direcionar um planejamento de capacitação do profissional para inserção nos movimentos veganos e vegetarianos. Com isso os objetivos específicos que contribuíram na realização da pesquisa para esse trabalho foram, a diferenciação dos temas veganos e vegetarianos e como os profissionais se portam diante esses movimentos.

Com a ampla concorrência no mercado alimentício atual, faz-se necessário que os profissionais de gastronomia estejam preparados para abranger os variados públicos. É importante que, ao trabalhar em um mercado que queira variar os seus clientes, se faz necessário um bom planejamento estrutural e que sejam feitos treinamentos éticos entre os funcionários do estabelecimento para que não ocorra discriminação com o cliente.

## **2 ALUSIVO TEÓRICO**

### **2.1 ALIMENTAÇÃO E SAÚDE**

Para ter uma vida de qualidade é preciso ter sustento onde é gerado através do alimento, o mesmo é uma das atividades mais importantes, indo além das questões biológicas, onde envolve problemas econômicos, sociais entre outros. Sendo essenciais para a evolução humana (PROENÇA, 2010). O ato de se alimentar gera preocupações em relação à saúde, pois se observa grandes obstáculos ao encontrar soluções adequadas para tal problema devido ao pouco conhecimento que se tem do mesmo e de sua abrangência (ORTIGOZA, 2008). Quando a isso, Pedraza (2004, p.2) diz que “a alimentação é uma necessidade básica, um direito humano e,

simultaneamente, uma atividade cultural, permeada por crenças, tabus, distinções e cerimônias”.

Se alimentar fornece sustento necessário à vida com isso Zaro e Vieira afirmam que:

A alimentação adequada é requisito básico para a promoção e a manutenção da saúde, possibilitando pleno crescimento e desenvolvimento humano, com qualidade de vida e cidadania, aliada aos aspectos biológicos e socioculturais dos indivíduos. (Zaro; Vieira, 2014, n. p.).

Sabendo que, a alimentação é importante para os seres vivos, a legislação brasileira na lei 8.080, de dezenove de setembro de mil novecentos e noventa, que fala das condições de saúde, inclui a vigilância nutricional e a orientação alimentar como uma responsabilidade do Sistema Único de Saúde (SUS) para que possa ser feitos levantamentos de pessoas vulneráveis.

## 2.2 VEGETARIANISMOS X VEGANISMO

Sendo uma prática que exclui carnes, o vegetarianismo tem a possibilidade de evitar o consumo de derivados com origem animal. Podendo está muito relacionada ao veganismo, cujo é uma filosofia que defende a libertação animal. Ao se adequar nessas condições, origina no seguimento de determinadas regras norteadoras de condutas alimentares e de interações sociais (CARVALHO; MOREIRA, 2020). Dado como concepção, o vegetarianismo se mantém distanciado de ser um conceito unânime, porém durante o século XIX formou-se uma movimentação sistemática de feição laica, a fim de unificar pautas e propagar sua agenda ao público em geral (OSTOS, 2021).

Sucintamente, o veganismo é uma recomendação de atuação ética que prega a libertação dos animais irracionais por meio da revogação de todas as formas de exploração impostas pelos humanos. Em uma dieta vegana são descartados todos os insumos de origem animal, ingerir carnes e seus derivados, como por exemplo, ovos, laticínios e mel são definitivamente proibidos diferentemente do vegetarianismo onde o consumo desses insumos são aceitos (BRUGGER, 2010).

## 2.3 RELAÇÃO ENTRE A GASTRONOMIA E AS DIETAS VEGETARIANAS

Por mais que seja conhecida como uma arte culinária, a gastronomia vai além do cozinhar, ela é uma ciência que prepõe particularidades e constitui-se de proporcionar o prazer entre os consumidores de alimentos. Para Rocha (2015) a gastronomia tem uma identidade característica e diferencia-se de outras ciências.

Por sua vez, a Gastronomia distingue-se das demais ciências dos alimentos porque prioriza as formas e as características sensoriais dos produtos manipulados que servem à alimentação, não há dúvidas de que essas categorias de análise devem ser significadas. Por significação das categorias de análise entende-se a adoção de conceitos que, embora não prescindam de serem únicos, devem ser suficientes para expressar definições

partilhadas e compreendidas pelos membros de uma comunidade científica. (ROCHA, 2015, p.9).

