



HÉLIA MARIA TAVARES NOGUEIRA

**MOTIVAÇÕES PARA ADOÇÃO DE PRÁTICAS
ALIMENTARES SAUDÁVEIS E SUSTENTÁVEIS**

**LAVRAS - MG
2023**

HÉLIA MARIA TAVARES NOGUEIRA

**MOTIVAÇÕES PARA ADOÇÃO DE PRÁTICAS
ALIMENTARES SAUDÁVEIS E SUSTENTÁVEIS**

Dissertação apresentada à Universidade Federal de Lavras, como parte das exigências do Programa de Pós-Graduação em Nutrição e Saúde, área de concentração em Nutrição e Saúde, para obtenção do título de Mestre.

Prof. Dr. Michel Cardoso De Angelis Pereira
Orientador

Profa. Dra. Rafaela Corrêa Pereira
Coorientadora

**LAVRAS – MG
2023**

**Ficha catalográfica elaborada pelo Sistema de Geração de Ficha Catalográfica da Biblioteca
Universitária da UFLA, com dados informados pelo(a) próprio(a) autor(a).**

Nogueira, Hélia Maria Tavares.

Motivações para adoção de práticas alimentares saudáveis e sustentáveis / Hélia Maria Tavares Nogueira. - 2023.

78 p. : il.

Orientador(a): Michel Cardoso De Angelis Pereira.

Coorientador(a): Rafaela Corrêa Pereira.

Dissertação (mestrado acadêmico) - Universidade Federal de Lavras, 2023.

Bibliografia.

1. Práticas alimentares. 2. Sustentabilidade. 3. Educação alimentar e nutricional. I. Pereira, Michel Cardoso De Angelis. II. Pereira, Rafaela Corrêa. III. Título.

HÉLIA MARIA TAVARES NOGUEIRA

**MOTIVAÇÕES PARA ADOÇÃO DE PRÁTICAS ALIMENTARES SAUDÁVEIS E
SUSTENTÁVEIS
ENVIRONMENTAL MOTIVATIONS FOR THE ADOPTION OF ADEQUATE,
HEALTHY AND SUSTAINABLE EATING PRACTICES**

Dissertação apresentada à Universidade Federal de Lavras, como parte das exigências do Programa de Pós-Graduação em Nutrição e Saúde, área de concentração em Nutrição e Saúde, para obtenção do título de Mestre.

APROVADA em 21 de novembro de 2023.
Profa. Dra. Juciane de Abreu Ribeiro Pereira UFLA
Profa. Dra. Eliane Garcia Rezende UNIFAL

Prof. Dr. Michel Cardoso De Angelis Pereira
Orientador

Profa. Dra. Rafaela Corrêa Pereira
Coorientadora

**LAVRAS – MG
2023**

*Dedico este trabalho primeiramente a Deus, por ser
essencial em minha vida, autor de meu destino, meu guia,
socorro presente na hora da angústia,
ao meu pai in memoriam Adilson, minha mãe Margarida e
as minhas irmãs.*

AGRADECIMENTOS

A elaboração da presente dissertação não poderia ter sido possível sem a colaboração de diversas pessoas, na qual expresso o meu agradecimento por todo o apoio prestado.

Ao meu orientador, Professor Doutor Michel Cardoso De Angelis Pereira por todo o apoio e disponibilidade fornecido ao longo deste período.

A minha coorientadora, Professora Doutora Rafaela Corrêa Pereira, por aceitar o convite e por ter dado os seus contributos para a elaboração da dissertação.

O meu agradecimento por todo o apoio prestado que me deram, pelas correções e incentivos que foram essenciais para a realização da dissertação.

A todos os entrevistados pela disponibilidade em participar nesta investigação e pela partilha de experiências.

Aos meus pais e irmãs, pelas palavras de incentivo, pela presença nos momentos mais difíceis, pela paciência e compreensão nesta fase da minha vida.

Ao Programa de Pós Graduação em Nutrição e Saúde pela motivação e pelos momentos vivenciados ao longo destes 2 anos de Mestrado.

Por fim, um agradecimento a todos os docentes presentes na minha formação, e pelos conhecimentos transmitidos durante todo o percurso.

“Para a ganância, toda a natureza é insuficiente.” (Sêneca)

RESUMO

As escolhas alimentares têm impacto significativo na saúde e no meio ambiente e os sistemas alimentares estão passando por rápida transformação, com implicações importantes para os seres humanos e para a saúde ambiental. A agricultura é responsável por uma parcela substancial das emissões de gases de efeito estufa (GEEs), contribuindo com cerca de 26% das emissões totais. Dentro do setor agrícola, a pecuária e a pesca desempenham um papel especialmente relevante, contribuindo com cerca de um terço das emissões de GEEs associadas à produção de alimentos. A conexão do discurso da sustentabilidade com a Segurança alimentar e Nutricional (SAN) se faz necessário para se criar uma narrativa coerente para uma transição sustentável. O entendimento dos fatores individuais e coletivos que levam os sujeitos a adotarem práticas alimentares adequadas e saudáveis, bem como atitudes sustentáveis, é relevante para o delineamento de ações educativas em alimentação e nutrição efetivas. Este estudo visa investigar as motivações que possam influenciar os sujeitos acerca de suas escolhas alimentares, relacionando tais fatores ao consumo de carne, vegetarianismo e ao comportamento ecológico. **Metodologia:** Os voluntários que aceitaram participar da pesquisa preencheram o questionário sociodemográfico, o Questionário de Escolhas Alimentares (FCQ), a Escala de Atitudes e Crenças entre o Vegetarianismo e o Consumo de Carne e 10 questões baseadas na Escala de Comportamento Ecológico (ECE). Foi realizada análise de agrupamento para identificar o perfil dos respondentes a partir do Questionário de Escolhas Alimentares e da Escala de Comportamento Ecológico. O perfil dos clusters foi analisado por tabulação cruzada e teste de qui-quadrado com as variáveis sociodemográficas, sendo consideradas significativas as diferenças de distribuição de frequência quando $p < 0,05$. **Resultados:** Da amostra estudada ($n=186$), houve predominância de respondentes do sexo feminino (66,2%) e cor de pele branca (64,3%). Com uma proporção de respondentes entre 18 e 50 anos perfazendo um total de 84,9%, com equilíbrio de 1/3 (um terço) entre as faixas etárias de 18 a 24, 25 a 35 e 36 a 50 anos, com 12 anos de escolaridade (2º grau completo) (44,6%) e com renda entre 1 a 2 salários mínimos (26,3%). Foram formados dois agrupamentos a partir da análise das variáveis relacionadas aos motivos para escolhas alimentares (1a e 2a) e dois agrupamentos utilizando as variáveis relacionadas ao comportamento ecológico (1b e 2b). As análises permitiram identificar que as dimensões mais priorizadas nas escolhas alimentares foram “*apelo sensorial*”, “*saúde*” e “*preço*”. “*Conteúdo natural*” foi a dimensão menos considerada pelos Clusters. Os motivos mais comuns relatados pelos Clusters para o consumo de carne foi “*porque me foi introduzido desde a infância*” e “*sabor*”. **Conclusão:** Os resultados do presente trabalho indicam que os principais preditores para uma menor ingestão de carne ou para uma alimentação sem carne são saúde e bem estar. Não foram observadas diferenças nas motivações para adoção de práticas alimentares saudáveis e sustentáveis entre os sujeitos com comportamentos ecológicos mais conscientes e ao outro grupo com comportamentos ecológicos menos conscientes. Os sujeitos se mostraram relutantes em mudar suas dietas para uma direção mais sustentável.

Palavras-chave: Análise de cluster. Práticas alimentares. Sustentabilidade. Educação alimentar e nutricional.

ABSTRACT

Food choices have a significant impact on health and the environment, and food systems are undergoing rapid transformation, with important implications for human and environmental health. Agriculture accounts for a substantial portion of greenhouse gas (GHG) emissions, contributing about 26% of total emissions. Within the agricultural sector, livestock and fishing play a particularly relevant role, contributing about one-third of GHG emissions associated with food production. Connecting sustainability discourse with Food and Nutritional Security (FNS) is necessary to create a coherent narrative for sustainable transition. Understanding the individual and collective factors that lead individuals to adopt adequate and healthy dietary practices, as well as sustainable attitudes, is relevant for designing effective educational actions in food and nutrition. This study aims to investigate the motivations that may influence individuals' food choices, relating such factors to meat consumption, vegetarianism, and ecological behavior. **Methodology:** Volunteers who agreed to participate in the research completed a sociodemographic questionnaire, the Food Choice Questionnaire (FCQ), the Scale of Attitudes and Beliefs between Vegetarianism and Meat Consumption, and 10 questions based on the Ecological Behavior Scale (ECE). Cluster analysis was performed to identify respondents' profiles based on the Food Choice Questionnaire and the Ecological Behavior Scale. Cluster profiles were analyzed by cross-tabulation and chi-square test with sociodemographic variables, with differences in frequency distribution considered significant when $p < 0.05$. **Results:** From the studied sample ($n=186$), there was a predominance of female respondents (66.2%) and white skin color (64.3%). With a proportion of respondents between 18 and 50 years old totaling 84.9%, evenly distributed across the age ranges of 18 to 24, 25 to 35, and 36 to 50 years, with 12 years of schooling (high school completion) (44.6%), and with income between 1 to 2 minimum wages (26.3%). Two clusters were formed based on the analysis of variables related to reasons for food choices (1a and 2a), and two clusters were formed using variables related to ecological behavior (1b and 2b). The analyses allowed identifying that the most prioritized dimensions in food choices were "sensory appeal," "health," and "price." "Natural content" was the least considered dimension by the Clusters. The most common reasons reported by the Clusters for meat consumption were "because it was introduced to me since childhood" and "taste." **Conclusion:** The results of the present study indicate that the main predictors for lower meat intake or for a meatless diet are health and well-being. No differences were observed in motivations for adopting healthy and sustainable dietary practices between individuals with more environmentally conscious behaviors and the other group with less environmentally conscious behaviors. Subjects showed reluctance to change their diets towards a more sustainable direction.

Keywords: Cluster analysis. Food practices. Sustainability. Food and nutritional education.

SUMÁRIO

1.	INTRODUÇÃO	11
2.	OBJETIVO	13
2.1	Objetivo geral.....	13
2.2	Objetivos específicos.....	13
3.	REFERENCIAL TEÓRICO	13
3.1	Alimentação, nutrição e sustentabilidade.....	13
3.2	Políticas de alimentação e nutrição e sustentabilidade	16
3.3	Motivações relacionadas às escolhas alimentares.....	18
3.4	Motivações que influenciam os padrões de consumo alimentar sustentável.....	19
3.5	Dietas saudáveis e sustentáveis.....	20
3.6	Guia alimentar sob a perspectiva da sustentabilidade.....	21
3.7	Sistema alimentar e impactos ambientais	22
3.8	Monocultura e agricultura familiar nos sistemas alimentares.....	25
4.	MATERIAIS E MÉTODOS	27
4.1	Desenho experimental e amostra	27
4.2	Coleta de dados	27
4.3	Instrumentos de coleta de dados	28
4.3.1	Questionário sociodemográfico	28
4.3.2	Questionário de escolhas alimentares (FCQ).....	28
4.3.3	Escala de Atitudes e Crenças entre o Vegetarianismo e o Consumo de Carne	29
4.3.4	Escala de comportamento ecológico	29
4.3.5	Análise de dados	30
5.	RESULTADOS E DISCUSSÃO	30
5.1	Caracterização da amostra	31
5.2	Caracterização dos Clusters segundo motivos para escolhas alimentares.....	32
5.2.1	Vegetarianismo e consumo de carne.....	38
5.2.2	Motivos para o consumo de carne.....	41
5.2.3	Motivos para não seguir uma dieta vegetariana.....	42
5.2.4	Motivos para seguir uma dieta vegetariana	43
5.3	Caracterização dos Clusters segundo comportamento ecológico	44
5.3.1	Vegetarianismo e consumo de carne.....	46
5.3.2	Motivos para o consumo de carne.....	48

5.3.3	Motivos para não seguir uma dieta vegetariana.....	48
5.3.4	Motivos para seguir uma dieta vegetariana	49
6	CONCLUSÃO.....	50
7	CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	51
	REFERÊNCIAS	53
	ANEXOS	62
	APÊNDICES	66

1. INTRODUÇÃO

As escolhas alimentares têm um impacto significativo na saúde e no meio ambiente e os sistemas alimentares estão passando por rápida transformação, com implicações importantes para os seres humanos, assim como para a saúde ambiental. As preocupações são múltiplas e vão desde o meio ambiente, equidade e economia, até questões nutricionais e de saúde. Inclui a percepção de que alimentar o mundo hoje requer mais do que aumentar a quantidade de comida, mas uma atenção especial para o que se come, o quanto se come e o impacto ambiental que a produção e distribuição desses alimentos irão causar.

A obesidade, a fome e as mudanças climáticas são desafios para a saúde pública e a nutrição, e os padrões atuais de consumo contribuem para essas questões e precisam do enfrentamento, em conjunto, para garantir indicações alimentares adequadas, sustentáveis e saudáveis. A alimentação atual tem se tornado insustentável, por ser composta por alimentos que demandam muita energia para sua produção, que têm grande impacto ambiental e necessitam de vasta extensão de terra para produzi-los, podendo acentuar outros problemas relacionados à produção e ao suprimento de alimentos.

Estima-se que a população global chegue a 9 bilhões de pessoas até 2050 e os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) foram definidos para enfrentar o desafio global ameaçador do crescimento populacional, o esgotamento dos recursos naturais e das mudanças climáticas (DE BACKER et al., 2020). A produção atual de alimentos é responsável por 20 a 30% da emissão de Gases do Efeito Estufa (GEE), e uma transformação radical em direção a sistemas alimentares mais sustentáveis será necessária para atender a demanda crescente por alimentos, ao mesmo tempo em que aborda o aumento das doenças crônicas e as desigualdades sociais. Dietas não saudáveis são um dos maiores fatores de risco que impulsionam a carga global da doença e o impacto ambiental (GRAÇA; CALHEIROS; OLIVEIRA, 2015). Alcançar um mundo sem pobreza, fome zero, redução das desigualdades e produção e consumo responsáveis são todos principais desafios dos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (NAÇÕES UNIDAS, 2015).

O discurso da sustentabilidade do sistema alimentar, apesar de estar em evidência, muitas vezes é contestado no campo da agricultura, razão pela qual será necessário desenvolver argumentos consistentes para gerar credibilidade. A conexão do discurso da sustentabilidade com a Segurança Alimentar e Nutricional (SAN) se faz necessário para se criar uma narrativa coerente para uma transição sustentável. A garantia e promoção da Segurança Alimentar e

Nutricional (SAN), compreendida como o direito à alimentação de qualidade, em quantidade suficiente de modo permanente e para todos (CONSEA, 2004) ainda representa um desafio para a sociedade e uma meta a ser alcançada, assim como a construção de uma vida sustentável no planeta.

No Brasil, nos últimos anos, foram estabelecidas diretrizes alimentares e instituídas ações de educação alimentar e nutricional. O novo Guia Alimentar para a População Brasileira (BRASIL, 2014) repercutiu, nacional e internacionalmente, ao se destacar como instrumento pioneiro para a promoção da alimentação saudável e sustentável e merece destaque por sua iniciativa. A III Conferência Nacional Segurança Alimentar e Nutricional (CNSAN, 2007), que tinha como lema “Por um Desenvolvimento Sustentável com Soberania e Segurança Alimentar e Nutricional”, também associou a Segurança Alimentar Nutricional ao imperativo de um desenvolvimento sustentável e que respeite a biodiversidade.

No entanto, para produzir recomendações políticas que possam ser eficazes, é necessário fazer previsões válidas e não corriqueiras sobre as consequências de determinados comportamentos e intervenções. No que tange ao comportamento ecológico, entende-se que os sujeitos podem adotar práticas em favor do meio ambiente e da natureza, por meio da minimização de suas atividades cotidianas sobre o meio ambiente, adotando comportamentos pró-ambientais, como por exemplo, o não desperdício dos recursos naturais, consumo racional e preocupação em termos de sustentabilidade, e que isso possa interferir em suas escolhas alimentares.

Uma vez que o consumo de carne foi identificado como a forma de consumo alimentar mais prejudicial para o meio ambiente (AUSTGULEN et al., 2018), torna-se importante saber se a população ocidental estaria disposta a fazer escolhas alimentares com base no que é melhor para o clima e o meio ambiente. É importante observar que essa prerrogativa não direciona diretamente para a retirada total de produtos cárneos da alimentação, mas sim para a redução do consumo. A ênfase está na promoção de escolhas alimentares que considerem o bem-estar do meio ambiente, juntamente com a saúde pessoal e coletiva. Portanto, o entendimento dos fatores individuais e coletivos que levam os sujeitos a adotarem práticas alimentares adequadas e saudáveis, bem como atitudes sustentáveis, é relevante para o delineamento de políticas e ações educativas em alimentação e nutrição efetivas, capazes de promover a autonomia e a criticidade dos sujeitos.

Diante disso, é preciso uma melhor compreensão dos determinantes da escolha alimentar e entender como as ações dos sujeitos que contribuem para preservação ambiental ou para a conservação do meio ambiente, podem interferir nessas escolhas. Este estudo visa,

portanto, investigar as motivações que possam influenciar os sujeitos acerca de suas escolhas alimentares, relacionando tais fatores ao seu comportamento ecológico, ao consumo de carne e vegetarianismo.

2. OBJETIVO

2.1 Objetivo geral

Este estudo visa investigar as motivações que possam influenciar os sujeitos acerca de suas escolhas alimentares, relacionando tais fatores ao consumo de carne, vegetarianismo e ao comportamento ecológico.

2.2 Objetivos específicos

- Entender o comportamento dos sujeitos, do ponto de vista das escolhas alimentares, por meio da análise dos motivos que influenciam tais decisões.
- Ampliar o conhecimento sobre as barreiras e facilitadores para a promoção de escolhas alimentares saudáveis e sustentáveis.
- Estudar a disposição dos sujeitos para adotar comportamentos sustentáveis e verificar quais motivos e atitudes podem determinar alteração nas escolhas alimentares.

3. REFERENCIAL TEÓRICO

3.1 Alimentação, nutrição e sustentabilidade

O consumo de alimentos é reconhecido como um comportamento ambientalmente importante. O acesso a alimentos saudáveis e a introdução de práticas alimentares sustentáveis são desafios importantes nos dias atuais. O crescente interesse em práticas sustentáveis e alimentos saudáveis está conjecturado nos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) da Organização das Nações Unidas (ONU). Dentre os objetivos, o de número 2 aborda padrões de consumo mais sustentáveis e centra-se especificamente nas escolhas alimentares e nos hábitos dos indivíduos, tendo como finalidade acabar com a fome, alcançar a segurança alimentar e

melhorar a nutrição e promover a agricultura sustentável (AUSTGULEN et al., 2018; CAPPELLI et al., 2022).

