



**Universidade:
presente!**

UFRGS
PROPEAQ



XXXI SIC

21. 25. OUTUBRO • CAMPUS DO VALE

Evento	Salão UFRGS 2019: SIC - XXXI SALÃO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA DA UFRGS
Ano	2019
Local	Campus do Vale - UFRGS
Título	Fatores Culturais e de Estilo de Vida Envolvidos na Escolha pelo Vegetarianismo
Autor	CAMILLA HORN SOARES
Orientador	DIVAIR DONEDA

Fatores Culturais e de Estilo de Vida Envolvidos na Escolha pelo Vegetarianismo

Autor: Camilla Horn Soares

Orientadora: Dra. Divair Doneda

Universidade Federal do Rio Grande do Sul

Introdução: Segundo a mais recente pesquisa do Instituto Brasileiro de Opinião Pública e Estatística (IBOPE), de 2018, cerca de 14% dos brasileiros se declararam vegetarianos, 75% a mais do que o encontrado em 2012. Considerando esse aumento no número de pessoas que estão aderindo a dietas vegetarianas, julga-se importante ampliar o conhecimento sobre a população vegetariana para compreender melhor quem realiza essa escolha. **Objetivos:** Identificar fatores culturais e de estilo de vida envolvidos no vegetarianismo e as maiores dificuldades alimentares encontradas pelos indivíduos que realizam essa escolha. **Métodos:** Os dados sobre perfil de cultura e de estilo de vida foram coletados por meio do questionário eletrônico aplicado no estado do Rio Grande do Sul, em uma amostra de 202 pessoas pertencentes às vertentes do vegetarianismo e do veganismo. Dentre as questões abordadas, estão: cultura e sociabilidade, alimentação e opção pelo vegetarianismo. Projeto de pesquisa aprovado pelo CEP UFRGS, CAAE: 70213317.0.0000.5347. **Resultados:** Participaram 202 pessoas (mulheres=178, 88%) com média de idade de 29 anos (DP=9,5), dos quais 48% se declararam ovolactovegetarianos e 33% veganos, 93% com curso superior incompleto, completo, mestrado e/ou doutorado, 65% da área da saúde e 73% pertencendo à classe média. Sobre as principais motivações para aderir ao vegetarianismo, os destaques foram: ética e direito dos animais (92%), meio ambiente (56%) e saúde (35%). Em relação à religião, 78% informaram que tem espiritualidade, mas não se identificavam com nenhuma religião ou, simplesmente não possuíam religião, e que a escolha pelo vegetarianismo não se relacionava com a religião (81%). A maioria (94%) considerava que a maior vantagem em ser vegetariano era a satisfação por ter feito uma opção mais consciente. Quanto à alimentação, responderam que sua ingestão de industrializados era baixa ou adequada e o de leguminosas era diário, bem como também consumiam duas a três porções de frutas diariamente e priorizavam alimentos orgânicos, regionais e da estação. As maiores dificuldades decorrentes da escolha pelo vegetarianismo situavam-se no ambiente familiar, já que 31% consideraram a integração dos seus hábitos como vegetariano difícil ou muito difícil nessa esfera social. Além disso, a falta de opções em mercados e restaurantes (58%), a falta de tempo para o preparo das refeições (50%) e o preço dos alimentos e outros produtos veganos (42%) estiveram em destaque quando questionado sobre as principais dificuldades envolvidas na opção pelo vegetarianismo. **Conclusões:** Os dados mostraram que: a) o vegetarianismo teve mais adeptos entre jovens do sexo feminino, de classe média, com bom nível de escolaridade e com alimentação balanceada. b) as maiores dificuldades enfrentadas pelos vegetarianos encontravam-se no ambiente familiar, possivelmente pela carga afetiva relacionada a esse ambiente e à alimentação. Os resultados da pesquisa sugeriram que a escolha pelo vegetarianismo transcende apenas a alimentação, pois contemplou aspectos éticos, ambientais e de saúde. (Apoio: PROPESQ/UFRGS)