Em virtude de uma dieta vegetariana equilibrada e cuidadosamente planejada, proporciona uma oferta nutricional apropriada. Ademais, é um meio de prevenção de inúmeras doenças crônicas e neoplásica e permite maior qualidade e expectativa de vida de seus adeptos (GIARETTA et al., 2019).

Fundamentando-se no consumo de alimentos de origem vegetal, sendo adepto ao estilo de vida vegetariano, os aderentes precisam de acompanhamento com especialistas, pois a exclusão de alimentos de origem animal gera a perda de alguns nutrientes. Sobre a dieta vegetariana Krey et al. diz que:

A prática da dieta vegetariana, assim como outros padrões alimentares restritivos, pode ser segura, mas demanda orientação profissional e apresenta benefícios interessantes aos praticantes. Considera-se que os veganos e vegetarianos estritos apresentam um risco maior de carências nutricionais e suas consequências, sendo fundamental que estes indivíduos busquem o apoio de Nutricionistas, para o auxílio do alcance de suas necessidades nutricionais. (KREY et al., 2017, p. 412).

De acordo com o estudo feito por Miranda et. al. (2013), os indivíduos adeptos ao vegetarianismo nem sempre possuem insuficiência nutricional, porém requer uma atenção ao cardápio como forma de prevenção:

[...] observou-se que para todos os tipos de vegetarianismo houve inadequação na ingestão de cálcio, o que é preocupante, visto que este nutriente é fundamental para a saúde óssea, atuando também no metabolismo de hormônios proteicos (*sic*) e na liberação ou ativação de enzimas celulares. (MIRANDA et al., 2013, p. 170).

A cerca desse tema, existem diversas controvérsias, Meirelles, Veiga e Soares revelam através de estudos que existem vários benefícios aos que adotam esses hábitos alimentares. Segundo eles, essa dieta promove, por exemplo, uma longevidade maior. Contudo listam também os malefícios que podem surgir:

Em contrapartida, indivíduos vegetarianos também podem estar mais susceptíveis ao surgimento de estados carenciais (*sic*) de nutrientes. No entanto, vale ressaltar que o risco de inadequações energética, de vitaminas e de minerais guarda uma estreita relação com o grau de restrição de alimentos de origem animal imposto pela dieta (MEIRELLES; VEIGA; SOARES, 2001, p.69).

Sendo adepto a dieta vegetariana os indivíduos devem procurar um profissional especializado no assunto, pois essa prática apresenta benefícios, porém tem seus malefícios. Em relação a isso Baena (2015) conclui que:

A dieta vegetariana desfavorece o consumo excessivo de energia e de substâncias associadas ao desenvolvimento de doenças crônicas e ainda disponibiliza inúmeras substâncias ativas, como os fitoquímicos e as fibras, que proporcionam benefícios para a saúde. Apesar disso, o consumo exclusivo de vegetais pode favorecer deficiências de nutrientes específicos, principalmente, em situação de vulnerabilidade socioeconômica com restrição ao acesso de calorias e proteínas. Análise cuidadosa de conjuntura e planejamento individualizado permitem (*sic*) ampliar o conjunto de alternativas

dietéticas para almejar a “dieta ótima”, com o máximo de benefícios, o mínimo de riscos para saúde e, quiçá, também satisfazer algumas motivações não exploradas nesta revisão (BAENA, 2015, p. 61).

Selecionar os melhores alimentos que provem de nutrientes é importante para proporcionar a energia do corpo, por isso se faz necessário ao adquirir essa conduta alimentar, variar de forma equilibrada os alimentos a consumir focando nas categorias de nutrientes mais importantes. Sabendo disso, Vasconcelos et. al. (2021) diz que é importante a participação de um especialista para que não ache desordens alimentares, pontuando que ser adepto a essa dieta não significa que o indivíduo terá alguma deficiência em nutrientes.

## 2.4 VEGANISMO UMA VISÃO FILOSOFICA NA GASTRONOMIA

Em comparação com o vegetarianismo o veganismo é um tema mais recente que surgiu através das reflexões do direito dos animais, que atualmente abrangem abundantes temas sociais como do meio ambiente, da sustentabilidade, do feminismo, da política e outras (MAGALHÃES; OLIVEIRA, 2019). O veganismo prega a abolição do uso de animais em qualquer tipo de produtos, optando assim por uma alimentação orgânica sem qualquer indício de derivado animal. Trigueiro afirma que:

Em linhas gerais, o veganismo almeja a construção de um postulado ético que reconheça os direitos dos animais e a inclusão dos mesmos à comunidade moral, e um *modus vivendi* que projeta para o centro do debate uma responsabilidade para com o ato de consumo (mudanças de estilo de vida e de hábitos alimentares) (TRIGUEIRO, 2013, p. 237).