O atual sistema alimentar¹ produz uma quantidade excessiva de alimentos ricos em gordura e açúcar, promovendo o sobrepeso e a obesidade. A produção em massa desses alimentos, combinado com consumidores atônitos diante da variedade de marcas e produtos, aumenta rapidamente, em todo o mundo, a carga de condições crônicas relacionadas à nutrição (ALSAFFAR, 2016). Esse mesmo sistema também sobrecarrega os recursos naturais, e pesquisas atuais mostram que as crises ambientais enfrentadas pelas sociedades ocidentais modernas estão fortemente associadas a um excesso de consumo, um estilo de vida materialista e um sistema capitalista (SARAIVA; FERNANDES; VON SCHWEDLER, 2020).

Inevitavelmente, as escolhas alimentares estão diretamente ligadas aos problemas ambientais atuais e possivelmente os do futuro, pois o setor de alimentação é um dos três setores que mais impactam a sustentabilidade, juntamente com transporte e habitação (DYEN; SIRIEIX, 2016; KAPELARI et al., 2020) . A produção de alimentos é uma das atividades humanas que contribui com cerca de um terço das emissões de gases de efeito estufa e, portanto, está interligada com o aquecimento global, as mudanças climáticas e com a degradação dos ecossistemas que impactam direta e indiretamente na saúde e bem-estar geral da população (CRAVEIRO et al., 2019).

Embora o sistema alimentar atual gere energia suficiente para uma população de mais de 7 bilhões, ele não fornece nutrição adequada e acessível para todos. Cerca da metade da população global é alimentada de forma inadequada, sem acesso à comida ou com o consumo exacerbado de alimentos que levam a carência de micronutrientes, ao sobrepeso ou à obesidade. Por isso, é importante considerar como os padrões e escolhas alimentares de hoje afetam o potencial de segurança alimentar do futuro. A segurança alimentar em longo prazo só pode ser assegurada se considerada agora a sustentabilidade do abastecimento alimentar (NELSON et al., 2016).

¹ Sistema alimentar de acordo com o Marco de EAN, na página 25 do documento: “Compreende-se sistema alimentar como o processo que abrange desde o acesso à terra, à água e aos meios de produção, as formas de processamento, de abastecimento, de comercialização e de distribuição; a escolha e consumo dos alimentos, incluindo as práticas alimentares individuais e coletivas, até a geração e a destinação de resíduos. As ações de EAN precisam abranger temas e estratégias relacionadas a todas estas dimensões de maneira a contribuir para que os indivíduos e grupos façam escolhas conscientes, mas também que estas escolhas possam, por sua vez, interferir nas etapas anteriores do sistema alimentar”.

De acordo com a FAO (Organização das Nações Unidas para a Agricultura e a Alimentação), a segurança alimentar existe quando todas as pessoas, em todos os momentos, têm acesso físico e econômico a alimentos suficientes, seguros e nutritivos para atender às necessidades e preferências alimentares para uma vida ativa e saudável. E Maluf et al. (2015) acrescentam que, a segurança alimentar não pode comprometer o acesso a outras necessidades essenciais, nem sequer o sistema alimentar futuro, devendo se realizar em bases sustentáveis.

Uma maior conscientização sobre o clima e a sustentabilidade está impulsionando mudanças nas escolhas alimentares das pessoas, modos de transporte e consumo em geral (FRETES et al., 2021). Estudos têm se concentrado em questões como as consequências ambientais e sociais dos organismos geneticamente modificados, a promoção de alimentos orgânicos, o impacto negativo da produção e consumo de carne, o impacto dos hábitos de consumo alimentar sobre as mudanças climáticas, o impacto dos supermercados nos consumidores e nas práticas de consumo e a ameaça das forças de globalização sobre as culturas e práticas alimentares tradicionais (KAPELARI et al., 2020).

Pesquisas apontam sinergias entre dietas mais saudáveis e pressões ambientais reduzidas, levando à noção de dietas sustentáveis, para vidas saudáveis e ecossistemas saudáveis. Recentemente, estudos indicaram que o interesse público pela sustentabilidade aumentou e as atitudes dos consumidores são positivas, alguns deles estão se tornando cada vez mais cuidadosos com o que comem, valorizando os impactos das escolhas alimentares diárias em sua saúde e no meio ambiente. E os sistemas alimentares estão reinscritos na agenda política e social sob a ótica da ecologia e da sustentabilidade (ALSAFFAR, 2016; SARAIVA; FERNANDES; VON SCHWEDLER, 2020).

Entretanto, a transformação em direção a um sistema alimentar justo e ecológico é uma ação complexa, que requer considerar a redução de custos ecológicos e sociais do atual sistema produtivo para que permaneça dentro dos limites planetários, reduzir as desigualdades socioeconômicas que impactam o acesso aos alimentos e promover a alimentação saudável (MOTTA, 2021; SARAIVA; FERNANDES; VON SCHWEDLER, 2020).

A Comissão EAT-Lancet explorou em detalhes a magnitude das mudanças necessárias para alcançar sistemas alimentares sustentáveis e os limites planetários necessários para reduzir o impacto adverso dos danos ambientais causados pela produção de alimentos. A Comissão concluiu que alcançar dietas saudáveis a partir de sistemas alimentares sustentáveis para todos exigirá mudanças substanciais em direção a padrões alimentares saudáveis, grandes reduções nas perdas e desperdícios de alimentos e grandes melhorias nas práticas de produção de alimentos. E isso exigirá a adoção de metas, por todos os setores, para estimular uma série de

ações de indivíduos e organizações que trabalham em todos os setores e em todas as escalas (WILLETT et al., 2019).

3.2 Políticas de alimentação e nutrição e sustentabilidade

No Brasil, a Política Nacional de Alimentação e Nutrição (PNAN) apresenta-se com o propósito de melhorar as condições de alimentação, nutrição e saúde, em busca da garantia da Segurança Alimentar e Nutricional da população brasileira e tem como diretriz a Promoção da Alimentação Adequada e Saudável, a qual pode ser entendida como a prática alimentar apropriada aos aspectos biológicos e socioculturais dos indivíduos, bem como ao uso sustentável do meio ambiente (BRASIL, 2012).

A Segurança Alimentar e Nutricional (SAN) incorpora um conjunto de ações que visam assegurar o acesso a alimentos com qualidade nutricional e apropriados a uma vida saudável a partir da disponibilidade, da acessibilidade, da utilização e da estabilidade, sem, contudo, comprometer o acesso a outros bens e serviços sociais básicos e necessários. Em consonância com discussão da sustentabilidade na nutrição, dentro das diretrizes da Política Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional (PNSAN), destacam-se a conservação da biodiversidade, a utilização sustentável dos recursos na produção de alimentos, a promoção da agricultura familiar e das práticas da agroecologia, além da garantia da qualidade biológica, sanitária, tecnológica e nutricional dos alimentos (BRASIL, 2013).

No início de 2019 o Conselho Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional (CONSEA) e a Câmara Multissetorial foram desarticulados, evidenciando que “a realização do direito de todos ao acesso regular e permanente a alimentos de qualidade, em quantidade suficiente, sem comprometer o acesso a outras necessidades essenciais, tendo como base práticas alimentares promotoras de saúde que respeitem a diversidade cultural e que sejam ambiental, cultural, econômica e socialmente sustentáveis” não foi uma prioridade governamental conforme preconiza o conceito de segurança alimentar (GRUPO DE TRABALHO DA SOCIEDADE CIVIL PARA A AGENDA 2030”, 2020).

Em 28 de fevereiro de 2023, o atual governo assinou o Decreto 11.421 que reinstala o CONSEA definindo-o como órgão de assessoramento imediato à Presidência da República, com o compromisso de retomar e atualizar a agenda de combate à fome e à insegurança alimentar (BRASIL, 2023). A primeira plenária do CONSEA abordou temas relacionados às medidas de enfrentamento da tragédia humanitária vivida pelo povo Yanomami e à apresentação, por parte do governo, do delineamento inicial de uma estratégia ampla de

superação da fome. Dois eixos estratégicos foram definidos: a defesa de medidas emergenciais de superação da fome, articuladas a ações endereçadas às raízes das desigualdades no Brasil, e a superação da fome com comida de verdade. Ambas as diretrizes têm como princípios transversais o colapso climático, a luta antirracista e contra as desigualdades de gênero e a defesa da terra e do território a quem tem direito (RECINE, 2023).

O Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) consolidou-se como uma das mais importantes e longevas políticas de Segurança Alimentar e Nutricional (SAN) em execução no Brasil, desempenhando papel essencial na garantia do Direito Humano à Alimentação Adequada (DHAA) e está fundamentado no direito dos escolares à alimentação saudável e adequada (MAGNUS HENDLER et al., 2021). Criado na década de 1955, como uma das primeiras iniciativas para amenizar a fome e a desnutrição que acometiam parcela significativa da população em todo país, atualmente, também visa favorecer o desenvolvimento sustentável.

O PNAE viabiliza a aquisição de produtos locais por meio do apoio ao desenvolvimento sustentável com o incentivo ao consumo de alimentos da agricultura familiar (GREGOLIN et al., 2017). Tal ação está admitida na Lei 11.947 homologada em 2009, a qual exige que no mínimo 30% dos recursos provenientes do governo federal para alimentação escolar sejam utilizados para compra de produtos oriundos da agricultura familiar, priorizando assentamentos rurais e comunidades tradicionais – indígenas e quilombolas – e preferencialmente orgânicos e/ou agroecológicos (BRASIL, 2009, Art. 2º; BRASIL, 2013, Art. 2º).

O desenvolvimento sustentável estimulado pelo PNAE, que incentiva a aquisição da merenda escolar junto aos agricultores familiares locais, faz com que toda a cadeia produtiva se concentre no próprio município ou em localidades bem próximas, o que ocasiona na redução das atividades logísticas e conseqüentemente na preservação do meio ambiente. A produção de alimentos orgânicos, promove a soberania e segurança alimentar e nutricional e preserva o direito dos educandos a uma alimentação escolar adequada e saudável. A partir do uso sustentável dos recursos naturais, apoiado na redução dos resíduos poluentes e da não utilização de adubos químicos ou agrotóxicos, torna-se possível também à redução dos custos com impactos ambientais e com a saúde pública (EL TUGOZ; LEISMANN, 2017).

Nesse sentido, vários fatores influenciam a SAN e a sustentabilidade, considerando os pilares econômico, social e ambiental. Entretanto, a SAN é susceptível às mudanças climáticas, crescimento da população, desenvolvimento econômico, urbanização, entre outros aspectos que se relacionam com os sistemas alimentares desde a produção até a distribuição e o consumo (SOTTO et al., 2019).

3.3 Motivações relacionadas às escolhas alimentares

O ato de alimentar-se abrange uma diversidade de fatores e não somente a um ato natural ou uma necessidade biológica, envolvendo questões emocionais e religiosas expressa ao longo da história nas relações sociais do homem (KLOTZ-SILVA; PRADO; SEIXAS, 2016).

Comer é um ato usual, vital, comum a todos, cheio de simbolismos e com uma relação transdisciplinar que envolve dimensões epidemiológicas, antropológicas, ecológicas e culturais, principalmente quando se entrelaça com o novo viés da nutrição contemporânea que procura elucidar as relações entre o sentir, o comer e se alimentar, que se conectam com a capacidade do ser humano de tecer teias de ligações sociais (LEONEL; MENASCHE, 2017).

As escolhas alimentares são afetadas por diversos fatores, desde características sensoriais e não sensoriais até interações entre fatores ambientais e individuais (CHEN; ANTONELLI, 2020; CORALLO et al., 2019), e há uma crença generalizada de que elas possam revelar informações sobre as características de uma pessoa (SHIN; MATTILA, 2019). Sua escolha alimentar o distingue categoricamente das outras pessoas, molda como você é visto e possivelmente molda também como você se vê (ROSENFELD; BURROW, 2017).

A motivação desempenha um papel importante na escolha dos alimentos. Motivações intrínsecas referem-se à realização de uma atividade para sua satisfação inerente, não exigindo recompensas externas para incitar uma pessoa à ação. As escolhas alimentares são influenciadas por uma série de mecanismos fisiológicos, incluindo sinais para o cérebro do trato gastrointestinal e tecido adiposo que afetam não só a nossa fome e saciedade, mas também a nossa motivação para comer nutrientes específicos, e a recompensa que experimentamos de comer (LENG et al., 2017).

A escolha alimentar é multifacetada, pois envolve se, onde, quando, por quanto tempo, como, por que, com quem, para quem e em que condições a alimentação ocorre (SOBAL; BISOGNI; JASTRAN, 2014). Algumas pessoas baseiam suas escolhas alimentares em interesses pessoais (como conveniência econômica, humor pessoal); outras pessoas baseiam suas escolhas alimentares em aspectos sensoriais relacionados aos alimentos (como melhor sabor, baixo teor de conservantes, relação preço-qualidade correta); há um grupo composto por pessoas que baseiam suas escolhas alimentares em questões de sustentabilidade (como o respeito pela natureza durante a produção, a integridade do agricultor e origem do alimento); um outro grupo pode basear suas escolhas alimentares em filosofias contemporâneas (como dieta de baixa caloria, dieta mediterrânea), analisando o conteúdo do rótulo e alegando efeitos na saúde (CORALLO et al., 2019).

Nas sociedades ocidentais contemporâneas, a escolha de alimentos ocorre em um ambiente complexo rico em alimentos, em números, imagens, configurações e opções amplamente disponíveis em muitos lugares e em muitos momentos. Os anúncios de alimentos variam de meios de comunicação de massa, *outdoors* públicos, placas em pontos de venda de alimentos e mensagens eletrônicas de alimentos a comunicações interpessoais. Perceber e atender a cada uma dessas exposições a alimentos ou representações alimentares requer decisões sobre comer ou não comer esses alimentos naquele momento ou no futuro. Tais exposições podem não entrar na consciência, mas requerem esforço perceptivo e decisões para lidar com elas (SOBAL; BISOGNI; JASTRAN, 2014).

3.4 Motivações que influenciam os padrões de consumo alimentar sustentável

As escolhas feitas em relação ao consumo de alimentos podem reduzir significativamente o impacto no meio ambiente. Contudo, fazer escolhas alimentares sustentáveis não depende apenas de conhecimentos e habilidades. Existem muitos outros fatores individuais, domésticos e ambientais envolvidos. Como, por exemplo, os fatores culturais, culinários e econômicos relacionados à área geográfica moldam a disposição e as possibilidades de agir em prol do meio ambiente (MATEK SARIĆ et al., 2020).

O vegetarianismo, o veganismo e a adoção de uma dieta baseada em vegetais são tendências crescentes nos países ocidentais. O termo à base de plantas é mais amplo, pois se concentra no consumo de alimentos principalmente de plantas (frutas, vegetais, nozes, óleo, grãos integrais e leguminosas), mas pode incluir pequenas quantidades de alimentos de origem animal, como leite, ovos, carne e peixe (ALCORTA et al., 2021). Alguns estudos referem-se explicitamente à adesão ao flexitarianismo² como uma importante mudança alimentar que contribui significativamente para reduzir a pegada ambiental do sistema alimentar e proporcionar padrões alimentares mais saudáveis e benefícios nutricionais aos que consomem os alimentos (DAGEVOS, 2021).

Por outro lado, dietas onívoras podem ser saudáveis e sustentáveis respeitando a qualidade, variedade e a quantidade de frutas, hortaliças, leguminosas, cereais, carnes (bovina, suína e peixes) e laticínios, como a dieta mediterrânea, rica em vegetais, frutas frescas,

² O flexitarianismo, segundo Dagevos (2014) e Derbyshire (2017) é um modelo alimentar caracterizado por uma redução substancial no consumo de carne, medido em termos da quantidade consumida em quilogramas (kg) ou da frequência de refeições à base de carne por semana e simultaneamente, uma maior ênfase na incorporação de alimentos sazonais à base de plantas.

oleaginosas e cereais (não refinados), alta ingestão de azeite, fonte de gordura insaturada, uma ingestão moderadamente alta de peixes (dependendo da proximidade do mar), uma ingestão baixa-moderada de produtos lácteos, baixa ingestão de carnes e aves, e ingestão moderada de vinho (MACDIARMID et al., 2012).

E razões comumente relatadas para seguir uma dieta baseada em vegetais incluem preocupações com saúde, meio ambiente, bem-estar animal, rejeição de carne e crenças religiosas (ALCORTA et al., 2021). As pessoas que consomem uma dieta predominantemente rica em vegetais diferem dos onívoros em termos de valores compartilhados e atitudes sociopolíticas e, em princípio, tendem a ter atitudes e crenças mais pró-sociais (BOGUEVA; MARINOVA; BRYANT, 2022).

3.5 Dietas saudáveis e sustentáveis

É urgente avançar em direção a dietas mais saudáveis e sustentáveis, a fim de alimentar uma população crescente dentro das fronteiras planetárias. A definição de dietas sustentáveis fornecidas pela FAO é:

As dietas sustentáveis são aquelas com baixo impacto ambiental que contribuem para a segurança alimentar e nutricional e para uma vida saudável das gerações futuras. As dietas sustentáveis são protetivas e respeitadoras da biodiversidade e dos ecossistemas, culturalmente aceitáveis, economicamente acessíveis e justas, nutricionalmente adequadas, seguras e saudáveis, enquanto otimizam recursos naturais e humanos (FAO, 2012).

Dietas saudáveis têm uma ingestão calórica apropriada e consistem em uma diversidade de alimentos à base de plantas, baixas quantidades de alimentos de origem animal, gorduras insaturadas em vez de saturadas e pequenas quantidades de grãos refinados, alimentos altamente processados e açúcares adicionados. A transformação para dietas saudáveis até 2050 exigirá mudanças dietéticas substanciais, incluindo uma redução superior a 50% no consumo global de alimentos não saudáveis, como carne vermelha e açúcar, e um aumento superior a 100% no consumo de alimentos saudáveis, como nozes, frutas, vegetais e legumes. No entanto, as mudanças necessárias diferem muito de acordo com a região (WILLETT et al., 2019).

Houve várias tentativas de determinar os princípios de uma dieta saudável sustentável, mas não há consenso sobre o que é uma dieta saudável e sustentável. O consumo sustentável geralmente se refere a um nível e padrão de consumo que atende às necessidades do presente sem comprometer a capacidade das gerações futuras de atender às suas necessidades (ŽAKOWSKA-BIEMANS et al., 2019)

A transição para comportamentos sustentáveis de consumo de alimentos pode contribuir significativamente para melhorar os padrões globais de nutrição e saúde, reduzindo a pegada ambiental antropogênica. As mudanças na dieta oferecem novas oportunidades para que as nações, através de atitudes individuais, complementem seus esforços para alcançar a sustentabilidade alimentar, tais como, a melhoria da produção agrícola, a eliminação das disparidades de rendimento através da intensificação, que envolve o uso mais eficiente dos recursos disponíveis, como terra, água, fertilizantes e tecnologia, para otimizar a produção agrícola, ou redução de perdas e desperdício de alimentos (CHAUDHARY; KRISHNA, 2019).

Há um consenso crescente de que os esforços para melhorar a sustentabilidade dos sistemas alimentares se beneficiarão de uma transição para uma maior dependência de alimentos à base de plantas e de uma diminuição do consumo de carne e outros produtos de origem animal (RUINI et al., 2016). Recentemente, a Comissão EAT-Lancet sobre Dietas Saudáveis de Sistemas Alimentares Sustentáveis apresentaram uma "dieta de referência saudável" universal contendo os níveis de ingestão recomendados (em g/dia, bem como kcal/dia) para vários grupos de alimentos que estão de acordo com as evidências disponíveis sobre alimentação saudável (com base em dados epidemiológicos, clínicos e outros em longo prazo) (SPRINGMANN et al., 2018).

Dietas predominantemente baseadas em vegetais são melhores para a saúde dos seres humanos e do planeta. Dietas com maiores proporções de frutas, vegetais, grãos de nozes e proporções reduzidas de carne vermelha, como as dietas mediterrânea, pescetariana e vegetariana, reduzem significativamente os riscos de doenças crônicas, como diabetes tipo 2, câncer e doenças coronarianas e todas as causas de mortalidade, e estão associadas à diminuição do peso e a uma menor prevalência de obesidade. Além disso, dietas com quantidades reduzidas de carne, como a vegetariana e a dieta mediterrânea, têm menor impacto ambiental e são mais sustentáveis do que a dieta ocidental usual (MACDIARMID et al., 2012).

3.6 Guia alimentar sob a perspectiva da sustentabilidade

Os guias alimentares são documentos oficiais publicados pelo governo com intuito de orientar políticas públicas e por meio das recomendações nutricionais direcionar os hábitos alimentares saudáveis da população para a promoção de saúde, além de auxiliarem os profissionais de saúde (MONTEIRO et al., 2015; HOEK et al., 2017).

As políticas são importantes para incentivarem a população a realizarem escolhas alimentares saudáveis e ambientalmente sustentáveis (HOEK et al., 2017), visto que as escolhas alimentares impactam o uso da água, o uso da terra, o desperdício e a biodiversidade, bem como as questões sociais, éticas e econômicas que ameaçam o futuro da segurança alimentar. Assim, todos estes aspectos devem ser considerados em futuras pesquisas e nas revisões das diretrizes dietéticas (MACDIARMID, 2013).

O Guia Alimentar para a população brasileira, lançado em 2014, promove a alimentação adequada e saudável e que derive de um sistema alimentar socialmente sustentável. O Guia Alimentar incentiva o consumo de alimentos variados *in natura* e minimamente processados, e limita o consumo de alimentos processados e ultraprocessados, além disso, valoriza a culinária local por meio do uso de alimentos regionais e fomenta a produção da agricultura familiar, a produção orgânica e agroecológica, entre outras recomendações (BRASIL, 2014).

De acordo com Monteiro et al. (2015) as diretrizes atuais representam um avanço em relação às anteriores, as quais representavam uma visão restrita da relação alimentação e saúde, considerando essencialmente a quantidade de nutrientes presentes nos alimentos e a presença ou a ausência de doenças causadas por falta ou excesso de um ou mais nutrientes na alimentação.

O Guia Alimentar para a população brasileira também enfatiza a importância de basear a alimentação em grande variedade de alimentos de origem vegetal *in natura* ou minimamente processados e a diminuição do consumo de alimentos origem animal. Os alimentos de origem animal são fontes de proteínas, vitaminas e minerais, porém não contêm fibra alimentar e podem apresentar elevada quantidade de caloria por grama e teor excessivo de gorduras saturadas associadas, aspectos que podem favorecer o risco de obesidade e condições crônicas não transmissíveis. Já os alimentos de origem vegetal são fontes de fibras, vários nutrientes e geralmente apresentam menor quantidade calórica por grama do que os de origem animal. Porém, individualmente, tendem a não fornecer, na proporção adequada, todos os nutrientes necessários para os indivíduos (BRASIL, 2014).

3.7 Sistema alimentar e impactos ambientais

A influência humana no aumento da temperatura global nas últimas seis décadas é um tópico de extrema relevância na atualidade. Os estudos têm apontado que uma parcela considerável desse aquecimento é atribuível às atividades humanas. Um dos setores que desempenha um papel significativo nesse cenário é a produção agrícola, que ocupa

aproximadamente metade das terras habitáveis do planeta. A agricultura é responsável por uma parcela substancial das emissões de gases de efeito estufa (GEEs), contribuindo com cerca de 26% das emissões totais. Dentro do setor agrícola, a pecuária e a pesca desempenham um papel especialmente relevante, contribuindo com cerca de um terço das emissões de GEEs associadas à produção de alimentos. As emissões de GEEs associadas à produção de alimentos não se limitam apenas à fase de produção, mas estão presentes em todas as etapas do processo de geração do alimento, desde o cultivo e colheita de matérias-primas, passando pelo processamento, embalagem e distribuição dos alimentos, até o consumo e a gestão de resíduos (ATTA-DELGADO; LOZANO; TORRES, 2023; HJORTH et al., 2020).

As principais emissões relacionadas a alimentos incluem metano, óxido nitroso e dióxido de carbono. O metano é produzido por ruminantes, durante a criação dos animais e manejo de estrume; o óxido nitroso é produzido a partir de processos naturais no ciclo de nitrogênio na agricultura, manejo do estrume e surge principalmente de micróbios do solo em terras agrícolas e pastagens e é afetado pelo manejo da fertilidade do solo, como aplicação de fertilizantes; e o dióxido de carbono é liberado pelas terras agrícolas a partir do preparo do solo e durante a queima para limpar a terra de plantas, solo, matéria orgânica e resíduos agrícolas e é produzido a partir de transportes e durante o processamento de alimentos usando combustíveis fósseis. O dióxido de carbono também é liberado ao converter ecossistemas naturais, especialmente florestas, em agricultura (SJÖRS et al., 2016; WILLETT et al., 2019b).

A utilização excessiva de fertilizantes contendo azoto e fósforo contribui para o aumento da eficiência agrícola, ao mesmo tempo que pode ter efeitos ambientais negativos, incluindo a poluição atmosférica devido à liberação de compostos voláteis, como o óxido nitroso, a acidificação do solo e a eutrofização da água (aumento do crescimento de algas e plantas aquáticas que podem danificar os ecossistemas) (STEENSON; BUTTRISS, 2021).

A pegada de carbono é a soma de todos esses GEE, expressa em CO₂equivalente (CO₂-eq). É um método cada vez mais importante de comunicar os impactos da produção de alimentos nas mudanças climáticas para as partes interessadas. Além disso, a pegada de carbono é um indicador ambiental para avaliar a sustentabilidade dos produtos alimentares (ZERVAS; TSIPLAKOU, 2012).

Para atingir a meta preconizada no Acordo de Paris, de limitar o aquecimento global a 2°C acima das temperaturas pré-industriais, serão necessários cortes profundos nas emissões de GEE, para o dióxido de carbono de combustíveis fósseis, para metano e óxido nitroso da agricultura e outras fontes. Opções para reduzir o metano e óxido nitroso em alimentos e agricultura pode ser agrupado em quatro grandes categorias: (i) aumento da produtividade e

eficiência agrícola (por exemplo, do uso de nitrogênio); (ii) implementação de opções de tecnologia específicas (por exemplo, armazenamento de estrume de baixa emissão); (iii) mudança das dietas humanas para alimentos menos intensivos em emissões; e (iv) redução do desperdício de alimentos (BRYNGELSSON et al., 2016).

Dessa forma, as escolhas alimentares específicas têm impacto significativo nas questões climáticas ocasionadas pela dieta total, e formam uma janela para intervenção em saúde pública a fim de reduzir o GEE total (SJÖRS et al., 2016). A redução da perda e do desperdício de alimentos é uma medida para reduzir a demanda alimentar e os impactos ambientais associados. Atualmente, estima-se que mais de um terço de todos os alimentos produzidos são perdidos antes de chegar ao mercado, ou são desperdiçados pelas famílias. Em comparação com produtos de origem animal, há um desperdício proporcionalmente maior de culturas básicas, frutas e vegetais. Como resultado desse desperdício diferenciado, os impactos das mudanças na perda de alimentos e resíduos são menores nos setores pecuários (relacionados à criação de animais para produção) em comparação com setores dominados por culturas básicas. O tipo de alimento e as práticas agrícolas influenciam a magnitude dos impactos ambientais, sendo que certos setores são mais suscetíveis a esses impactos devido a padrões específicos de desperdício e produção. (SPRINGMANN et al., 2018b).

O impacto ambiental também difere pelo tipo de carne, pois nem todos os tipos de carne têm um impacto igualmente forte no meio ambiente. A emissão de CO₂ provenientes da produção de carne branca, como aves de capoeira, tem um impacto muito menor no meio ambiente em comparação com os tipos de carne vermelha, incluindo carne bovina, cordeiro e suína. Os produtos de borrego/ovino têm o maior impacto no ambiente com base na emissão de CO₂, com uma média de emissão de CO₂ de 20 CO₂/kg, que é ainda mais do que o impacto da carne bovina, 15 CO₂/Kg. Em comparação com esses tipos de carne, tanto a carne de porco (5 CO₂/kg) e, em especial, aves de capoeira (2 CO₂/kg) têm um impacto muito menor no ambiente. A produção de aves também requer menos terra para a criação de aves, gera uma menor pegada hídrica e requer menos energia fóssil em comparação com a produção de outros tipos de carne, o que novamente resulta em um menor impacto ambiental (COUCKE et al., 2019).

Há também um aspecto de gênero relacionado aos impactos ambientais derivados da alimentação, uma vez que homens comem mais carne do que as mulheres, isto é também refletido nas emissões de GEE. Um estudo holandês registrou uma emissão de GEE equivalente a 4,6kg de CO₂ por homem *versus* 3,7kg de CO₂ por mulher, por dia. A carne, os ovos e o peixe foram os que mais contribuíram para a contagem geral de GEE, especialmente para homens. Além disso, as pessoas que consomem dietas associadas a altos níveis de GEE também

consumiram mais álcool, refrigerantes, gordura e proteína e menos poli, mono e dissacarídeos, em comparação com aqueles que consomem dietas com menor impacto ambiental (BIRT et al., 2017).

Em um estudo realizado por Garzillo et al. (2021), com base em dados de dois registros alimentares de 24 horas obtidos em 2008 e 2009 de amostra probabilística da população brasileira com 10 ou mais anos de idade, estimou-se a média de carbono da dieta no Brasil em 4.489 gCO₂e/pessoa/dia. Esta pegada foi maior na dieta de homens, de pessoas entre 20 e 49 anos de idade, de residentes nas regiões Norte e Centro-Oeste e de pessoas com maior nível de renda ou de escolaridade. A pegada de carbono da dieta brasileira excede em cerca de 30% o valor de 3288 gCO₂e/pessoa/dia, que corresponde ao estimado para a pegada de uma dieta que concomitantemente preenche todos os requisitos nutricionais de uma dieta saudável e corrobora a contenção da temperatura média do planeta.

3.8 Monocultura e agricultura familiar nos sistemas alimentares

A agricultura moderna está associada a inúmeras dificuldades ambientais, como degradação da terra, poluição da água e emissão de gases de efeito estufa. Uma causa raiz é o domínio de plantas anuais cultivadas em monoculturas. Dez mil anos atrás, os humanos domesticaram plantas anuais selvagens para criar os cereais e leguminosas que fornecem a base da nossa alimentação. Converteram ecossistemas perenes naturais em um novo e ecologicamente simples ecossistema produtor de alimentos, dependente de frequentes e intensas perturbações do solo (CREWS; CARTON; OLSSON, 2018).

O modelo convencional de agricultura, disseminado após a “revolução verde”, tinha como foco a modernização do campo, com a adesão dos pacotes tecnológicos, o que ocasionou um aumento expressivo da produtividade resultando em significativos impactos, dentre eles os de cunho ambiental e social. Foram perceptíveis as mudanças dramáticas na paisagem que a agricultura industrial possibilitou, o aumento no tamanho dos campos e as reduções concomitantes nas cercas vivas e na biodiversidade, a tendência para a monocultura e a consolidação de fazendas em mãos cada vez menos proprietários (GRISA et al., 2011; PEREZ-CASSARINO, 2013). Não obstante, a realidade da fome e insegurança alimentar não foi reduzida. Contrariamente, o que se observou foram os efeitos negativos à saúde humana (RIBEIRO; JAIME; VENTURA, 2017).

No final do século XX, observou-se a necessidade do fortalecimento de uma agricultura menos degradante, com maior eficiência, geradora de trabalho e renda e que visasse qualidade de vida e a dignidade das pessoas que vivem no campo. Despontou a necessidade de se fazer alterações significativas no uso da terra, com a busca por sistemas produtivos sustentáveis que realmente atendam seus três principais aspectos: ambiental, econômico e social (SILVA et al., 2021).

Os modelos de produção agroalimentar, para que consigam efetivamente garantir a Segurança Alimentar e Nutricional (SAN), o Direito Humano à Alimentação e Nutrição Adequada (DHANA) e a soberania alimentar devem abranger a produção sustentável e a conservação da biodiversidade, além de serem capazes de promover o consumo variado respeitando preparações e hábitos culturais tradicionais. Devem ainda ser seguros, isentos de contaminantes físicos, químicos ou biológicos que causem malefícios a todos os envolvidos nessa cadeia (MARTINELLI; CAVALLI, 2019).

Deste modo, a agricultura familiar se consolidou na última década como maior responsável pela garantia da segurança alimentar do país, principalmente em relação a produtos de consumo no mercado interno. É considerada de fundamental importância para o desenvolvimento econômico das cidades, para a produção de alimentos e para a redução do êxodo rural, além de utilizar durante o processo produtivo, práticas ecologicamente mais equilibradas (PADUA et.al., 2013; SILVA & FERREIRA, 2016; SOUZA-ESQUERDO & BERGAMASCO, 2015).

Uma agricultura que considere a promoção da alimentação saudável, e com ela a garantia de segurança alimentar e nutricional seria, portanto, orientada pelo modelo da agricultura familiar de base agroecológica para obtenção de maior autonomia dos agricultores perante as grandes corporações de produção de alimentos e garantia de sistemas de produção baseados em circuitos que aproximam quem produz e quem consome o alimento. Portanto, a importância da diversidade de alimentos produzidos e consumidos ganha reconhecimento, unindo as pontas entre produção e consumo de uma dieta saudável (RIBEIRO; JAIME; VENTURA, 2017).

4. MATERIAIS E MÉTODOS

4.1 Desenho experimental e amostra

O estudo é caracterizado como uma pesquisa online de natureza auto aplicada e quantitativa, realizado por meio da aplicação de questionários. A amostragem foi composta por adultos com faixa etária de 18 a 65 anos, de ambos os sexos que residiam, na sua maioria, na região Sudeste do Brasil. A pesquisa foi divulgada e disponibilizada por meio de um *link* em plataformas de mídias sociais (Facebook, WhatsApp e e-mails), utilizadas com a finalidade de aumentar o alcance de pessoas voluntárias. O Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) foi apresentado para leitura e, posteriormente, para assinatura como concordância para a participação no estudo (ANEXO A). Devido à impossibilidade de encontros presenciais, foram aceitas assinaturas eletrônicas do TCLE. O contato dos pesquisadores foi disponibilizado, caso surgissem dúvidas durante o preenchimento dos instrumentos. Inicialmente, aceitaram participar do estudo 203 voluntários. Os critérios de exclusão foram ter idade menor de 18 e acima de 65 anos e voluntários sem acesso à internet e/ou dispositivos eletrônicos adequados para responder os instrumentos propostos. Aqueles participantes que se sentissem desconfortáveis poderiam retirar-se do estudo a qualquer momento. O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Universidade Federal de Lavras (CAAE: 45220721.3.0000.5148) (ANEXO B), atendendo a resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde, do Ministério da Saúde do Brasil.

Houve perda amostral em decorrência da ausência de informações referente aos instrumentos de coleta de dados, sendo que a amostra final correspondeu a 186 voluntários, com uma perda ponderal de 8,37% da amostra total.

4.2 Coleta de dados

O período da coleta de dados foi de novembro de 2021 a fevereiro de 2022, durante o tempo em que o link com os instrumentos esteve disponível para o acesso. Enquanto a pesquisa estava em vigor, os instrumentos estavam armazenados na plataforma de formulário do Google[®]. Os voluntários que aceitaram participar da pesquisa preencheram o questionário, que foi disponibilizado nas seguintes seções: i) questionário sociodemográfico (APÊNDICE A); ii) questionário de Escolhas Alimentares (FCQ) (APÊNDICE B); iii) Escala de Atitudes e Crenças

entre o Vegetarianismo e o Consumo de Carne (MULLEE, 2017) (APÊNDICE C); iv) Escala de Comportamento Ecológico (ECE) – 10 questões (APÊNDICE D).

Ao concluírem o preenchimento dos instrumentos, uma confirmação de envio foi exibida em conjunto com uma mensagem de agradecimento pela participação no estudo.

4.3 Instrumentos de coleta de dados

4.3.1 Questionário sociodemográfico

Utilizou-se, como instrumento para a coleta de dados, um questionário sociodemográfico elaborado pelos autores, de respostas objetivas, contendo as variáveis: gênero, idade, cor ou raça, estado de residência, grau de escolaridade e renda mensal.

4.3.2 Questionário de escolhas alimentares (FCQ)

A escala *Food Choice Questionnaire* (FCQ) foi desenvolvida por Steptoe et al. (1995), com tradução e adaptação cultural no Brasil realizada por Heitor et al (2015) com o intuito de avaliar a importância atribuída pelos sujeitos a uma variedade de fatores relacionados com as escolhas alimentares. Este instrumento avalia nove dimensões relacionadas às escolhas alimentares, sendo que cada uma contém entre três e seis itens. Essas dimensões são as seguintes: 1) Saúde; 2) Humor; 3) Conveniência; 4) Apelo Sensorial; 5) Conteúdo Natural; 6) Preço; 7) Controle de Peso; 8) Familiaridade e 9) Preocupação Ética. O FCQ convida o respondente a indicar, dentro de cada dimensão, os aspectos que ele considera serem mais importantes para determinar sua escolha alimentar a partir da questão: “*Para mim, é importante que o alimento que eu consumo no meu dia-a-dia...*”.

A escala *Food Choice Questionnaire* (FCQ) é composta por 36 itens e utiliza uma escala do tipo Likert de 5 pontos, em que os respondentes devem avaliar cada item desde não importante (1), a muito importante (5).

4.3.3 Escala de Atitudes e Crenças entre o Vegetarianismo e o Consumo de Carne

A Escala de Atitudes e Crenças entre o Vegetarianismo e o Consumo de Carne (MULLEE, 2017), teve como objetivo o de compreender as motivações subjacentes desses comportamentos alimentares. O questionário incluía 43 questões objetivas destinadas a medir os níveis de concordância ou discordância com declarações sobre vegetarianismo e consumo de carne. Os entrevistados foram convocados a selecionar todas as razões aplicáveis para comer ou não comer carne ou dietas vegetarianas.

As questões que compunham o questionário foram mensuradas com base em uma escala hedônica de 5 pontos sendo essas divididas entre as seguintes alternativas, “discordo fortemente” (1), “discordo moderadamente” (2), “discordo ligeiramente” (3), “concordo moderadamente” (4) e “concordo fortemente” (5).