Segundo Campos (2019), a conduta alimentar vegana surge a partir de diversos conceitos, ou seja, existem diferentes motivos que levam o indivíduo ser vegano. Uma vez que, se preza pelos direitos dos animais, por um comportamento sustentável ou até mesmo por questões de segurança alimentar, este público está sujeito a encontrar dificuldades para se alimentar fora de casa, visto que, o mundo capitalista em que vivemos vê uma oportunidade de obter maior lucro. Isto porque para uma alimentação adequada aos aderentes do veganismo, requer uma maior atenção, logo os mesmos seguem um padrão restritivo.

## 2.5 O AMBIENTE DE PRAÇAS DE ALIMENTAÇÕES

No alto índice de competitividade em que estão inseridas as organizações faz com que surja a necessidade de estruturação e diferenciação entre as mesmas, vendo a crescente importância de uma gestão que ofereça um trabalho diferenciado de modo a gerar lucro e ser sustentável (SANTOS; PEREIRA; QUATRIN, 2013). Para Franco e Rego (2005), as dificuldades existentes para o público não consumidor de produtos cárneos se alimentarem fora de casa tem relação com a falta de conhecimento dos envolvidos na produção de uma Unidade

produtora de refeições- UPR. O fato de o profissional desconhecer o que motiva o indivíduo adotar essa conduta alimentar, pode gerar preconceito e acaba não atendendo as expectativas do cliente.

Mesmo diante ao aumento considerável das dietas vegetarianas com diminuição do consumo de carne este fenômeno social e cultural que já apresenta impactos relevantes no mercado do setor de alimentação. Além do mais, observa-se uma grande procura e valorização das experiências gastronômicas completas no setor de alimentação. Contudo o público vegetariano ainda encontra dificuldades para se alimentar fora de casa (ARMONI; MASTELLA, 2020). Corroborar para isso a fala de Castro, et. al.:

A busca por estabelecimentos de comercialização alimentícia, como restaurantes e padarias, para realização de refeições rotineiras ou para socialização com amigos e familiares implica em diversas dificuldades para o público vegano e vegetariano. (CASTRO, et. al. 2021, p. 365- 366).

Com isso, Castro (2021) conclui que os serviços que trabalham oferecendo alimentos, devem se adequar às diferentes formas de alimentação. Sendo assim, a dedicação dos estabelecimentos comerciais acerca de temas inovadores, é fundamental para que todos os envolvidos tenham benefícios.

### **3 METODOLOGIA**

Trata-se de um estudo qualitativo baseado no método de revisão integrativa e tem como objetivo analisar pesquisas em temas já estudados e que podem nortear para futuras pesquisas, a fim de ter sempre a possibilidade de expressar uma opinião crítica e analisar o próprio ponto de vista sobre um determinado tema, possibilitando assim desenvolver várias pesquisas e com alguns resultados diferenciados sobre o mesmo tema (MENDES; SILVEIRA; GALVÃO, 2008). O método utilizado para coletados dados na extração de informações foram os balanços de dados após uma leitura crítica do título e resumo dos artigos na qual as fontes estão relacionadas ao tema. A organização dos materiais foi desenvolvida simultaneamente a extração de informações.

Para a obtenção das pesquisas bibliográficas foram realizadas consultas nas bases de dados: *Scientific Electronic Library Online* (SciELO), Google Acadêmico, Periódicos CAPES. Usando como estratégia de busca ao tema abordado, e a combinação dos seguintes descritores: Gastronomia, Vegetarianismo, Se Alimentar Fora de Casa, Praça de Alimentação e, Dieta Vegetariana.

A pesquisa foi realizada a partir de agosto de 2022. O tempo para a seleção de artigos foi entre os anos de 2000 a 2022. Sendo empregados como critérios de inclusão: Artigos completos de maneira gratuita que abordam a temática sobre a gastronomia frente ao movimento

vegetariano, onde se utilizou artigos nos idiomas em português e espanhol publicado em periódicos nacionais e internacionais. E como critérios de exclusão têm-se: Artigos que o tema não seja coerente o estudo. Para a análise, inicialmente foi utilizada a extração dos dados dessas fontes de forma precisa. Dessa maneira, esses dados obtidos foram apresentados pelo ponto de vista da revisão na qual foi pesquisada.

## **4 RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Os resultados oriundos dessa pesquisa realizada pela bibliografia proporcionaram um direcionamento sobre a atuação dos profissionais diante os movimentos. Para facilitar a exposição, discussão e compreensão desses resultados, essa seção foi subdivida conforme os subtemas que foram expostos no alusivo teórico.

### **4.1 BEM-ESTAR E ALIMENTO**

A alimentação não é somente uma questão de luxo, mas também é uma necessidade básica, pois através dela é que os seres humanos obtêm energias necessárias para sua sobrevivência. Além disso, proporciona novos horizontes, visto que, a alimentação tem que suprir as tais necessidades, surgem os profissionais que atuam nessa área (PROENÇA, 2010). Durante seu estudo, Pedraza (2004) afirma que a alimentação básica é necessária, pois é uma forma de dignidade humana, destaca também que a má alimentação resulta em doenças.

Visto que a alimentação é essencial, Zaro e Vieira (2014) também discorrem sobre essa importância quando afirmam que a alimentação é um requisito básico para a humanidade. Sabendo que, a alimentação está ligada à disposição e à resistência física, não é preciso somente comer, deve se optar por alimentos de qualidade e saudáveis, a má escolha das refeições podem causar baixo desempenho durante suas atividades corriqueiras. A alimentação é essencial para a saúde do indivíduo, que a legislação brasileira define que o SUS deve ser responsável pela realização de levantamentos sobre pessoas em estado de vulnerabilidade.

### **4.2 O PONTO DE VISÃO NUTRICIONAL**

Ao se tratar de saúde, ou seja, quando se fale do valor nutricional, percebe-se que os autores selecionados de alguma forma conversam entre si, ocorrendo uma concordância entre os mesmos, vejamos a seguir o quadro que mostra a concordância dos autores ao falar dos benefícios e malefícios da dieta.

Quadro 1: Concordância dos autores ao falar dos benefícios e malefícios da dieta.

| AUTOR(ES)/ANO                  | TITULO DO ARTIGO                                                                                                               | BENEFÍCIOS                                                                                                                                                                                                                                                   | MALEFÍCIOS                                                                                                                                                         |
|--------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| BAENA, 2015                    | Dieta vegetariana: riscos e benefícios.                                                                                        | Menor risco de desenvolver sobrepeso/obesidade, doenças cardiovasculares, hipertensão, diabetes, neoplasias, entre outras condições, que comprometem a qualidade de vida e a longevidade (p. 57).                                                            | Alguns nutrientes podem ficar indisponíveis, podendo desenvolver carências, sendo elas: proteína, cálcio, ferro e zinco, bem como a vitamina B12, Omega-3 (p. 59). |
| GIARETTA et al., 2019          | Avaliação dos benefícios e riscos da dieta vegetariana: atualização sobre o tema versus senso comum em tempos de pós verdades. | Para promoção da saúde, como no caso de doenças cardiovasculares, já que estas dietas se associam aos menores níveis de colesterol total e de colesterol do tipo LDL.                                                                                        | Podendo acarretar deficiência de alguns nutrientes como: vitamina B12, vitamina D, ácidos graxos ômega 3, cálcio, ferro, zinco e proteína                          |
| KREY et al., 2017              | Atualidades sobre dieta vegetariana.                                                                                           | Redução do risco de doenças crônicas, como sobrepeso/obesidade, doenças cardiovasculares, hipertensão arterial, diabetes mellitus do tipo 2, entre outros fatores (p. 409).                                                                                  | Carência em: vitamina B12, vitamina D, ácidos graxos ômega 3, cálcio, ferro e zinco (p.408).                                                                       |
| MEIRELLES; VEIGA; SOARES, 2001 | Implicações nutricionais das dietas vegetarianas.                                                                              | Diminuição do risco de algumas condições patológicas crônicas, podendo-se citar hipertensão arterial, doença isquêmica do coração, doença diverticular, osteoporose e alguns tipos de câncer, além do acidente vascular cerebral e diabetes mellitus (p.60). | Menores teores de proteínas, e seu conteúdo de micronutrientes como iodo, selênio e vitamina B12 é extremamente baixo (p.63).                                      |
| MIRANDA et. al. 2013           | Qualidade nutricional de dietas e estado nutricional de vegetarianos.                                                          | Benefícios nutricionais: como a baixa ingestão de gorduras saturadas e colesterol e a alta ingestão de carboidratos complexos, fibras dietéticas e antioxidantes (p.165).                                                                                    | Os nutrientes mais prejudicados podem ser: proteína, cálcio, ferro e zinco, bem como a vitamina B 12 (p.171)                                                       |
| VASCONCELOS et. al. 2021       | A importância do profissional da nutrição na orientação adequada dos praticantes do vegetarianismo.                            | Quando organizadas, proporcionam macro e micronutrientes em quantidades adequadas, além de inúmeras substâncias ativas, como fitoquímicos e fibras (p.4).                                                                                                    | Baixa ingesta de alimentos que tem em sua composição a Vitamina B12, Cálcio, Zinco, o ômega-3, e demais micro e macro nutrientes (p.4).                            |