4.3.4 Escala de comportamento ecológico

Para a análise do comportamento ecológico foram utilizadas 10 questões da Escala de Comportamento Ecológico (ECE) de Pato e Tamayo (2006), buscando-se verificar os comportamentos que mais se evidenciaram no grupo pesquisado. Pato (2006) elaborou e validou a Escala de Comportamento Ecológico (ECE), levando em consideração o contexto socioambiental brasileiro.

A ECE elaborada e validada por Pato (2006) apresenta quatro fatores dos comportamentos ecológicos: 1) Limpeza Urbana (com 5 itens relacionados aos comportamentos de manutenção dos espaços públicos limpos; 2) Economia de água e de energia (12 itens associados ao uso racional dos recursos naturais); 3) Ativismo-consumo (9 itens que caracterizam ações relacionadas à preservação e à conservação do meio ambiente; 4) Reciclagem (com 3 itens relacionados a ações de separação do lixo doméstico conforme tipo. Os itens são medidos em frequência de comportamento autorrelatado com uma escala tipo Likert com 5 pontos variando de 1 (discordo totalmente) a 5 (concordo totalmente). As médias mais altas correspondem aos comportamentos mais frequentes e as mais baixas representam que os indivíduos não possuem o comportamento pró-ecológico. Para este estudo foram utilizados apenas 10 itens.

4.4 Análise de dados

Os resultados foram tabulados em uma planilha do Microsoft Excel 2016 (*Windows/Microsoft*) e analisados no *software RStudio Desktop 2022.07.1+554* por estatística descritiva (frequência, média, desvio padrão) e estatística multivariada (análise de agrupamento) para descrever as questões sociodemográficas, vegetarianismo e consumo de carne, motivos para escolhas alimentares e escala de comportamento ecológico.

A análise de agrupamento foi realizada em duas etapas. A primeira etapa utilizou-se da análise com o intuito de identificar o perfil dos respondentes a depender das respostas obtidas para o Questionário de Escolhas Alimentares. O perfil dos dois clusters foi analisado por tabulação cruzada e teste de qui-quadrado com as variáveis sociodemográficas, sendo consideradas significativas as diferenças de distribuição de frequência quando $p < 0,05$. O teste t para amostras independentes foi conduzido para avaliar as diferenças nas médias obtidas no Questionário de Escolhas Alimentares e na Escala de Atitudes e Crenças entre o Vegetarianismo e o Consumo de Carnes entre os grupos 1a e 2a obtidos na análise de agrupamento.

Na segunda etapa o perfil dos respondentes foi a depender das respostas obtidas na Escala de Comportamento Ecológico. O perfil dos dois clusters foi analisado por tabulação cruzada e teste de qui-quadrado com as variáveis sociodemográficas, sendo consideradas significativas as diferenças de distribuição de frequência quando $p < 0,05$. O teste t para amostras independentes foi conduzido para avaliar as diferenças nas médias obtidas na percepção de sustentabilidade relacionada à Escala de Atitudes e Crenças entre o Vegetarianismo e o Consumo de Carnes entre os grupos 1b e 2b obtidos na análise de agrupamento.

5. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Em consonância com o objetivo do estudo, por meio da análise de Cluster buscou-se investigar as motivações que poderiam influenciar os sujeitos acerca de suas escolhas alimentares, relacionando tais fatores ao consumo de carne, vegetarianismo e ao comportamento ecológico.

5.1 Caracterização da amostra

Da amostra estudada (n=186), houve predominância de respondentes do sexo feminino (66,2%) e cor de pele branca (64,3%), com uma proporção de respondentes entre 18 e 50 anos perfazendo um total de 84,9%, com equilíbrio de 1/3 (um terço) entre as faixas etárias de 18 a 24, 25 a 35 e 36 a 50 anos, com 12 anos de escolaridade (2º grau completo) (44,6%) e com renda entre 1 a 2 salários mínimos (26,3%) (Tabela 1).

Tabela 1 – Caracterização sociodemográficas da população estudada (n= 186)

Variável	n (%)
Gênero	
Masculino	62 (33,3%)
Feminino	123 (66,2%)
Prefiro não declarar	1 (0,5%)
Faixa etária	
De 18 a 24 anos	51 (27,4%)
De 25 a 35 anos	54 (29,0%)
De 36 a 50 anos	53 (28,5%)
De 51 a 65 anos	26 (14,0%)
65 anos ou mais	2 (1,1%)
Raça	
Branca	113 (64,3%)
Parda	46 (23,3%)
Preta	20 (7,7%)
Amarela	5 (3,2%)
Indígena	0 (0,0%)
Prefiro não declarar	2 (1,2%)
Escolaridade	
Sem instrução	3 (1,6%)
Ensino fundamental / 1º grau incompleto	5 (2,7%)
Ensino fundamental / 1º grau completo	5 (2,7%)
Ensino médio / 2º grau completo	83 (44,6%)
Supletivo completo	8 (4,3%)
Curso superior completo	40 (21,5%)
Pós-graduação	42 (22,6%)
Renda	
Até 1 salário mínimo*	36 (19,4%)
Entre 1 e 2 salários mínimos	49 (26,3%)
Entre 2 e 3 salários mínimos	35 (18,9%)
Entre 3 e 4 salários mínimos	17 (9,1%)
Entre 4 e 5 salários mínimos	15 (8,1%)
Entre 5 e 6 salários mínimos	11 (5,9%)
Entre 6 e 10 salários mínimos	17 (9,1%)
Mais de 10 salários mínimos	6 (3,2%)

*Salário mínimo de R\$1.212,00, segundo o DIEESE (DEPARTAMENTO INTERSINDICAL DE ESTATÍSTICA E ESTUDOS SOCIOECONÔMICOS), 2022

Fonte: Dos autores (2022).

5.2 Caracterização dos Clusters segundo motivos para escolhas alimentares

A Tabela 2 auxilia na caracterização dos dois clusters formados., os clusters foram analisados de acordo com as respostas das variáveis relacionadas aos motivos para escolhas alimentares e identificados como 1a e 2a.

Tabela 2 – Médias dos Clusters entre as variáveis de respostas relacionadas aos motivos para escolhas alimentares (n= 186) (continua)

Dimensões	Item	Cluster 1a n=142 Média ± dp	Cluster 2a n=44 Média ± dp	p-valor
Saúde	Seja rico em vitaminas e minerais	4,82 ± 0,45	4,09 ± 0,98	0,000
	Me mantenha saudável	4,82 ± 0,46	4,20 ± 0,85	0,000
	Seja nutritivo	4,90 ± 0,34	4,25 ± 0,97	0,000
	Tenha muita proteína	4,45 ± 0,79	3,57 ± 1,09	0,000
	Seja benéfico para a minha aparência (pele, dentes, cabelos, unhas...)	4,62 ± 0,79	3,57 ± 1,02	0,000
	Seja rico em fibras e me dê saciedade	4,62 ± 0,76	3,75 ± 0,99	0,000
Humor	Me ajude a lidar com o estresse	4,62 ± 0,79	3,11 ± 1,24	0,000
	Me ajude a lidar com os acontecimentos bons e ruins da minha vida	4,47 ± 0,95	3,25 ± 1,01	0,000
	Me ajude a relaxar	4,60 ± 0,80	3,43 ± 1,11	0,000
	Me mantenha acordado(a)/em alerta	4,05 ± 1,21	2,64 ± 1,26	0,000
	Me deixe alegre e animado(a)	4,51 ± 0,81	3,32 ± 1,32	0,000
	Me traga bem-estar	4,87 ± 0,38	4,02 ± 1,04	0,000
Conveniência	Seja fácil de preparar	4,53 ± 0,88	3,86 ± 0,90	0,000
	Seja rápido de preparar	4,41 ± 0,90	3,73 ± 0,97	0,000
	Possa ser comprado em locais perto de onde moro/trabalho/estudo	4,58 ± 0,79	3,98 ± 0,88	0,000
	Seja facilmente disponível nos locais que faço compras	4,75 ± 0,60	4,18 ± 0,84	0,000

Tabela 2 – Médias dos Clusters entre as variáveis de respostas relacionadas aos motivos para escolhas alimentares (n= 186) (conclusão)

Dimensões	Item	Cluster 1a	Cluster 2a	p-valor
		n=142	n=44	
		Media ± dp	Média ± dp	
Apelos Sensoriais	Tenha cheiro agradável	4,72 ± 0,73	4,14 ± 1,05	0,000
	Tenha boa aparência	4,72 ± 0,73	4,04 ± 1,03	0,000
	Tenha textura agradável	4,82 ± 0,48	4,18 ± 0,90	0,000
	Seja gostoso	4,78 ± 0,62	4,39 ± 0,99	0,002
Conteúdo Natural	Não contenha aditivos	4,63 ± 0,77	3,02 ± 1,02	0,000
	Contenha apenas ingredientes naturais	4,41 ± 0,85	2,73 ± 1,13	0,000
	Não contenha ingredientes artificiais	4,26 ± 1,11	2,84 ± 1,18	0,000
Preço	Não seja caro	4,70 ± 0,59	4,16 ± 0,89	0,000
	Seja barato	4,58 ± 0,71	3,98 ± 0,90	0,000
	Tenha preço justo	4,78 ± 0,55	4,45 ± 0,82	0,003
Controle do Peso	Tenha poucas calorias	4,20 ± 1,09	2,86 ± 0,95	0,000
	Me ajude a controlar meu peso	4,47 ± 0,92	3,25 ± 1,30	0,000
	Tenha pouca gordura	4,53 ± 0,84	2,98 ± 1,09	0,000
	Tenha pouco açúcar	4,60 ± 0,70	3,14 ± 1,23	0,000
Familiaridade	Seja familiar ao meu paladar	4,50 ± 0,96	3,68 ± 1,14	0,000
	Seja parecido com a comida que comia quando era criança	3,52 ± 1,45	2,73 ± 1,19	0,001
Preocupação Ética	Seja de origem que aprove a forma com que são produzidos	4,54 ± 0,74	3,09 ± 1,20	0,000
	Que mostre com clareza a identificação de origem	4,77 ± 0,55	3,25 ± 1,35	0,000
	Seja obtido de forma sustentável	4,65 ± 0,62	2,95 ± 1,16	0,000
	Seja embalado de forma que não prejudique o meio ambiente	4,81 ± 0,50	3,20 ± 1,19	0,000

Nota: Escala tipo Likert de 5 pontos, onde 1 = pouco importante e 5 = muito importante

dp = desvio padrão

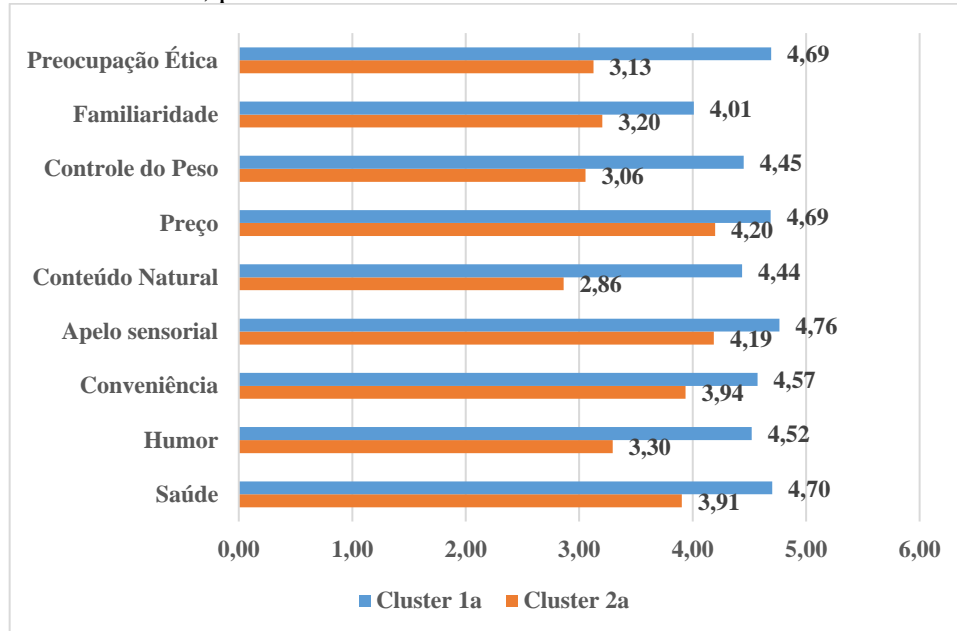
Correlação significativa: $p < 0,05$

Fonte: Dos autores (2022).

O coeficiente de Cronbach foi calculado para verificar a confiabilidade interna do FCQ. O valor encontrado com a aplicação do FCQ para amostra deste estudo foi de 0,93, enquanto para o questionário original de Steptoe et al. (1995) este valor variou de 0,70 a 0,87 e Heitor et al. (2015) encontraram valores variando entre 0,75 e 0,89.

Para auxiliar na interpretação e explicação dos dados, o Gráfico 1 apresenta as médias descritivas de cada uma das dimensões do FCQ.

Figura 1 – Médias descritivas das dimensões do FCQ aplicado aos motivos para escolhas alimentares, para Cluster 1a e Cluster 2a.



Fonte: Dos autores (2022).

O Cluster 1a foi o agrupamento com maior número de membros, 142, representando 76,3% da amostra total, sendo 71,1% do sexo feminino. Deste grupo, 54,9% dos respondentes estão entre 18 e 35 anos, sendo predominante a faixa etária de 25 a 35 anos. O Cluster 1a foi caracterizado pelas maiores médias nas dimensões “*apelo sensorial*”, “*saúde*”, “*preocupação ética*” e “*preço*”, apresentadas na ordem decrescente de percentual em comparação ao agrupamento 2a. Para o Cluster 1a, aspectos relacionados ao sabor possuem forte papel nas escolhas alimentares e se mostra bastante sensível aos benefícios que os alimentos podem trazer para sua saúde. Conforme evidenciado por Allès et al. (2017), sabor e preferências alimentares (por exemplo: gordura, sal, doce) têm sido relatados como fortes preditores de ingestão de alimentos. O mesmo estudo observou uma associação entre a dimensão gustativa e o padrão alimentar ocidental em mulheres, dado importante para este estudo no qual a maioria da amostra é formada pelo gênero feminino e do Ocidente.

Assim como nos resultados deste estudo, em uma revisão narrativa realizada por Brug (2009) saúde também foi a segunda dimensão de maior importância para as escolhas alimentares das pessoas. No entanto, ele verificou que a maioria dos estudos indicou que raramente ou nunca uma pessoa irá comprometer o sabor para melhorar a saúde em suas dietas.

E que, no contexto prático, as expectativas em relação à saúde exercem um impacto substancial nas escolhas alimentares da maioria das pessoas apenas quando há a perspectiva de consequências breves, graves e facilmente identificáveis para a saúde. Fato este que os achados deste estudo não podem confirmar, já que tais dados não foram relacionados entre si. Observou-se que, apesar de não demonstrarem interesse em seguir uma dieta vegetariana, o fariam por questões de saúde e bem-estar.

Diferentemente do resultado aqui observado, em um estudo na Holanda a saúde foi considerada o motivo de escolha alimentar mais importante (JANUSZEWSKA; PIENIAK; VERBEKE, 2011), endossando o fato de que os sujeitos valorizam a alimentação como fator que melhora a saúde (GUINA et al., 2020). A Holanda é um país caracterizado pela sua manifestação de tolerância, solidariedade e pragmatismo em reação às ameaças à saúde (VAN GORP et al., 2020), é reconhecida por seu sistema de saúde universal altamente eficiente e acessível, com ênfase na prevenção e cuidados primários, que inclui políticas e programas voltados para a promoção da alimentação saudável e sustentável (KRINGOS et al., 2015). Em contrapartida, as escolhas alimentares saudáveis no Brasil são desafiadas por uma série de fatores, incluindo questões socioeconômicas, acesso limitado a alimentos nutritivos e influências culturais. Apesar dos esforços governamentais para promover uma alimentação equilibrada por meio de programas como o Guia Alimentar para a População Brasileira, ainda há desafios significativos, especialmente entre as populações de baixa renda (CANELLA et al., 2014).

Além disso, os sujeitos agrupados no Cluster 1a se mostraram preocupados com questões éticas ao fazerem suas escolhas alimentares, e levaram em consideração a forma como o alimento é produzido, a sua origem, que tenham um impacto mínimo ao meio ambiente e que sejam benéficos para a sustentabilidade global. Uma revisão sobre os determinantes da alimentação saudável destacou que os motivos de escolha de alimentos em relação a preocupações éticas podem ter um papel mediador entre a preocupação com a saúde e a atitude alimentar saudável (SUN, 2008). Outro estudo mostrou que os motivos de escolha alimentar em relação à ética e ao meio ambiente e às limitações ambientais, especificamente, foram positivamente associados a um padrão alimentar saudável e negativamente associados a um padrão alimentar ocidental (ALLÈS et al., 2017).

Este grupo se mostrou menos sensível as dimensões “*conteúdo natural*” e “*familiaridade*”, evidenciando que aspectos como a presença de aditivos e ingredientes artificiais e lembranças familiares não são tão importantes no momento da escolha.

A dimensão familiaridade³ tem sido relatada como menos importante em vários estudos (STEPTOE et al. 1995; PRESCOTT et al. 2002; FOTOPOULOS et al. 2009; JANUSZEWSKA et al. 2011). Uma pesquisa envolvendo adultos finlandeses também destacou menor importância da dimensão "*familiaridade*" quando o consumo de leguminosas era mais frequente. Essa tendência sugere uma possível correlação com o tempo requerido para preparar leguminosas, que é geralmente maior em comparação com produtos cárneos, bem como a menor familiaridade com receitas que as utilizam. Assim, essa constatação ressalta a importância de promover a familiarização com leguminosas e outros produtos à base de plantas, visando aprimorar sua aceitação e inclusão nas dietas (HENTILÄ et al., 2023).

Entretanto, com foco na dimensão familiaridade⁴, Guéguen e Jacob (2012) realizaram estudo em um restaurante na cidade de Bretanha, na França, onde o menu apresentava os pratos com rótulos descritivos cujo dizeres eram afetivos e desencadeavam memórias felizes da família (por exemplo, “carne assada da vovó”, “salada do Tio” e “sobremesa da Tia Annie”). Esses rótulos foram associados ao aumento no pedido destes pratos. O interesse das pessoas aumentou quando os rótulos foram associados a conotações afetivas, confirmando a importância da relação alimentos e memórias familiares como influenciadora nas escolhas alimentares. Isto pode ser explicado pelas emoções positivas geradas em rótulos dessa natureza.

No cenário atual, é evidente que os consumidores estão cada vez mais inclinados a escolher alimentos que sejam caracterizados por sua natureza ecológica e natural, priorizando, igualmente, produtos que promovam a sua própria saúde quando decidem o que adquirir. A procedência do produto e a marca exercem influência significativa em suas escolhas, e a familiaridade com os produtos desempenha um papel facilitador na aceitação dos mesmos (GUINÉ, 2023). A familiaridade e a facilidade de cozinhar são fatores importantes na disposição para substituir a carne (SCHÖSLER; BOER; BOERSEMA, 2012)

Ao contrário do Cluster 1a, o Cluster 2a agrupa o menor número de respondentes, 44, representando 23,7% de toda amostra. A faixa etária predominante é de 18 a 24 anos, sendo a maioria do sexo feminino (54,5%). Possuem uma média de idade menor que o Cluster 1a.

Os sujeitos agrupados no Cluster 2a priorizam os aspectos financeiros acima de qualquer outro valor. Verifica-se que “*preço*”, “*apelo sensorial*”, “*conveniência*” e “*saúde*” são os critérios de escolha mais valorizados, apresentados em ordem decrescente de percentual. Além

³ Familiaridade = aquilo que é comum, muito conhecido.

⁴ Familiaridade = aquilo que lembra família, saudade familiar – conotação afetiva – “sopa da tia Maria”

dos aspectos financeiros, sabor, o tempo gasto e nível de dificuldade para o alimento ser preparado, este grupo se importa com os benefícios para a saúde.

O preço tem sido relatado como determinante-chave das escolhas alimentares em diferentes culturas (STEPTOE et al. 1995; PRESCOTT et al. 2002; FOTOPOULOS et al. 2009; CARRILLO et al. 2011; JANUSZEWSKA et al. 2011). O fato da faixa etária predominante ser de 18 a 24 anos pode justificar que os participantes tenham priorizado a dimensão “*preço*” como a mais importante devido ao fato do agrupamento ser, possivelmente, composto por estudantes que muitas das vezes moram sozinhos ou em moradias universitárias. Deliens et al. (2014) comprovaram em um estudo sobre os determinantes do comportamento alimentar em estudantes universitários que os preços dos produtos alimentares e o orçamento individual influenciam nas escolhas alimentares dos alunos. Os participantes do estudo de Deliens et al. (2014) também mencionaram que quando se vive em moradias universitárias, a pessoa torna-se mais independente, o que também implica que o preço e o orçamento se tornam cada vez mais importantes.

Ainda sobre os determinantes das escolhas alimentares, o apelo sensorial foi o segundo fator de maior importância para este agrupamento. Os aspectos sensoriais dos alimentos, sobretudo o sabor, são apontados como determinantes fundamentais do consumo alimentar (HETHERINGTON; ROLLS, 2004). O sabor é um dos determinantes menos negociáveis no contexto alimentar, sendo o principal fator para o prazer de comer. A apresentação dos alimentos, que engloba aspectos como cor, forma, textura, temperatura e teor de gordura, bem como outras características, desempenha um papel significativo na percepção do sabor. Esses elementos têm uma influência maior nas escolhas alimentares do que simplesmente o conhecimento sobre os benefícios dos alimentos para a saúde. (MOURA et al., 2020).

Em um estudo realizado por Machín et al. (2014), a conveniência apareceu como o principal impulsionador das escolhas alimentares dos respondentes em contextos específicos de refeições, como almoço, lanche e jantar, de acordo com o crescimento de produtos alimentares que economizam tempo e esforço no preparo e consumo. A conveniência é um construto complexo que envolve economizar tempo e minimizar o esforço físico e mental associado ao planejamento e preparação de alimentos. Neste estudo não foi considerado os contextos específicos, que geralmente não é abordado na FCQ. Portanto, o fator conveniência tem uma forte influência sobre os motivos subjacentes às escolhas alimentares.

E mais uma vez, a faixa etária predominante deste agrupamento, pode ter contribuído para que “*saúde*” ocupasse a quarta posição na média das dimensões do FCQ, pois a idade também demonstrou ser uma variável significativa nas decisões de escolha de alimentos,

apoiando os resultados apresentados por Chambers et al. (2008), que descobriram que os entrevistados mais jovens eram menos propensos a relatar que "tentar comer uma dieta saudável" era importante para eles. As pessoas mais jovens são mais propensas a citar fatores relacionados ao tempo (conveniência) como impedimentos de comer uma dieta saudável e homens de 18 a 30 anos declararam que a falta de tempo e a conveniência de alimentos não saudáveis determinavam seus hábitos alimentares.

Embora não seja foco principal neste estudo, o fato de ter sido realizado durante a pandemia do COVID-19, e a literatura relatar uma alteração abrupta nos hábitos alimentares e nos motivos de escolhas alimentares em jovens da mesma faixa etária do presente estudo, neste período (MARTY et al., 2021), pode ter modificado os resultados. Um estudo realizado com jovens maláxicos, nesta faixa etária, revelou mudança nos motivos de escolha alimentar durante a pandemia. Antes da pandemia preço e apelo sensorial eram os dois motivos de escolha alimentar mais bem avaliados, e após 15 meses da pandemia o preço permaneceu o motivo com maior pontuação e a conveniência superou o apelo sensorial, mudança essa impulsionada pelas restrições culinárias e gastronômicas do período (TAN; TAN; TAN, 2021).

O Cluster 2a apresentou menor média em relação as variáveis que compunham as dimensões “*controle de peso*” e “*conteúdo natural*”, demonstrando que eles não atribuem muita importância às questões estéticas e a questão da presença de aditivos químicos e ingredientes artificiais quando pensam nos motivos pelos quais fazem suas escolhas de alimentos. Este achado sugestivo de que o impacto total do processamento de alimentos industrializados nos padrões alimentares permanece negligenciado e subestimado (MONTEIRO et al., 2013) . O interesse pelo “*conteúdo natural*” orienta a preferência por alimentos menos processados e mais próximos de sua forma original.

Indivíduos que priorizam o “*controle de peso*” podem fazer escolhas alimentares com base em calorias, teor de gordura, proteína e outros nutrientes. Achados prévios demonstram que as mulheres tendem a apresentar maior insatisfação corporal e preocupação com o ganho de peso (MARSOLA et al., 2020), entretanto os resultados do presente trabalho não endossam essas informações.

5.2.1 Vegetarianismo e consumo de carne

Ao relacionar os Cluster 1a e 2a às afirmativas sobre vegetarianismo e consumo de carne observou-se que ambos relacionaram a pecuária ao clima e concordam que a produção de carne

é prejudicial para o meio ambiente. Essa percepção dos sujeitos agrupados no Cluster 1a em relação ao impacto ambiental causado pela carne pode ser justificada pela “*preocupação ética*”, que foi a terceira dimensão de maior importância para suas escolhas alimentares. Os sujeitos agrupados nos dois Clusters tendem a discordar que o consumo de carne não é saudável, entretanto, passam a concordar quando a afirmação diz que o consumo é excessivo e acreditam que deveriam comer menos carne.

Em um estudo realizado por Rossetti & Silva (2018) com o objetivo de avaliar práticas e percepções de estudantes sobre alimentação em uma universidade pública, seis jovens expressaram interesse em adotar uma dieta vegetariana, motivados pelo desejo de promover hábitos alimentares mais saudáveis e pela sua preocupação com questões ambientais e de sustentabilidade. A opção por uma abordagem parcial da dieta vegetariana foi explicada pela falta de tempo para preparar refeições, juntamente com a priorização do bem-estar. Isso ocorre porque a carne tem sido tradicionalmente considerada como benéfica para a saúde e é rápida de preparar em comparação com vegetais e grãos.

As respostas às afirmativas sobre vegetarianismo e consumo de carne estão apresentadas na Tabela 4.

Tabela 4 – Frequência de concordância ou discordância de afirmativas relacionadas ao vegetarianismo e consumo de carne, para Cluster 1a (n=142) e Cluster 2a (n=44)

Afirmativas	Escala de concordância*										p-valor
	1 (%)		2 (%)		3 (%)		4 (%)		5 (%)		
	C1a	C2a	C1a	C2a	C1a	C2a	C1a	C2a	C1a	C2a	
A pecuária tem grande impacto no clima	6,5	1,6	2,7	0,0	14,5	2,2	16,1	7,0	36,6	12,9	0,290
O consumo de carne não é saudável	23,1	8,1	14,5	5,9	19,9	7,0	9,1	2,7	9,7	0,0	0,166
O consumo de carne em excesso não é saudável	5,9	1,1	1,1	1,1	7,5	4,3	14,0	5,4	46,8	11,8	0,338
A produção de carne é prejudicial para o meio ambiente	13,1	3,8	4,9	1,6	24,6	5,5	14,8	6,6	19,1	6,0	0,727
O consumo de leite é saudável	3,2	0,5	0,0	1,1	5,4	1,6	8,1	6,5	59,7	14,0	0,005
O consumo de peixe é saudável	5,4	0,0	4,8	1,1	12,9	6,5	16,7	8,1	36,6	8,1	0,071
A dieta vegetariana inclui o consumo de peixes	37,3	9,7	6,5	3,8	8,6	6,5	9,2	2,2	14,6	1,6	0,024
Eu mudaria de supermercado se outro supermercado vendesse mais produtos vegetarianos	22,3	8,7	12,0	4,9	16,3	7,1	8,2	1,1	17,9	1,6	0,084
A alimentação vegetariana é viável com frequência	14,6	2,7	11,4	5,9	22,2	9,7	11,4	2,2	16,8	3,2	0,157
Alimentação vegetariana muitas vezes não é saudável	28,1	9,7	15,7	2,7	14,6	7,6	9,2	2,2	8,6	1,6	0,282
Eu deveria comer menos carne	16,7	3,8	9,7	3,8	18,3	8,1	10,8	3,2	21,0	4,8	0,593

* Escala tipo Likert de 5 pontos, onde 1 = discordo fortemente; 2 = discordo moderadamente; 3 = discordo ligeiramente; 4 = concordo moderadamente; 5 = concordo fortemente

Fonte: Dos autores (2022).

Ambos os Clusters concordam que o consumo de peixe e leite é saudável, e têm a percepção de que a dieta vegetariana não inclui peixe. Consideram que a alimentação vegetariana não seja viável com frequência e discordam que muitas vezes ela não é saudável.

A percepção de que a dieta vegetariana não inclui peixe pode ser discutida com base na definição tradicional de dietas vegetarianas (DINU et al., 2017). O consumo de carne animal é substituído por fontes de proteínas à base de plantas, e pode ou não incluir laticínios e ovos. São geralmente compostos por alimentos vegetais, tais como leguminosas, legumes, cereais, frutos secos, sementes, tubérculos e frutos (GUZMÁN CÁCERES; HERNÁNDEZ; HERRERA, 2022).

É interessante discutir o consenso encontrado nos dois Clusters sobre a saudabilidade do consumo de peixe e leite. Estudos como os de Micha, Mozaffarian, & Wallace (2010) destacam os benefícios para a saúde associados ao consumo de peixe devido aos ácidos graxos ômega-3, enquanto o leite é reconhecido por ser uma fonte de cálcio e proteína (HEVER; CRONISE, 2017). Uma pesquisa sobre o consumo de alimentos de origem animal ao longo da vida observou que os laticínios foram os mais consumidos, seguidos por ovos, aves, carne vermelha e peixe. Todas as gerações estudadas reduziram o consumo de carne ao envelhecer, com a geração mais jovem consumindo menos carne na infância e adolescência. As coortes mais antigas mantiveram o consumo de laticínios e ovos por mais tempo em suas vidas em comparação com as coortes mais jovens (MARTINS et al., 2017).

A discordância sobre a dieta vegetariana não ser saudável merece discussão. Pesquisas, como o estudo de Dinu et al. (2017), sugerem que uma dieta vegetariana bem equilibrada pode ser saudável e oferecer benefícios para a saúde, como redução do risco de doenças crônicas. Pesquisas anteriores destacaram preocupações em torno de deficiências nutricionais específicas em vegetarianos, porém dados de estudo realizado em 2019 indicam que a maioria dos onívoros não considera que a dieta vegetariana seja carente de nutrientes de forma significativa (BRYANT, 2019).

5.2.2 Motivos para o consumo de carne

Quando inquiridos “*por que motivo você come carne?*”, o motivo mais comum para o Cluster 1a foi “*porque é um alimento que me foi introduzido desde a infância*” (43%) seguido de “*pelo sabor*” (33,3%). Para o Cluster 2a o motivo com maior frequência foi “*sabor*” (12,9%) seguido por “*porque é um alimento que me foi introduzido desde a infância*” (11,8%). O motivo

“hábito” foi o terceiro com maior frequência para ambos os Clusters (31,2% e 11,3%, respectivamente).

Estudos anteriores mostraram que, para onívoros, motivações hedonistas intrínsecas, como amar o "sabor da carne" ou a saúde — e motivações nutricionais, são uma das principais razões para o consumo de carne (LIN-SCHILSTRA; FISCHER, 2020), e que em muitos países ocidentais, a carne tornou-se um símbolo da própria comida, e comer carne é tipicamente visto como fundamental para a natureza humana (GRAÇA; CALHEIROS; OLIVEIRA, 2015; ROSENFELD; BURROW, 2017). A carne tem um *status* especial em muitas sociedades, muitas vezes percebida como um alimento saudável e necessário, traz consigo tradições, valores culturais, estilo de vida hedonista e hábitos de consumo (APOSTOLIDIS; MCLEAY, 2016).

Valli et al. (2019), fizeram uma revisão sistemática para identificar e avaliar evidências sobre valores e preferências relacionados ao consumo de carne. Eles observaram que a maioria dos onívoros consideram a carne um componente essencial para uma dieta saudável, comem carne porque gostam do sabor, sentem que a carne faz parte de suas tradições e acreditam não ter conhecimento e habilidades culinárias para preparar uma refeição adequada sem ela estar presente.

5.2.3 Motivos para não seguir uma dieta vegetariana

Para os sujeitos agrupados nos Clusters 1a e 2a, o motivo mais comum para não seguir uma dieta vegetariana foi “*não tenho interesse*” (44,6% e 14,0%) seguido de “*aspectos sensoriais, como o sabor*” (17,7% e 5,4%) e “*por conta das pessoas que convivo não aderirem*” (12,4% e 3,8%).

Este achado discute com o estudo de Hodson & Earle (2018) onde evidenciam que mulheres têm maior probabilidade de aderir uma alimentação vegetariana, contudo no mesmo estudo, mesmo a amostra sendo composta por uma maioria feminina, esse interesse não foi demonstrado. Segundo Culliford & Bradbury (2020), as barreiras à redução do consumo de carne incluem um forte apego ao sabor e familiaridade da carne e a crença de que a redução pessoal do consumo de carne não fará uma diferença significativa em escala global.

Surge aqui uma evidência do impedimento de adotar uma alimentação vegetariana por causa de familiares, por eles não apoiarem a conduta dos respondentes. Ruby e Heine (2011) colocam que tal fato sugere que, a escolha alimentar de pessoas próximas tem mais impacto na escolha alimentar em contextos culturais coletivistas.

Segundo estudo realizado por Rosenfeld & Tomiyama, (2020) os onívoros, em comparação aos flexitarianos, são mais resistentes a se tornarem vegetarianos e tendem a antecipar mais o estigma vegetariano e perceber as dietas vegetarianas como menos saborosas, mais caras, menos familiar, menos conveniente e menos saudável. E, para aqueles que atualmente não reduzem seu consumo de carne, os benefícios pessoais potenciais são mais importantes do que os benefícios ambientais ou éticos.

Estudo anterior realizado por Austgulen et al. (2018) observou que, no geral, os participantes se mostraram relutantes em mudar sua alimentação para uma direção mais sustentável alegando que precisariam de provas sérias dos impactos ambientais do consumo de carne. Nenhum dos participantes disse que gostaria de se tornar vegetariano. Uns estavam particularmente preocupados com o fato de uma refeição sem carne ser menos satisfatória, e outros argumentavam que a redução no consumo de carne reduziria sua qualidade de vida, enfatizando a importância da carne no consumo diário.

5.2.4 Motivos para seguir uma dieta vegetariana

Tanto para o Cluster 1a (48,9%) quanto para o Cluster 2a (14,5%), o motivo mais comum para seguir uma dieta vegetariana foi “*saúde e bem-estar*”. Para o Cluster 1a segue-se “*bem-estar animal*” (22,0%) e “*meio ambiente*” (22,0%) e para o Cluster 2a, os mesmos motivos com 9,7% e 8,1% respectivamente.

Esses resultados fornecem evidências sobre a significância estatística do impacto de variáveis relacionadas a valores de saúde e bem-estar nas escolhas alimentares. Confirmam os achados de um estudo realizado anteriormente sobre atitudes e comportamentos saudáveis onde demonstrou que, ao fazer suas escolhas alimentares, os sujeitos prestam cada vez mais atenção aos benefícios percebidos resultantes de seu consumo, sendo os potenciais benefícios à saúde (JAKUBOWSKA; RADZYMIŃSKA, 2019).

Mullee et al. (2017) descobriram que, quando perguntados sobre possíveis razões para consumir uma alimentação mais vegetariana, a opção mais popularmente escolhida por onívoros e flexitarianos era a saúde. O meio ambiente e o bem-estar animal foram escolhidos por menos participantes e, para os onívoros, essas razões foram classificadas abaixo de "para descobrir novos gostos", "para reduzir o peso" e "sem razão". Já para vegetarianos e veganos o bem-estar animal é a razão mais comum.

Os sujeitos que valorizam a alimentação como meio para melhorar sua saúde, tendem a fazer escolhas alimentares adequadas e criteriosas, optando por uma alimentação mais equilibrada e favorecendo o consumo de alimentos considerados funcionais (GUINA et al., 2020).

Considerando a predominância do gênero feminino no estudo, mais uma vez, os resultados remetem a um estudo anterior onde as mulheres tendem a ser geralmente mais reflexivas sobre questões alimentares e de saúde. As mulheres tendem a endossar mais as práticas alimentares saudáveis do que os homens, por exemplo, dando maior importância às recomendações alimentares e fazendo escolhas alimentares mais baseadas em conteúdo alimentar saudável (SHIN; MATTILA, 2019).

5.3 Caracterização dos Clusters segundo comportamento ecológico

A segunda análise de agrupamentos foi realizada sobre as respostas para as variáveis relacionadas ao comportamento ecológico (Tabela 5). Os Cluster foram identificados como 1b e 2b.

O Cluster 1b agrupa 156 respondentes e representa 83,9% de toda amostra, sendo 73,1% do sexo feminino. A idade predominante neste Cluster é de 25 a 35 anos (29,5%), a maioria da cor branca (60,9%) e renda de 1 a 2 salários mínimos (27,6%). O grau de instrução que predomina neste Cluster é o ensino médio completo (42,3%).

O Cluster 2b possui 30 respondentes ou 16,1% da amostra. É o único que possui predominância masculina (57,1%). Grande parte dos respondentes possui até 35 anos (64,3%), com predominância para faixa de 18 a 24 anos, e renda de até 2 salários mínimos.