Fonte: Autora do artigo, Teresina, 2022.

Como observado no quadro 1, os autores apontam que existem vários benefícios para a saúde dos praticantes do regime alimentar sem carne. Contudo, apontam os principais malefícios que são: proteína, cálcio, ferro e zinco, bem como a vitamina B12. A dieta vegana/vegetariana assim como qualquer outra, se não elaborada corretamente causa danos à saúde.

De modo geral, os autores percebem que a dieta vegetariana pode ser benéfica tanto maléfica isso irá depender da forma de sua execução. Apontam também que um motivo dessas inadequações ao executar esses regimes são a falta de especialistas qualificados para a orientação e elaboração de cardápio. Existem controvérsias em relação a essa dieta, pois por mais que não seja um assunto que surgiu recentemente ainda existem dificuldades de chegar a um consenso. O que se sabe de certo é que, manter o equilíbrio na hora de elaborar o cardápio é fundamental para que não ocorram problemas futuros. Reconhece que é essencial um acompanhamento nutricional.

#### **4.3 UMA VISÃO COMPLEXA NA GASTRONOMIA**

Sabendo que o veganismo vai além da forma de se alimentar, vê-se a preocupação com a qualificação dos profissionais que trabalham com o setor alimentício. Percebe-se que uma pessoa adota essa conduta alimentar por vários motivos sendo o mais importante a causa dos direitos dos animais. E por isso vê-se a necessidade de profissionais qualificados para atender as expectativas desse público (MAGALHÃES; OLIVEIRA, 2019).

No veganismo não basta somente parar de comer carne, têm-se toda uma construção de ideologias e crenças, pois a crueldade com o animal vem muito antes do abate do animal. Esse ciclo de maldade vem desde a forma de criação, onde recebem hormônios a fim de ter uma carne de qualidade. Todos esses processos geram séries de reflexões nesses públicos, visto que os postulados éticos em prática cotidiana (TRIGUEIRO, 2013).

Em seu estudo, Campos (2019) diz que os impactos benéficos são as principais causas do aumento dessas restrições alimentares, citando os benefícios relacionados à saúde e ao meio ambiente. Por isso, empresas que trabalham com esse nicho, devem se comprometer ao oferecer alimentos voltados para esse público, levando em consideração as causas sociais envolvidas nesses movimentos, até porque ao se comprometer essas empresas são valorizadas.

#### **4.4 DESAFIOS PARA REALIZAR AS REFEIÇÕES FORA DE CASA**

Mesmo com grandes avanços no mercado alimentício, os adeptos aos movimentos vegetarianos/veganos encontram dificuldades para fazer suas refeições fora de casa. Com base nos resultados do estudo de Santos, Pereira e Quatrin (2013) onde afirmam que, conhecer o seu público é importante para um negócio ser bem sucedido, levantando ainda preferência dos consumidores na hora dos indivíduos escolherem o local para realizarem suas refeições fora de casa. Segue o Quadro 2 que descreve o processo de busca e de relevância para essa pesquisa, para uma melhor visualização.