Tabela 5 – Médias dos Clusters entre as variáveis de respostas relacionadas ao comportamento ecológico (n= 186) (continua)

Afirmativas	Cluster 1b n = 156 Média ± dp	Cluster 2b n = 30 Média ± dp	p-valor
Ativismo - consumo			
Se vejo alguém jogando lixo no coletor errado, aviso que é para não fazer isso.	3,58 ± 1,33	2,43 ± 1,27	0,000
Mobilizo os meus familiares, amigos e colegas para reduzirem o consumo de energia.	4,38 ± 0,95	3,45 ± 1,38	0,000

Tabela 5 – Médias dos Clusters entre as variáveis de respostas relacionadas ao comportamento ecológico (n= 186) (conclusão)

Afirmação	Cluster 1b n = 156 Média ± dp	Cluster 2b n = 30 Média ± dp	p-valor
Economia de água e de energia			
Apago a luz quando sou o último a sair de um local (em casa ou no trabalho).	4,96 ± 0,25	4,05 ± 1,38	0,000
Evito desperdiçar energia elétrica.	4,80 ± 0,53	3,90 ± 1,14	0,000
Evito desperdiçar água.	4,81 ± 0,52	4,19 ± 0,94	0,000
Limpeza urbana			
Aproveito para rascunho o outro lado do papel usado.	4,86 ± 0,40	3,88 ± 1,29	0,000
Ao ver um lixo no chão, pego e jogo na lixeira.	4,41 ± 0,89	3,24 ± 1,46	0,000
Reciclagem			
Jogo todo tipo de lixo em qualquer lixeira.	1,53 ± 1,10	2,38 ± 1,38	0,000
Recolho materiais recicláveis e destino-os para a coleta seletiva.	4,32 ± 1,09	2,81 ± 1,38	0,000
Jogo copo descartável no coletor próprio para ele.	4,92 ± 0,30	3,33 ± 1,39	0,000

Escala tipo Likert de 5 pontos, onde 1 = discordo fortemente 2 = discordo moderadamente 3 = discordo ligeiramente 4 = concordo moderadamente 5 = concordo fortemente
dp = desvio padrão

Fonte: Dos autores (2022).

Os sujeitos agrupados no Cluster 1b apresentaram atitudes significativamente mais favoráveis ($p < 0,05$) em relação ao Cluster 2b quanto ao comportamento ecológico. O Cluster 1b obteve maiores médias no fator Economia, que agrupa itens associados ao não desperdício de energia e de água, seguido do fator Limpeza, composto por itens associados à manutenção de um ambiente limpo. As maiores médias foram encontradas nos itens “*apago a luz quando sou o último a sair de um local*” e “*jogo copo descartável no coletor próprio para ele*”. A primeira variável representa a preocupação dos respondentes com a questão do uso da energia, os mesmos demonstram estar conscientes em relação ao uso correto da energia, evitando assim os desperdícios e maiores gastos financeiros para os mesmos. Revela que os respondentes têm clareza em relação a consciência energética, procurando desligar as luzes de ambientes que não estão sendo utilizados.

As menores médias do Cluster 1b foram nos fatores Ativismo e Reciclagem, que envolvem comportamentos de conscientização das pessoas, protesto, conservação e preservação do meio ambiente e ações de separação do lixo doméstico conforme seu tipo (Exemplo: “*Se vejo alguém jogando lixo no coletor errado, aviso que é para não fazer isso*” e “*Recolho materiais recicláveis e destino-os para a coleta seletiva*”).

Em relação ao Cluster 1b, os sujeitos agrupados no Cluster 2b apresentaram médias mais baixas para todos os fatores, evidenciando que este grupo apresenta um comportamento ecológico menos consciente. As menores médias também foram nos fatores Ativismo e Reciclagem.

5.3.1 Vegetarianismo e consumo de carne

Ao relacionar os dois agrupamentos às afirmativas sobre vegetarianismo e consumo de carne observou-se que ambos discordam que o consumo de carne não é saudável e não houve diferença significativa entre eles para os outros itens. Exceto para a afirmativa “*O consumo de carne em excesso não é saudável*”, os sujeitos agrupados no Cluster 1b concordam com a afirmativa, já os do Cluster 2b tende a discordar (tabela 6).

Tabela 6 – Médias dos Clusters ao relacionar o comportamento ecológico às afirmativas sobre vegetarianismo e consumo de carne. (continua)

<i>“Expresse suas opiniões quanto às situações a seguir”</i>	Cluster 1b n=156 Média ± dp	Cluster 2b n=30 Média ± dp	p-valor
A pecuária tem grande impacto no clima	4,12 ± 1,19	3,79 ± 1,30	0,113
O consumo de carne não é saudável	2,53 ± 1,25	2,19 ± 1,33	0,130
O consumo de carne em excesso não é saudável	4,33 ± 1,08	3,90 ± 1,43	0,038*
A produção de carne é prejudicial para o meio ambiente	3,39 ± 1,34	3,00 ± 1,41	0,105
O consumo de leite é saudável	4,60 ± 0,87	4,40 ± 1,11	0,235
O consumo de peixe é saudável	3,99 ± 1,21	4,02 ± 1,02	0,833
A dieta vegetariana inclui o consumo de peixes	2,28 ± 1,55	2,64 ± 1,44	0,174
Eu mudaria de supermercado se outro supermercado vendesse mais produtos vegetarianos	2,76 ± 1,54	2,36 ± 1,26	0,121
A alimentação vegetariana é viável com frequência	3,00 ± 1,34	2,69 ± 1,28	0,181

Tabela 6 – Médias dos Clusters ao relacionar o comportamento ecológico às afirmativas sobre vegetarianismo e consumo de carne. (conclusão)

<i>“Expresse suas opiniões quanto às situações a seguir”</i>	Cluster 1b n=156 Média ± dp	Cluster 2b n=30 Média ± dp	p-valor
Alimentação vegetariana muitas vezes não é saudável	2,35 ± 1,34	2,50 ± 1,35	0,517
Eu deveria comer menos carne	3,23 ± 1,44	2,86 ± 1,49	0,139

Nota: Escala tipo Likert de 5 pontos, onde 1 = discordo fortemente 2 = discordo moderadamente 3 = discordo ligeiramente 4 = concordo moderadamente 5 = concordo fortemente

Fonte: Dos autores (2022).

O fato de o Cluster 2b ter predominância masculina, pode justificar que seus respondentes tendem a discordar que o consumo de carne não é saudável, nem mesmo em excesso. Outros estudos também relataram que os homens têm uma atitude mais favorável em relação ao consumo de carne do que as mulheres (VALLI et al., 2019). Segundo De Backer et al. (2020), os homens associam o consumo de carne à masculinidade, tendem a ter negações mais fortes do sofrimento animal e crenças de que o ser humano é destinado a comer carne. Nesse sentido, o consumo de carne está associado a uma forte identidade masculina e os homens obtêm mais desaprovação social/provocação do que as mulheres de fazer escolhas sem carne (GILLISON et al., 2022).

Com base nesses estudos, observou-se que informações do tipo “carne é derivada de animais” e “carne causa sofrimento animal” podem ser insuficientes para os homens, para os indivíduos que mantêm valores que desencorajam a empatia pelos animais e para aqueles com alta fixação de carne pré-existente. Para esses grupos, certas intervenções podem sair pela culatra e desencadear mecanismos defensivos, como justificativas para o consumo de carne, resultando em um consumo ainda maior (GRAÇA; CALHEIROS; OLIVEIRA, 2015; ROTHGERBER, 2020).

Ambos os Cluster relacionaram a pecuária ao clima e tendem a discordar que a produção de carne é prejudicial para o meio ambiente. Os achados aqui relatados apoiam o estudo realizado por Vanhonacker et al. (2013), onde os participantes parecem considerar a produção de carne um dos setores menos significativos que contribuem para a degradação ambiental, em comparação, por exemplo, com transporte e indústria. Mais da metade dos participantes relataram que estavam cientes do efeito da produção animal sobre o meio ambiente, após serem informados sobre o tema.

Uma pesquisa internacional da Chatham House descobriu uma enorme lacuna na compreensão pública do papel da carne e do gado nas mudanças climáticas. Enquanto 83% dos entrevistados concordaram que a atividade humana está contribuindo para a mudança climática, apenas 30% identificaram a carne e o gado como um contribuinte significativo (GARNETT et al., 2015).

No presente estudo, ambos os agrupamentos tendem a discordar que deveriam comer menos carne. Concordam que o consumo de peixe e leite é saudável, e têm a percepção de que a dieta vegetariana não inclui peixe. Consideram que a alimentação vegetariana não seja viável com frequência e discordam que muitas vezes ela não é saudável.

5.3.2 Motivos para o consumo de carne

Quando inquiridos “*por que motivo você come carne?*”, o motivo mais comum para o Cluster 1b foi “*porque é um alimento que me foi introduzido desde a infância*” (43%) seguido de “*pelo sabor*” (33,3%). Para o Cluster 2b o motivo com maior frequência foi “*sabor*” (12,9%) seguido por “*porque é um alimento que me foi introduzido desde a infância*” (11,8%). O motivo “*hábito*” foi o terceiro com maior frequência para ambos os Clusters (31,2% e 11,3%, respectivamente).

Todos esses motivos são alentados pelo estudo de Kwasny et al. (2022), que traz o consumo de carne como enraizado em práticas culturais, normas sociais e hábitos diários. Os indivíduos sentem prazer em comer carne e apreciam seu sabor.

5.3.3 Motivos para não seguir uma dieta vegetariana

Para o Cluster 1b e 2b o motivo mais comum para não seguir uma dieta vegetariana foi “*não tenho interesse*” (44,6% e 14,0%) seguido de “*aspectos sensoriais, como o sabor*” (17,7% e 5,4%) e “*por conta das pessoas que convivo não aderirem*” (12,4% e 3,8%).

Os sujeitos agrupados no Cluster 1b, apesar de apresentarem o comportamento ecológico mais consciente, e os do Cluster 2b, não demonstraram interesse em seguir uma dieta vegetariana e foi constatada proximidade com o resultado de um estudo anterior (TOBLER; VISSCHERS; SIEGRIST, 2011) em que, ao examinar as crenças dos participantes sobre o consumo ecológico de alimentos e sua disposição de adotar tais comportamentos, observaram que eles avaliaram a redução do consumo de carne como o menos ecológico de todos os padrões

de consumo. Assim, como reduzir o consumo de carne pode ser difícil para os participantes, é mais fácil negar seu benefício ambiental como uma estratégia para reduzir a dissonância. Ou seja, os consumidores podem desculpar sua falta de vontade de reduzir o consumo de carne, descartando esse comportamento como não ambientalmente relevante. E as pessoas que comem carne com mais frequência atribuíram menos benefícios ambientais à redução do consumo de carne.

Estes resultados confirmam os de Campbell-Arvai (2015), onde os pesquisadores observaram consistentemente que comportamentos pró-ambientais de “baixo esforço”, por exemplo, a reciclagem, tem maior probabilidade de serem adotados pelos sujeitos do que mudanças de estilo de vida mais substantivos, porém mais inconvenientes, como por exemplo a adoção de uma dieta vegetariana ou vegana.

Em reforço a essa hipótese, em outro estudo (LEA; WORSLEY, 2008), bem mais da metade dos participantes concordou que comprar produtos orgânicos e comer menos carne não eram ações ambientais importantes para ajudar o meio ambiente.

5.3.4 Motivos para seguir uma dieta vegetariana

Tanto para os sujeitos agrupados no Cluster 1b (48,9%), quanto para os sujeitos agrupados no Cluster 2b (14,5%), o motivo mais comum para seguir uma dieta vegetariana foi “saúde e bem-estar”. Para o Cluster 1b segue-se “bem-estar animal” (22,0%) e “meio ambiente” (22,0%) e para o Cluster 2b, os mesmos motivos com 9,7% e 8,1% respectivamente.

Independentemente do comportamento ecológico, ambos os agrupamentos apresentaram as mesmas motivações para seguir uma dieta vegetariana. Os resultados deste estudo apoiam Janssen et al. (2016), que fizeram uma revisão das motivações de veganos auto identificados e descobriram que, de nove estudos primários, 90% dos participantes escolhem motivos relacionados a animais, seguidos por 69,3% escolhendo saúde e 46,8% escolhendo motivos ambientais ao descrever seu estilo de vida. Sua revisão concluiu que as principais motivações para o veganismo foram bem-estar animal, saúde e meio ambiente.

Os resultados deste estudo podem ser úteis para fomentar políticas públicas que conscientizem a população para minimizar o consumo de carne ou adotar uma alimentação mais sustentável que traga benefícios para a saúde em concomitância com o meio ambiente.

Os formuladores de políticas públicas precisam informar sobre o impacto que os alimentos têm no meio ambiente. Os impactos de atividades como o consumo de carne precisam

ser disseminados nas instituições de ensino para aumentar a conscientização sobre a pegada ambiental das atividades diárias. É necessário aumentar a visibilidade de uma alimentação a base de vegetais, com seus potenciais benefícios, e com menor ingestão de carne e seus derivados.

6 CONCLUSÃO

Os resultados do presente trabalho indicam que os principais preditores para uma menor ingestão de carne ou para uma alimentação sem carne são saúde e bem-estar.

Observou-se que os sujeitos tendem a discordar da ideia de que o consumo de carne não é saudável. No entanto, suas opiniões convergem quando se trata de considerar que o consumo de carne é excessivo, e concordam com a noção de que deveriam reduzir o consumo de carne.

Os participantes do estudo compartilham a crença de que o consumo de peixe e leite é saudável, além de perceberem que a dieta vegetariana não inclui peixe. Além disso, eles expressam a visão de que uma dieta vegetariana não é viável com frequência, mas discordam da ideia de que, muitas vezes, essa dieta não é saudável.

Os respondentes demonstram uma alta preocupação com o uso responsável da energia. Isso sugere que eles estão conscientes da importância da economia de energia, o que pode levar a economias financeiras significativas. Além disso, eles demonstram clareza em relação à consciência energética, desligando luzes em locais não utilizados.

Por outro lado, as menores médias encontradas nas categorias 'Ativismo' e 'Reciclagem', indicam um menor envolvimento em comportamentos de conscientização, ativismo ambiental e preservação do meio ambiente, sugerindo necessidade de maior sensibilização e incentivo para a adoção de práticas mais sustentáveis relacionadas à conservação e preservação do meio ambiente.

Constata-se que a principal razão para não adotar uma dieta vegetariana foi a falta de interesse, seguida de questões relacionadas à satisfação sensorial, como o sabor, e pela influência das pessoas do convívio social.

Não foram observadas diferenças significativas nos comportamentos, escolhas e motivações para adoção de práticas alimentares saudáveis e sustentáveis quando todas as questões foram relacionadas aos sujeitos com comportamentos ecológicos mais conscientes e ao outro grupo com comportamentos ecológicos menos conscientes.

7 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Um dos objetivos do estudo era entender o comportamento dos sujeitos, do ponto de vista das escolhas alimentares, por meio da análise dos motivos que influenciavam tais decisões. E os resultados obtidos permitiu distinguir dois segmentos, com base nos motivos relacionados às suas escolhas alimentares.

O primeiro segmento viu seus sujeitos prezarem pelo sabor e se preocuparem com sua saúde. Consideraram que ao escolher um alimento, este deveria ser nutritivo e saudável. Trouxeram consigo uma preocupação ética e foram capazes de escolher um alimento cuja a embalagem não prejudicaria o meio ambiente. Ainda se preocuparam com sua origem e sustentabilidade. O preço importou, mas não tanto quanto o sabor e a qualidade.

Já o segundo segmento identificado demonstrou uma preocupação principal com o preço, que deveria ser justo, mas não abriram mão do sabor. Priorizaram alimentos que eram vendidos bem perto de onde estavam, seja em casa, no trabalho ou na escola. Melhor ainda se fossem de fácil preparo e rápidos. Optaram pela saudabilidade dos alimentos para nortear suas escolhas.

Para os segmentos obtidos através da análise das variáveis relacionadas ao comportamento ecológico, observou-se que o primeiro agrupamento apresentou um comportamento ecológico mais "consciente" em relação ao segundo agrupamento. No entanto, esse fato não os diferenciou nas questões relacionadas ao vegetarianismo e consumo de carne. Ambos tendiam a ignorar os prejuízos causados pela produção de carne ao meio ambiente e não demonstravam interesse em seguir uma dieta vegetariana.

Um dado notável foi a predominância masculina no segundo agrupamento, o que reforçou a conexão entre a masculinidade e o consumo de carne. A razão pode ser cultural, uma vez que em muitas sociedades tradicionais, os papéis de gênero frequentemente associam a masculinidade à ideia de consumo de carne e à busca por uma dieta rica em proteínas, atribuindo valores como força e virilidade a esse comportamento. É importante notar que essa correlação não significa que todos os homens tenham preferência pelo consumo de carne em detrimento de uma dieta vegetariana e relação entre masculinidade e consumo de carne não é uma generalização absoluta, e há muitos homens que adotam dietas vegetarianas e se engajam em comportamentos ecológicos conscientes.

Partindo da premissa de que o consumo de carne foi identificado como a forma de consumo alimentar mais prejudicial para o meio ambiente; de que uma alimentação saudável e

sustentável está pautada em escolhas alimentares que possam reduzir significativamente o impacto no meio ambiente; e de que o vegetarianismo, ou a adoção de uma alimentação baseada em vegetais, que inclua pequenas quantidades de alimentos de origem animal, como leite, ovos, carne e peixe podem contribuir significativamente para reduzir a pegada ambiental do sistema alimentar e proporcionar padrões alimentares mais saudáveis, os resultados obtidos na pesquisa possibilitaram identificar algumas barreiras e facilitadores para a promoção de uma alimentação saudável e sustentável.

Como barreiras para a adoção de uma alimentação saudável e sustentável, observa-se que o consumo de carne está enraizado nas práticas culturais dos indivíduos, que exacerbam seu prazer em comê-la e apreciar seu sabor. Uma combinação de contextos tradicionais de masculinidade e um ambiente alimentar ocidental onde a carne é abundante, impede uma transição para um menor consumo de carne ou para uma alimentação baseada em vegetais. É evidente a falta de conhecimento ou negação sobre os efeitos ambientais negativos do consumo de carne. E é importante ressaltar que no presente trabalho apenas 7 participantes se declararam vegetarianos, o que corresponde a apenas 3,7% da amostra.

Um potencial facilitador para a promoção de uma alimentação saudável e sustentável é apresentar às pessoas educação sobre as razões pelas quais é importante reduzir ou evitar o consumo de carne e destacar os benefícios de fazê-lo para a saúde. Fornecer informações acerca desse assunto é particularmente importante no contexto do consumo de carne, pois uma das razões para não reduzir o seu consumo é a falta de conhecimento sobre dietas à base de vegetais ou com menor ingestão de carne, o que resulta na crença de que a carne é essencial para a saúde.

O estudo teve como limitação a dificuldade das pessoas em responder o questionário durante a pandemia da COVID 19 e foi limitada a uma área geográfica específica. Portanto, pesquisas futuras devem ter uma abrangência geográfica mais ampla, um maior número de entrevistados e, até mesmo, uma abordagem longitudinal para analisar possíveis mudanças de comportamento ao longo do tempo.

REFERÊNCIAS

- ALCORTA, A. et al. Foods for plant-based diets: Challenges and innovations. **Foods (Basel, Switzerland)**, v. 10, n. 2, p. 293, 2021.
- ALLÈS, B. et al. Food choice motives including sustainability during purchasing are associated with a healthy dietary pattern in French adults. **Nutrition journal**, v. 16, n. 1, 2017.
- ALSAFFAR, A. A. Sustainable diets: The interaction between food industry, nutrition, health and the environment. **Ciencia y tecnologia de los alimentos internacional [Food science and technology international]**, v. 22, n. 2, p. 102–111, 2016.
- APOSTOLIDIS, C.; MCLEAY, F. Should we stop meating like this? Reducing meat consumption through substitution. **Food policy**, v. 65, p. 74–89, 2016.
- ATTA-DELGADO, M. X.; LOZANO, S. P. G.; TORRES, J. A. A survey on the prevalence of sustainable diets and the eating experience satisfaction. **Innovative food science & emerging technologies: IFSET: the official scientific journal of the European Federation of Food Science and Technology**, v. 84, n. 103305, p. 103305, 2023.
- AUSTGULEN, M. et al. Consumer readiness to reduce meat consumption for the purpose of environmental sustainability: Insights from Norway. **Sustainability**, v. 10, n. 9, p. 3058, 2018.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Política Nacional de Alimentação e Nutrição. Brasília: **Ministério da Saúde, 2012**. (Série B. Textos Básicos de Saúde).
- BRASIL. **Ministério da Saúde. Secretaria de Assistência à Saúde**. Departamento de Atenção Básica. Guia alimentar para a população brasileira. 2. ed. Brasília, 2014.
- BRASIL. Medida Provisória nº 1.154, de 1º de janeiro de 2023. Estabelece a organização básica dos órgãos da Presidência da República e dos Ministérios. **Diário Oficial da União 2023**; 1 jan (edição especial).
- BOGUEVA, D.; MARINOVA, D.; BRYANT, C. Meat me halfway: Sydney meat-loving men’s restaurant experience with alternative plant-based proteins. **Sustainability**, v. 14, n. 3, p. 1290, 2022.
- BRUG, J. Determinants of healthy eating: motivation, abilities and environmental opportunities. **Family practice**, v. 25 Suppl 1, n. Supplement 1, p. i50-5, 2008.
- BRYNGELSSON, D. et al. How can the EU climate targets be met? A combined analysis of technological and demand-side changes in food and agriculture. **Food policy**, v. 59, p. 152–164, 2016.
- BRYANT, C. J. We can’t keep meating like this: Attitudes towards vegetarian and vegan diets in the United Kingdom. **Sustainability**, v. 11, n. 23, p. 6844, 2019.

- CAMPBELL-ARVAI, V. Food-related environmental beliefs and behaviours among university undergraduates: A mixed-methods study. **International journal of sustainability in higher education**, v. 16, n. 3, p. 279–295, 2015.
- CANELLA, D. S. et al. Ultra-processed food products and obesity in Brazilian households (2008–2009). **PLoS one**, v. 9, n. 3, p. e92752, 2014.
- CAPPELLI, L. et al. Is buying local food a sustainable practice? A scoping review of consumers' preference for local food. **Sustainability**, v. 14, n. 2, p. 772, 2022.
- CARRILLO, E. et al. Main factors underlying consumers' food choice: A first step for the understanding of attitudes toward "healthy eating": Understanding of attitudes toward healthy eating. **Journal of sensory studies**, v. 26, n. 2, p. 85–95, 2011.
- CHAMBERS, S. et al. The influence of age and gender on food choice: a focus group exploration. **International journal of consumer studies**, v. 32, n. 4, p. 356–365, 2008.
- CHAUDHARY, A.; KRISHNA, V. Country-specific sustainable diets using optimization algorithm. **Environmental science & technology**, v. 53, n. 13, p. 7694–7703, 2019.
- CHEN, P.-J.; ANTONELLI, M. Conceptual models of food choice: Influential factors related to foods, individual differences, and society. **Foods (Basel, Switzerland)**, v. 9, n. 12, p. 1898, 2020.
- CONSEA – Conselho Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional. **Princípios e Diretrizes de uma Política Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional**. Brasília: CONSEA, Brasília, 2004.
- CONSEA – Conselho Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional. **III Conferência Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional**: por um desenvolvimento sustentável com soberania e segurança alimentar e nutricional. Declaração Final. Fortaleza, 2007. Disponível em: <<http://www.planalto.gov.br/consea/3conferencia/Static/Documentos/Declara%C3%A7%C3%A3o%20Final.pdf>>. Acesso em: 17 de novembro de 2022.
- CRAVEIRO, D. et al. Equity, health, and sustainability with PROVE: The evaluation of a Portuguese program for a short distance supply chain of fruits and vegetables. **International journal of environmental research and public health**, v. 16, n. 24, p. 5083, 2019.
- CREWS, T. E.; CARTON, W.; OLSSON, L. Is the future of agriculture perennial? Imperatives and opportunities to reinvent agriculture by shifting from annual monocultures to perennial polycultures. **Global sustainability**, v. 1, n. e11, 2018.
- CULLIFORD, A.; BRADBURY, J. A cross-sectional survey of the readiness of consumers to adopt an environmentally sustainable diet. **Nutrition journal**, v. 19, n. 1, p. 138, 2020.
- DAGEVOS, H. Finding flexitarians: Current studies on meat eaters and meat reducers. **Trends in food science & technology**, v. 114, p. 530–539, 2021.
- DELIENS, T. et al. Determinants of eating behaviour in university students: a qualitative study using focus group discussions. **BMC public health**, v. 14, n. 1, 2014.

DE BACKER, C. et al. Meat and masculinities. Can differences in masculinity predict meat consumption, intentions to reduce meat and attitudes towards vegetarians? **Appetite**, v. 147, n. 104559, p. 104559, 2020.

DINU, M. et al. Vegetarian, vegan diets and multiple health outcomes: A systematic review with meta-analysis of observational studies. **Critical reviews in food science and nutrition**, v. 57, n. 17, p. 3640–3649, 2017.

DYEN, M.; SIRIEIX, L. How does a local initiative contribute to social inclusion and promote sustainable food practices? Focus on the example of social cooking workshops: The influence of a local action on social inclusion and sustainable food practices. **International journal of consumer studies**, v. 40, n. 6, p. 685–694, 2016.

FOTOPOULOS, C. et al. Food Choice Questionnaire (FCQ) revisited. Suggestions for the development of an enhanced general food motivation model. **Appetite**, v. 52, n. 1, p. 199–208, 2009.

FRETES, G. et al. Children's perceptions about environmental sustainability, food, and nutrition in Chile: A qualitative study. **International journal of environmental research and public health**, v. 18, n. 18, p. 9679, 2021.

GARZILLO, J. M. F. et al. Carbon footprint of the Brazilian diet. **Revista de saude publica**, v. 55, p. 90, 2021.

GILLISON, F. et al. **A rapid review of the evidence on the factors underpinning the consumption of meat and dairy among the general public.** [s.l.] Food Standards Agency, 2022.

GRAÇA, J.; CALHEIROS, M. M.; OLIVEIRA, A. Attached to meat? (Un)Willingness and intentions to adopt a more plant-based diet. **Appetite**, v. 95, p. 113–125, 2015.

GREGOLIN, G. C. et al. Política pública e sustentabilidade: possibilidade de interface no Programa Nacional De Alimentação Escolar - PNAE (Public policy and sustainability: possibility of interface in National School Meal Program - NSMP). **Emancipacao**, v. 17, n. 2, p. 198–216, 2017.

GRISA, C.; SCHMITT, C. J.; MATTEI, L. F.; MALUF, R. S.; LEITE, S. P. O Programa de Aquisição de Alimentos (PAA) em Perspectiva: Apontamentos e Questões para o Debate. **Retratos de Assentamentos**, [S. l.], v. 13, n. 1, p. 137-170, 2010. DOI: 10.25059/2527-2594/retratosdeassentamentos/2010.v13i1.69. Disponível em: <https://retratosdeassentamentos.com/index.php/retratos/article/view/69>. Acesso em: 6 fev. 2023.

GUÉGUEN, N.; JACOB, C. The effect of menu labels associated with affect, tradition and patriotism on sales. **Food quality and preference**, v. 23, n. 1, p. 86–88, 2012.

GUINÉ, R. P. F. et al. Study about food choice determinants according to six types of conditioning motivations in a sample of 11,960 participants. **Foods (Basel, Switzerland)**, v. 9, n. 7, p. 888, 2020.

GUINÉ, R. P. F. The second edition of motivations associated with food choices and eating practices. **Foods (Basel, Switzerland)**, v. 12, n. 16, 2023.

GUZMÁN CÁCERES, R. G.; HERNÁNDEZ, P.; HERRERA, H. Consumo de alimentos, estado nutricional antropométrico, actividad física y motivaciones de vegetarianismo en adultos venezolanos. **Archivos latinoamericanos de nutrición**, v. 72, n. 3, p. 163–173, 2022.

HEITOR, S. F. D. et al. Tradução e adaptação cultural do questionário sobre motivo das escolhas alimentares (Food Choice Questionnaire – FCQ) para a língua portuguesa. **Ciência & saúde coletiva**, v. 20, n. 8, p. 2339–2346, 2015.

HENTILÄ, A. et al. Associations of food motives with red meat and legume consumption in the population-based DILGOM study. **European journal of nutrition**, v. 62, n. 8, p. 3263–3275, 2023.

HETHERINGTON, M. M.; ROLLS, B. J. Sensory-specific satiety: Theoretical frameworks and central characteristics. Em: **Why we eat what we eat: The psychology of eating**. Washington: American Psychological Association, 2004. p. 267–290.

HEVER, J.; CRONISE, R. J. Plant-based nutrition for healthcare professionals: implementing diet as a primary modality in the prevention and treatment of chronic disease. **Journal of geriatric cardiology: JGC**, v. 14, n. 5, p. 355–368, 2017.

HJORTH, T. et al. Changes in dietary carbon footprint over ten years relative to individual characteristics and food intake in the Västerbotten Intervention Programme. **Scientific reports**, v. 10, n. 1, p. 20, 2020.

HODSON, G.; EARLE, M. Conservatism predicts lapses from vegetarian/vegan diets to meat consumption (through lower social justice concerns and social support). **Appetite**, v. 120, p. 75–81, 2018.

IV RELATÓRIO LUZ DA SOCIEDADE CIVIL DA AGENDA 2030 DE DESENVOLVIMENTO SUSTENTÁVEL BRASIL GRUPO DE TRABALHO DA SOCIEDADE CIVIL PARA A AGENDA 2030. . [s.l: s.n.]. Disponível em: <www.gtagenda2030.org.br>.

JAKUBOWSKA, D.; RADZYMIŃSKA, M. Health and environmental attitudes and values in food choices: a comparative study for Poland and Czech Republic. **Oeconomia Copernicana**, v. 10, n. 3, p. 433–452, 2019.

JANUSZEWSKA, R.; PIENIAK, Z.; VERBEKE, W. Food choice questionnaire revisited in four countries. Does it still measure the same? **Appetite**, v. 57, n. 1, p. 94–98, 2011.

KAPELARI, S. et al. Food heritage makes a difference: The importance of cultural knowledge for improving education for sustainable food choices. **Sustainability**, v. 12, n. 4, p. 1509, 2020.

KLOTZ-SILVA, J.; PRADO, S. D.; SEIXAS, C. M. Comportamento alimentar no campo da Alimentação e Nutrição: do que estamos falando? **Physis (Rio de Janeiro, Brazil)**, v. 26, n. 4, p. 1103–1123, 2016.

- KRINGOS, D. S. et al. The influence of context on the effectiveness of hospital quality improvement strategies: a review of systematic reviews. **BMC health services research**, v. 15, n. 1, p. 277, 2015.
- LEA, E.; WORSLEY, A. Australian consumers' food-related environmental beliefs and behaviours. **Appetite**, v. 50, n. 2–3, p. 207–214, 2008.
- LENG, G. et al. The determinants of food choice. **The Proceedings of the Nutrition Society**, v. 76, n. 3, p. 316–327, 2017.
- LEONEL, A.; MENASCHE, R. Comida, ato alimentar e outras reflexões consumidas. Contextos da Alimentação – **Revista de Comportamento, Cultura e Sociedade**, Vol. 5 no 2 – julho de 2017.
- LIN-SCHILSTRA, L.; FISCHER, A. R. H. Consumer moral dilemma in the choice of animal-friendly meat products. **Sustainability**, v. 12, n. 12, p. 4844, 2020.
- LOURENCO, C. E. et al. Psychological barriers to sustainable dietary patterns: Findings from meat intake behaviour. **Sustainability**, v. 14, n. 4, p. 2199, 2022.
- MACDIARMID, J. I. et al. Sustainable diets for the future: Can we contribute to reducing greenhouse gas emissions by eating a healthy diet? **The American journal of clinical nutrition**, v. 96, n. 3, p. 632–639, 2012.
- MACHÍN, L. et al. Influence of context on motives underlying food choice: Context and motives underlying food choice. **Journal of sensory studies**, v. 29, n. 5, p. 313–324, 2014.
- MAGNUS HENDLER, V. et al. Sociobiodiversidade e alimentação escolar: uma experiência no Litoral Norte do Rio Grande do Sul. **Interações (Campo Grande)**, p. 1003–1020, 2021.
- MALUF, R. S. et al. Nutrition-sensitive agriculture and the promotion of food and nutrition sovereignty and security in Brazil. **Ciencia & saude coletiva**, v. 20, n. 8, p. 2303–2312, 2015.
- MARTINELLI, S. S.; CAVALLI, S. B. Alimentação saudável e sustentável: uma revisão narrativa sobre desafios e perspectivas. **Ciencia & saude coletiva**, v. 24, n. 11, p. 4251–4262, 2019.
- MARTINS, M. C. T. et al. A new approach to assess lifetime dietary patterns finds lower consumption of animal foods with aging in a longitudinal analysis of a health-oriented Adventist population. **Nutrients**, v. 9, n. 10, 2017.
- MARTY, L. et al. Food choice motives and the nutritional quality of diet during the COVID-19 lockdown in France. **Appetite**, v. 157, n. 105005, p. 105005, 2021.
- MATEK SARIĆ, M. et al. Environmental and political determinants of food choices: A preliminary study in a Croatian sample. **Environments**, v. 7, n. 11, p. 103, 2020.
- MICHA, R.; WALLACE, S. K.; MOZAFFARIAN, D. Red and processed meat consumption and risk of incident coronary heart disease, stroke, and diabetes mellitus: a systematic review

and meta-analysis: A systematic review and meta-analysis. **Circulation**, v. 121, n. 21, p. 2271–2283, 2010.

MONTEIRO, C. A. et al. Ultra-processed products are becoming dominant in the global food system. **Obesity reviews: an official journal of the International Association for the Study of Obesity**, v. 14, n. S2, p. 21–28, 2013.

MOTTA, R. Social movements as agents of change: Fighting intersectional food inequalities, building food as webs of life. **The sociological review**, v. 69, n. 3, p. 603–625, 2021.

MOURA, A. C. C. et al. An approach on food choice determinants: a study in the restaurants of a public market in Northeastern Brazil. **Revista de Nutrição**, v. 33, 2020.

MULLEE, A. et al. Vegetarianism and meat consumption: A comparison of attitudes and beliefs between vegetarian, semi-vegetarian, and omnivorous subjects in Belgium. **Appetite**, v. 114, p. 299–305, 2017.

NELSON, M. E. et al. Alignment of healthy dietary patterns and environmental sustainability: A systematic review. **Advances in nutrition (Bethesda, Md.)**, v. 7, n. 6, p. 1005–1025, 2016.

ORGANISED BY: EUPHA (FN), WHO; CHAIRPERSONS: CHRISTOPHER BIRT, EUPHA (FN). 9.E. Workshop: Mediterranean diet as healthy and sustainable dietary pattern: perspectives and challenges. **European journal of public health**, v. 28, n. suppl_4, 2018.

PADUA, J. B.; SCHLINDWEIN, M. M.; GOMES, E. P. Agricultura familiar e produção orgânica: uma análise comparativa considerando os dados dos censos de 1996 e 2006. **Interações (Campo Grande)**, v. 14, n. 2, p. 225–235, 2013.

PATO, C. M. L.; TAMAYO, Á. A Escala de Comportamento Ecológico: desenvolvimento e validação de um instrumento de medida. **Estudos de psicologia**, v. 11, n. 3, p. 289–296, 2006.

PEREZ-CASSARINO, J. Agroecologia, mercados e sistemas agroalimentares: uma leitura a partir da soberania e segurança alimentar e nutricional. **Agroecologia: princípios e reflexões conceituais. EMBRAPA**, 2013.

PRESCOTT, J. et al. Motives for food choice: a comparison of consumers from Japan, Taiwan, Malaysia and New Zealand. **Food quality and preference**, v. 13, n. 7–8, p. 489–495, 2002.

RAINE, K. D. Determinants of healthy eating in Canada: an overview and synthesis. **Canadian journal of public health. Revue canadienne de sante publique**, v. 96 Suppl 3, p. S8-14, S8-15, 2005.

RECINE, E. G. I. G. O Consea voltou! Ou como resistir em tempos desafiadores. **Cadernos de saude publica**, v. 39, n. 6, 2023.

RIBEIRO, H.; JAIME, P. C.; VENTURA, D. Alimentação e sustentabilidade. **Estudos Avançados**, v. 31, n. 89, p. 185–198, 2017.

- ROSENFELD, D. L.; BURROW, A. L. Vegetarian on purpose: Understanding the motivations of plant-based dieters. **Appetite**, v. 116, p. 456–463, 2017.
- ROSENFELD, D. L.; TOMIYAMA, A. J. Taste and health concerns trump anticipated stigma as barriers to vegetarianism. **Appetite**, v. 144, n. 104469, p. 104469, 2020.
- ROSSETTI, F. X.; SILVA, M. V. DA. Práticas e percepções de universitários sobre alimentação: estudo qualitativo utilizando grupos focais. **Segurança Alimentar e Nutricional**, v. 25, n. 3, p. 81–93, 2018.
- RUBY, M. B.; HEINE, S. J. Meat, morals, and masculinity. **Appetite**, v. 56, n. 2, p. 447–450, 2011.
- RUBY, M. B. Vegetarianism. A blossoming field of study. **Appetite**, v. 58, n. 1, p. 141–150, 2012.
- RUINI, L. et al. Using an infographic tool to promote healthier and more sustainable food consumption: The double pyramid model by barilla center for food and nutrition. **Agriculture and Agricultural Science Procedia**, v. 8, p. 482–488, 2016.
- SARAIVA, A.; FERNANDES, E.; VON SCHWEDLER, M. The green identity formation process in organic consumer communities: Environmental activism and consumer resistance. **Qualitative Market Research An International Journal**, v. 23, n. 1, p. 69–86, 2020.
- SCHÖSLER, H.; DE BOER, J.; BOERSEMA, J. J. Can we cut out the meat of the dish? Constructing consumer-oriented pathways towards meat substitution. **Appetite**, v. 58, n. 1, p. 39–47, 2012.
- SHIN, J.; MATTILA, A. S. When organic food choices shape subsequent food choices: The interplay of gender and health consciousness. **International journal of hospitality management**, v. 76, p. 94–101, 2019.
- SILVA, L. F. DA et al. Sustentabilidade, agricultura familiar e políticas públicas no Brasil: Uma revisão de literatura. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 4, p. e42310414220, 2021.
- SILVA, T. C.; FERREIRA, P. R. O Programa de Aquisição de Alimentos sob a Ótica dos Atores Sociais Envolvidos. **Desenvolvimento em Questão**, v. 14, n. 33, p. 301, 2015.
- SJÖRS, C. et al. Diet-related greenhouse gas emissions assessed by a food frequency questionnaire and validated using 7-day weighed food records. **Environmental health: a global access science source**, v. 15, n. 1, p. 15, 2016.
- SOBAL, J.; BISOGNI, C. A.; JASTRAN, M. Food choice is multifaceted, contextual, dynamic, multilevel, integrated, and diverse: Food choice complexity. **Mind, brain and education: the official journal of the International Mind, Brain, and Education Society**, v. 8, n. 1, p. 6–12, 2014.