Quadro 2: Representação dos artigos selecionados no estudo, Teresina, 2022

| AUTOR(ES)/ANO                                  | TÍTULO DO ARTIGO                                                                                                                        | CONTRIBUIÇÃO PARA ESSA PESQUISA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>SANTOS;<br/>PEREIRA;<br/>QUATRIN, 2013.</b> | A arte de agregar valor ao serviço: um estudo sobre as variáveis que interferem na escolha de um restaurante.                           | A forma em que os autores descrevem o que agrada as pessoas na hora de escolher um estabelecimento para frequentar, dando ênfase à importância de a instauração fazer adaptações que atraiam o público. Desde modo, podemos ter o norteamento de o porquê de existir dificuldades em se alimentar fora de casa para esse público.                                                                                                                 |
| <b>FRANCO; REGO, 2005.</b>                     | Marketing estratégico para subculturas: um estudo sobre hospitalidade e gastronomia vegetariana em restaurantes da cidade de São Paulo. | Os autores descrevem que as dietas vegetarianas não devem ser consideradas somente do ponto de vista nutricional. Ressaltando a importância de um cardápio elaborado para esse público, visto que, muitos consideram esses regimes como só o consumo de folhas, carne de soja e seus derivados. Por mais que essa forma de se alimentar venha ganhando destaque, os restaurantes especializados não acompanham o ritmo de crescimento dos mesmos. |
| <b>ARMONI;<br/>MASTELLA, 2020.</b>             | Análise da oferta de opções vegetarianas em bares e restaurantes não especializados.                                                    | A análise realizada pelos autores faz com que perceba a importância dos responsáveis pela cozinha em elaborar e adaptar seus cardápios para atender diversos clientes. Apontando ainda a importância de uma manipulação correta.                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>CASTRO, et. al. 2021</b>                    | Alimentação vegetariana e suas derivações: Uma abordagem mercadológica só alimentação vegetariana e suas derivações                     | O estudo de Castro et. al. 2021 acrescenta que a dificuldade consiste em achar estabelecimentos confiáveis e acessíveis, visto que a alimentação vegana/vegetariana é mais cara. Segundo esse estudo, os adeptos a esses movimentos sentem receio de se alimentar em alguns estabelecimentos.                                                                                                                                                     |

Fonte: Autora do artigo, Teresina, 2022.

Como visto no quadro 2, os autores percebem que por mais que os movimentos vegetarianos apresentem crescente, observa-se diversas dificuldades para encontrar lugares que passem conforto ao cliente. Como observado, Armoni e Mastella (2020) apontam que, o público vegetariano apresenta incertezas na hora de consumir alimentos fora de casa, pois além da falta de informações dos pratos, a falta de conhecimento do ambiente de manipulação do alimento faz com que os mesmos fiquem desconfiados sobre haver algum restringir de carne e embutidos. Os adeptos as dietas tanto vegana quanto vegetariana excluem a carne e seus embutidos de sua alimentação, fazendo com que, por exemplo, o fato de uma colher encostar em um molho contendo carne e depois e no prato vegano/vegetariano, o indivíduo descarte o prato automaticamente.

Para Franco e Rego (2005) a dificuldade para ter estabelecimentos comerciais nesse segmento, pode estar relacionada ao fato dessas dietas serem vistas como prática nutricional, ou seja, sempre relacionadas com a questão de saúde. Os autores tratam falando que se um estabelecimento comercial realmente se planejar, conseguem chamar a atenção desse público.

Castro et. al. (2021) trata das dificuldades dos adeptos a essas dietas em encontrar em estabelecimentos confiáveis e acessíveis. Os autores descrevem o público não consumidor de produtos animais e isso direciona com uma visão do perfil deles. Apontando que uma das dificuldades desse público seja a confiabilidade no estabelecimento onde são oferecidos os alimentos por conta da contaminação cruzada, acessibilidade nos preços.

## **5 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

A alimentação é um fator essencial para que o ser humano possua energia. Com isso, a área de gastronomia ganha destaque por oferecer uma ampla variedade de receitas. Além disso, a forma de se alimentar, quando ao que se consome vem se diferenciando ao longo do tempo, sendo influenciado de várias maneiras, seja pela cultura, religião entre outros.

A dieta vegana e vegetariana são exemplos de como a forma de se alimentar está diferente. Em relação a essas dietas, os profissionais de gastronomia devem trabalhar em conjunto com os profissionais de nutrição para promover um cardápio adequado aos praticantes dessas dietas. Onde os nutricionistas indicam os alimentos, nutrientes que possam suprir as necessidades nutricionais dos adeptos das dietas vegetarianas/ veganas, e o profissional de gastronomia desenvolvam receitas diferenciadas a partir das orientações nutricionais. Devem também passar por programas de capacitação para atender esse público a fim de manter um negócio sólido e de sucesso.

Ressaltando o comportamento dos clientes que não consomem produtos de origem animal, conclui-se que, uma UPR deve possuir bom planejamento estrutural visto a relevância a ser considerada acerca da contaminação cruzada. Outro fator a ser levado em consideração é a atmosfera do ambiente do estabelecimento, por isso se faz necessário oferecer programas de capacitação para os funcionários, a fim de evitar a descriminalização com esses clientes.

No Brasil é possível encontrar cursos de capacitação em cardápios veganos e vegetariano, geralmente estes são cursos de pós-graduação. Contudo, ainda assim é possível encontrar diferentes minicursos oferecidos independentemente de formação acadêmica. Com a crescente nas mídias sociais, os profissionais da área de gastronomia podem se adequar à essas dietas através de buscas sobre a relevância do tema, cujo uma vez que o profissional desconhece os motivos que levam o indivíduo a ser vegano ou vegetariano, pode acarretar em discriminação para com o cliente.

## REFERÊNCIAS

- ABREU, Edeli Simioni de; VIANA, Isabel Cristina; MORENO, Rosymaura Baena; TORRES, Elizabeth Aparecida Ferraz da Silva. (2001). Alimentação mundial: uma reflexão sobre a história. **Saude soc.** [online], vol.10, n.2, pp. 3-14. ISSN 0104-1290.
- ARMONI, Filipe; MASTELLA, Mauro. Análise da oferta de opções vegetarianas em bares e restaurantes não especializados. **Revista Hospitalidade**, v. 17, n. 03, (set-dez) de 2020.
- BAENA, Renato Corrêa. Dieta vegetariana: riscos e benefícios. **Diagn Tratamento**. v. 20, n. 2, p. 56-64 2014
- BRUGGER, Paula. Nós e os outros animais: especismo, veganismo e educação ambiental. **Linhas Críticas**, v. 15, n. 29, p. 197-214, jul./dez. 2010.
- CAMPOS, Lígia Moraes de. A crescente onda do veganismo e o surf das FoodTechs. **Revista Ingesta**, v.1 n.2, 266-267, 2019.
- CARVALHO, Rodrigo Clementino de; MOREIRA, Júnina Maria. Níveis de Concordância com Regras Descritivas sobre Comportamentos Alimentares entre Veg(etari)anos. **Psico-USF**, Bragança Paulista, v. 25, n. 3, p. 533-545, jul./set. 2020.
- CASTRO, Ana Beatriz Falcunier; OLIVEIRA, Ana Claudia Maia.; OLIVEIRA, Ingrid Abigail Cruz.; OLIVEIRA JUNIOR, Manoel Carlos de. Uma abordagem mercadológica so alimentação vegetariana e suas derivações. **Anais do Simpósio Sul-Mato-Grossense de Administração**, v. 4, n. 4, p. 361-376, 1 jul. 2021.
- FRANCO, Érica de Sousa; REGO, Raul Amaral. Marketing estratégico para subculturas: um estudo sobre hospitalidade e gastronomia vegetariana em restaurantes da cidade de São Paulo. **\*Turismo - Visão e Ação**, \* vol. 7, núm. 3, septiembre-diciembre, 2005, pp. 469-482
- GIARETTA, Gabriela Grande; TREVISANI, Julia Petry; BERNDSEN, Laura Pancotte; et al. Avaliação dos benefícios e riscos da dieta vegetariana: atualização sobre o tema versus senso comum em tempos de pósverdades. In: BENEDITO RODRIGUES DA SILVA NETO (Ed.). **Prevenção e Promoção de Saúde** 7. 1. ed. [s.l.]: Atena Editora, 2019, p. 61–71. Disponível em: <https://www.atenaeditora.com.br/post-ebook/2831>. Acesso em: 26 jun. 2022.
- KREY, Izabela Pinheiro; ALBUQUERQUE, Deborah Pereira; COSTA, Marina Mendes da; et al. Atualidades sobre dieta vegetariana. **Nutrição Brasil**, v. 16 n. 6 p. 406- 413, Fev./Dez., 2017.
- MAGALHÃES, Márcia Pimentel; Oliveira, José Carlos de. Veganismo: aspectos históricos. **Revista Scientiarum História**, 2019, 2, 8. [https://doi.org/10.51919/revista\\_sh.v2i0.68](https://doi.org/10.51919/revista_sh.v2i0.68).
- MEIRELLES, CLÁUDIA DE MELLO; VEIGA, GLÓRIA VALÉRIA DA; SOARES, ELIANE DE ABREU. Implicações nutricionais das dietas vegetarianas. *Nutrire: rev. Soc. Bras. Alim.Nutr.=J. Brazilian Soc. Food Nutr.*, São Paulo, SP. v. 21, p. 57-72, jun., 2001.
- MENDES, K. D. S; SILVEIRA, R. C. C. P; GALVÃO, C. M, Revisão Integrativa: Método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde de enfermagem. **Texto & Contexto – Enfermagem**, Florianópolis, v. 17, n. 4, Out./Dez., 2008.

MIRANDA, Daniela Elias Goulart de Andrade; GOMES, Adrielly Rodrigues; MORAIS, Jussara de Ávila; TONETTI, Talita Carolina; VASSIMON, Helena Siqueira. Qualidade nutricional de dietas e estado nutricional de vegetarianos. **Demetra**; 2013; 8(2); p. 163-172.

ORTIGOZA, Silvia Aparecida Guarnieri. Alimentação e saúde: As novas relações espaço-tempo e suas implicações nos hábitos de consumo de alimentos. **84 R. RA'E GA**, Curitiba, Editora UFPR, n. 15, p. 83-93, 2008.

OSTOS, NATASCHA STEFANIA CARVALHO. “Carnivorismo é uma civilização”: vegetarianismo brasileiro e discursos sobre os animais, 1902-1940. **História, ciências, saúde - Manguinhos** (Impresso), v. 28, p.41, Out./Dez, 2021. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/?lang=pt&q=au:%22Ostos,%20Natascha%20Stefania%20Carvalho%20De%22>. Acesso em: 8 de maio de 2022.

PEDRAZA, Dixis Figueroa. Padrões Alimentares: da teoria à prática – o caso do Brasil. **Revista Virtual de Humanidades**, n. 9, v. 3, jan./mar.2004

Presidência da República. Casa Civil. Subchefia para Assuntos Jurídicos. **Lei nº 8.080**, de 19/09/1990.

PROENÇA, Rossana Pacheco da Costa. Alimentação e globalização: algumas reflexões. **Ciência e Cultura**, v.62, n.4, p.43-47, 2010.

ROCHA, Fernando Goulart. Gastronomia: ciência e profissão. **Arquivos Brasileiros de Alimentação - ABA**, Recife, v.1 (1):3-20, mai./jun., 2015.

SANTOS, João Heitor de Ávila; PEREIRA, Breno Augusto Diniz; QUATRIN, Denise Rossato. A arte de agregar valor ao serviço: um estudo sobre as variáveis que interferem na escolha de um restaurante. **CULTUR Revista de Cultura e Turismo**, v. 7, n. 2, p.34, Jun. 2013.

Sociedade Vegetariana Brasileira. **Vegetarianismo**, 2019. Disponível em: <https://www.svb.org.br/vegetarianismo1/o-que-e>. Acesso 8 de maio de 2022.

TRIGUEIRO, Aline. Consumo, ética e natureza: o veganismo e as interfaces de uma política de vida. **R. Inter. Interdisc. INTERthesis**, Florianópolis, v.10, n.1, p. 237-260, Jan./Jun. 2013.

VASCONCELOS, Bruna Karine Bastos de; FARIAS, Monique dos Santos; SILVA, Daize Milena Costa da; FREITAS, Francisca Marta Nascimento de Oliveira. A importância do profissional da nutrição na orientação adequada dos praticantes do vegetarianismo. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 13, e148101321112, 2021.

ZARO, Noemi Filipin Castro; Vieira, Ana Paula. **Orientação para uma alimentação adequada visando à promoção da saúde**. In: PARANÁ. Secretaria de Estado da Educação. Superintendência de Educação. Os Desafios da Escola Pública Paranaense na Perspectiva do Professor PDE, 2014. Curitiba: SEED/PR., 2016. V.1. (Cadernos PDE). Disponível em: [http://www.diaadiaeducacao.pr.gov.br/portals/cadernospde/pdebusca/producoes\\_pde/2014/2014\\_unioeste\\_cien\\_artigo\\_noemi\\_filipin\\_castro\\_zaro.pdf](http://www.diaadiaeducacao.pr.gov.br/portals/cadernospde/pdebusca/producoes_pde/2014/2014_unioeste_cien_artigo_noemi_filipin_castro_zaro.pdf). Acesso em: 01/11/2022. ISBN 978-85-8015-080-3