SOTTO, D. et al. Sustentabilidade urbana: dimensões conceituais e instrumentos legais de implementação. **Estudos Avançados**, v. 33, n. 97, p. 61–80, 2019.

SOUZA-ESQUERDO, V. F. DE et al. Segurança alimentar e nutricional e qualidade de vida em assentamentos rurais. **Segurança Alimentar e Nutricional**, v. 20, n. 1, p. 13, 2015.

SPRINGMANN, M. et al. Health and nutritional aspects of sustainable diet strategies and their association with environmental impacts: a global modelling analysis with country-level detail. **The lancet. Planetary health**, v. 2, n. 10, p. e451–e461, 2018a.

SPRINGMANN, M. et al. Options for keeping the food system within environmental limits. **Nature**, v. 562, n. 7728, p. 519–525, 2018b.

STEPTOE, A.; POLLARD, T. M.; WARDLE, J. Development of a measure of the motives underlying the selection of food: the food choice questionnaire. **Appetite**, v. 25, n. 3, p. 267–284, 1995.

SUN, Y.-H. C. Health concern, food choice motives, and attitudes toward healthy eating: the mediating role of food choice motives. **Appetite**, v. 51, n. 1, p. 42–49, 2008.

TAN, S. T.; TAN, C. X.; TAN, S. S. Trajectories of food choice motives and weight status of Malaysian youths during the COVID-19 pandemic. **Nutrients**, v. 13, n. 11, p. 3752, 2021.

TOBLER, C.; VISSCHERS, V. H. M.; SIEGRIST, M. Eating green. Consumers' willingness to adopt ecological food consumption behaviors. **Appetite**, v. 57, n. 3, p. 674–682, 2011.

TUGOZ, J. E.; BERTOLINI, G. R. F. Viabilidade Financeira de Alimentos Orgânicos da Agricultura Familiar para o Programa Nacional de Alimentação Escolar em Toledo, Paraná, Brasil. **Revista em Agronegócio e Meio Ambiente**, v. 9, n. 1, p. 117, 2016.

UNITED NATIONS. 2015. “Transforming Our World: The 2030 Agenda for Sustainable Development.” New York.
<https://sustainabledevelopment.un.org/post2015/transformingourworld/> publication.

VALLI, C. et al. Health-related values and preferences regarding meat consumption: A mixed-methods systematic review: A mixed-methods systematic review. **Annals of internal medicine**, v. 171, n. 10, p. 742–755, 2019.

VAN GORP, B., OLTHUIS, G., VANDEKEYBUS, A. *et al.* Quadros e contra-quadros que dão sentido aos cuidados paliativos e à eutanásia nos Países Baixos. **BMC Cuidados Paliativos** 20, 79 (2021). <https://doi.org/10.1186/s12904-021-00772-9>

VANHONACKER, F. et al. Flemish consumer attitudes towards more sustainable food choices. **Appetite**, v. 62, p. 7–16, 2013.

WILLETT, W. et al. Food in the Anthropocene: the EAT-Lancet Commission on healthy diets from sustainable food systems. **Lancet**, v. 393, n. 10170, p. 447–492, 2019.

ŻAKOWSKA-BIEMANS, S. et al. Searching for a measure integrating sustainable and healthy eating behaviors. **Nutrients**, v. 11, n. 1, p. 95, 2019.

ZERVAS, G.; TSIPLAKOU, E. An assessment of GHG emissions from small ruminants in comparison with GHG emissions from large ruminants and monogastric livestock. **Atmospheric environment (Oxford, England: 1994)**, v. 49, p. 13–23, 2012.

ANEXOS

ANEXO A - TERMO DE CONSENTIMENTO LIVE E ESCLARECIDO – TCLE

I - TÍTULO DO TRABALHO EXPERIMENTAL

Atitudes sociopolíticas e ambientais na adoção de práticas alimentares adequadas, saudáveis e sustentáveis

Pesquisadores Responsáveis:

Prof. Dr. Michel Cardoso de Angelis Pereira; professor do Programa de Pós-Graduação em Nutrição e Saúde; Departamento de Nutrição; Universidade Federal de Lavras; (35) 3829 1992; deangelis@ufla.br

Profa. Dra. Rafaela Corrêa Pereira, professora do Departamento de Ciências Agrárias; Instituto Federal de Minas Gerais - Campus Bambuí; (35) 99913-9819; rafaela.correa@ifmg.edu.br

Hélia Maria Tavares Nogueira; discente de Mestrado do Programa de Pós-Graduação em Nutrição e Saúde; Departamento de Nutrição; Universidade Federal de Lavras; (35) 99828-8832; helia.nogueira@estudante.ufla.br

Gustavo dos Santos Carvalho, discente de Graduação em Nutrição; Departamento de Nutrição; Universidade Federal de Lavras; (35) 99888-0149; gcsantoss1@gmail.com

Instituição/Departamento: Universidade Federal de Lavras, Dep. de Nutrição
Local da coleta de dados: online

Prezado (a) Senhor (a):

- Você está sendo convidado (a) a participar da pesquisa de forma totalmente voluntária da Universidade Federal de Lavras.
- Antes de concordar em participar desta pesquisa, é muito importante que você compreenda as informações e instruções contidas neste documento.
- Os pesquisadores deverão responder todas as suas dúvidas antes que você decida participar.
- Para participar deste estudo você não terá nenhum custo, nem receberá qualquer vantagem financeira.
- Você tem o direito de desistir de participar da pesquisa a qualquer momento, sem nenhuma penalidade e sem perder os benefícios aos quais tenha direito, não acarretando qualquer penalidade ou modificação na forma em que é atendido pelo pesquisador.

II – OBJETIVOS

Avaliar como as atitudes e comportamentos relacionados às práticas alimentares e à conservação do meio ambiente são influenciados por atitudes sociopolíticas, buscando entender os determinantes para escolhas alimentares adequadas e saudáveis e para atitudes sustentáveis.

III – JUSTIFICATIVA

A discussão sobre alimentação saudável e promoção da saúde no âmbito da saúde pública, precisa envolver, intuitivamente, a discussão dos modelos de produção agroalimentar em prática globalmente, incluindo seus aspectos políticos, econômicos, ambientais, sociais e culturais. Ao mesmo tempo, o entendimento dos fatores individuais e coletivos que levam os sujeitos a adotarem práticas alimentares adequadas e saudáveis, bem como atitudes

sustentáveis, é relevante para o delineamento de ações educativas em alimentação e nutrição efetivas, capazes de promover a autonomia e a criticidade dos sujeitos, juntamente com a proposição de políticas públicas que fomentem práticas justas, saudáveis e sustentáveis.

IV - PROCEDIMENTOS DO EXPERIMENTO

AMOSTRA

Sujeitos maiores de 18 anos, com acesso à internet, que receberão o convite para preencher o questionário online proposto via e-mail, redes sociais e/ou serviço de mensagem.

EXAMES

O questionário contém questões sobre informações sociodemográficas, de conservadorismo social e econômico, de atitudes ambientais e comportamento ecológico e de práticas alimentares, que inclui consumo de carne, ambiente alimentar e motivos para escolhas alimentares, divididas em 4 sessões e levará no máximo 30 minutos para cada participante responder.

V - RISCOS ESPERADOS

Será assegurado risco mínimo. O preenchimento dos questionários pode ocasionar algum constrangimento, no entanto, sua privacidade será respeitada e sua identidade será mantida em segredo durante todo o período da pesquisa. Além disso, você pode não responder às questões que julgar indesejadas e a qualquer momento que desejar, poderá desistir da pesquisa. Mesmo sendo assegurado risco mínimo, qualquer dano deverá ser reparado de acordo com a Resolução n° 466/12.

VI – BENEFÍCIOS

A sua participação no estudo não terá custos e não será disponibilizada para você qualquer vantagem financeira, exceto no caso de danos decorrentes da pesquisa. Com a sua participação na pesquisa, você contribuirá ainda com um estudo que visa obter informações referentes às percepções sobre alimentação e sustentabilidade, que poderá ser útil em projetos educativos futuros, com geração de benefícios diretos para a sociedade, principalmente no que se refere ao fomento de políticas públicas que garantam práticas justas, saudáveis e sustentáveis de produção, distribuição e consumo de alimentos.

VII – SIGILO

As informações coletadas durante este estudo serão confidenciais (secretas) e de conhecimento apenas dos pesquisadores responsáveis. Os participantes e o local da pesquisa não serão identificados em nenhum momento, mesmo quando os resultados desta pesquisa forem divulgados em qualquer forma.

VIII - RETIRADA DO CONSENTIMENTO

Você tem a liberdade de deixar de colaborar com o estudo, sem precisar se justificar e sem qualquer prejuízo ao atendimento que poderia ter em qualquer departamento da UFLA. Você poderá também, após terem sido realizadas as etapas do estudo, retirar seus dados dos resultados da pesquisa e optar por não responder alguma pergunta que não ache pertinente.

IX - CRITÉRIOS PARA SUSPENDER OU ENCERRAR A PESQUISA

Não há previsão de suspensão (interrupção) da pesquisa. A mesma será encerrada quando as informações desejadas forem obtidas e as etapas do estudo concluídas, ou seja, ao final do trabalho, ou diante da desistência do participante.

X - CONSENTIMENTO PÓS-INFORMAÇÃO

(Questões obrigatórias a serem respondidas pelo respondente antes de ter acesso às questões do questionário)

- Certifico que, tendo lido as informações acima e suficientemente esclarecido (a) de todos os itens, estou plenamente de acordo com a realização do experimento. Assim, eu autorizo a execução do trabalho de pesquisa exposto acima.

NOME COMPLETO _____ RG _____

OBS.: Este termo será inserido na plataforma digital de coleta das respostas (Google Formulário) e sua visualização poderá diferir do formato aqui apresentado.

ATENÇÃO: A sua participação em qualquer tipo de pesquisa é voluntária. Em caso de dúvida quanto aos seus direitos, escreva para o Comitê de Ética em Pesquisa em seres humanos da UFLA. Endereço – Campus Universitário da UFLA, Pró-reitoria de pesquisa, COEP, caixa postal 3037. Email: coep@nintec.ufla.br Telefone: 3829-5182.

Este termo de consentimento encontra-se impresso em duas vias, sendo que uma cópia será arquivada com o pesquisador responsável e a outra será fornecida a você.

No caso de qualquer emergência entrar em contato com a pesquisadora responsável no Departamento de Nutrição da Universidade Federal de Lavras. Telefones de contato: (35) 3829-1992 ou (35) 99913-9819 ou (35) 99828-8832 ou (35) 99888-0149 (celulares dos pesquisadores).

ANEXO B - PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

UNIVERSIDADE FEDERAL DE
LAVRAS



PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: Concepções sociopolíticas e ambientais diante práticas alimentares adequadas, saudáveis e sustentáveis

Pesquisador: Michel Cardoso De Angelis Pereira

Área Temática:

Versão: 1

CAAE: 45220721.3.0000.5148

Instituição Proponente: Universidade Federal de Lavras

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 4.684.255

Apresentação do Projeto:

Resumo:

O entendimento dos fatores individuais e coletivos que levam os sujeitos a adotarem práticas alimentares adequadas e saudáveis, bem como atitudes sustentáveis, é relevante para o delineamento de ações educativas em alimentação e nutrição efetivas, juntamente com a proposição de políticas públicas que fomentem práticas justas, saudáveis e sustentáveis. Assim, o presente projeto tem como objetivo avaliar como as atitudes e

comportamentos relacionados às práticas alimentares e à conservação do meio ambiente são influenciados por atitudes sociopolíticas dos sujeitos, buscando entender os determinantes para escolhas alimentares adequadas e saudáveis e para atitudes sustentáveis. Serão convidadas pessoas maiores de 18 anos que se disponibilizem a responder voluntariamente as questões, após concordância com o TCLE com informações sobre a pesquisa. Os voluntários serão recrutados por e-mail, redes sociais e aplicativos de mensagem. O tamanho da amostra será de no mínimo 400 respondentes. A partir dos resultados obtidos, espera-se identificar os determinantes sociopolíticos e ambientais que influenciam os sujeitos a adotarem práticas alimentares adequadas, saudáveis e sustentáveis. Estes resultados serão úteis para o desenvolvimento de materiais educativos e científicos que possam delinear estratégias futuras de educação em alimentos, alimentação e nutrição com diferentes públicos.

Endereço: Campus Universitário Cx Postal 3037

Bairro: PRP/COEP

CEP: 37.200-900

UF: MG

Município: LAVRAS

Telefone: (35)3829-5182

E-mail: coep.nitec@ufla.br

APÊNDICES

Apêndice A – Questionário Sociodemográfico

1. Consentimento pós-informação *

Marcar apenas uma oval.

Declaro que li e entendi todos os procedimentos do trabalho e aceito participar da pesquisa.

Questões Sócio
Demográficas

Responda as questões de acordo com sua realidade.

2. Qual a sua faixa etária?

Marcar apenas uma oval.

De 18 a 24 anos

De 25 a 35 anos

De 36 a 50 anos

De 51 a 65 anos

65 anos ou mais

3. Em qual estado você reside?

Marcar apenas uma oval.

Acre

Alagoas

Amapá

Amazonas

Bahia

Ceará

Espírito Santo

Goiás

Maranhão

Mato Grosso

Mato Grosso do Sul

Minas Gerais

Pará

Paraíba

Paraná

Pernambuco

Piauí

Rio de Janeiro

Rio Grande do Norte

Rio Grande do Sul

Rondônia

Roraima

Santa Catarina

São Paulo

Sergipe

Tocantins

Distrito Federal

4. Gênero

Marcar apenas uma oval.

- Masculino
- Feminino
- Prefiro não declarar

5. Cor ou raça

Marcar apenas uma oval.

- Branca
- Parda
- Preta
- Amarela
- Indígena
- Prefiro não declarar

6. Qual o seu nível de escolaridade

Marcar apenas uma oval.

- Sem instrução
- Ensino fundamental / 1º grau incompleto
- Ensino fundamental / 1º grau completo
- Ensino médio / 2º grau completo
- Supletivo completo
- Curso superior completo
- Pós-graduação

7. Qual sua renda familiar média mensal? [valor de referência para o salário mínimo = R\$1.212,00]

Marcar apenas uma oval.

- Até 1 salário mínimo
- Entre 1 e 2 salários mínimos
- Entre 2 e 3 salários mínimos
- Entre 3 e 4 salários mínimos
- Entre 4 e 5 salários mínimos
- Entre 5 e 6 salários mínimos
- Entre 6 e 10 salários mínimos
- Mais de 10 salários mínimos

Apêndice B – Questionário de Escolhas Alimentares (FCQ)

Seja rico em vitaminas e minerais

	1	2	3	4	5	
Pouco importante	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Muito importante

Me mantenha saudável

	1	2	3	4	5	
Pouco importante	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Muito importante

Seja nutritivo

	1	2	3	4	5	
Pouco importante	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Muito importante

Tenha muito proteína

	1	2	3	4	5	
Pouco importante	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Muito importante

Seja benéfico para minha aparência (pele, dentes, cabelos, unhas...)

	1	2	3	4	5	
Pouco importante	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Muito importante

Seja rico em fibras e me dê saciedade

	1	2	3	4	5	
Pouco importante	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Muito importante

Me ajude a lidar com o estresse

	1	2	3	4	5	
Pouco importante	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Muito importante

Me ajude a lidar com os acontecimentos bons e ruins da minha vida

	1	2	3	4	5	
Pouco importante	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Muito importante

Me ajude a relaxar

	1	2	3	4	5	
Pouco importante	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Muito importante
Me mantenha acordado(a)/ em alerta						
	1	2	3	4	5	
Pouco importante	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Muito importante
Me deixe alegre e animado(a)						
	1	2	3	4	5	
Pouco importante	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Muito importante
Me traga bem estar						
	1	2	3	4	5	
Pouco importante	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Muito importante
Seja fácil de preparar						
	1	2	3	4	5	
Pouco importante	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Muito importante
Seja rápido de preparar						
	1	2	3	4	5	
Pouco importante	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Muito importante
Posso ser comprado em locais perto de onde moro/trabalho/estudo						
	1	2	3	4	5	
Pouco importante	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Muito importante
Seja facilmente disponível nos locais que faço compras						
	1	2	3	4	5	
Pouco importante	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Muito importante
Tenha cheiro agradável						
	1	2	3	4	5	
Pouco importante	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Muito importante

Tenha boa aparência

1 2 3 4 5

Pouco importante

Muito importante

Tenha textura agradável

1 2 3 4 5

Pouco importante

Muito importante

Seja gostoso

1 2 3 4 5

Pouco importante

Muito importante

Não contenha aditivos

1 2 3 4 5

Pouco importante

Muito importante

Contenha apenas ingredientes naturais

1 2 3 4 5

Pouco importante

Muito importante

Não contenha ingredientes artificiais

1 2 3 4 5

Pouco importante

Muito importante

Não seja caro

1 2 3 4 5

Pouco importante

Muito importante

Seja barato

1 2 3 4 5

Pouco importante

Muito importante

Tenha preço justo

	1	2	3	4	5	
Pouco importante	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Muito importante
Tenha poucas calorias						
	1	2	3	4	5	
Pouco importante	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Muito importante
Me ajude a controlar meu peso						
	1	2	3	4	5	
Pouco importante	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Muito importante
Tenha pouca gordura						
	1	2	3	4	5	
Pouco importante	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Muito importante
Tenha pouco açúcar						
	1	2	3	4	5	
Pouco importante	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Muito importante
Seja familiar ao meu paladar						
	1	2	3	4	5	
Pouco importante	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Muito importante
Seja parecido com a comida que comia quando era criança						
	1	2	3	4	5	
Pouco importante	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Muito importante
Seja de origem que aprove a forma com que são produzidos						
	1	2	3	4	5	
Pouco importante	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Muito importante
Que mostre com clareza a identificação de origem						
	1	2	3	4	5	
Pouco importante	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Muito importante

Apêndice C – Escala de Atitudes e Crenças entre o Vegetarianismo e o Consumo de Carne

Expresse suas opiniões quanto às situações a seguir, considerando as opções:

Por que motivo(s) você come carne (bovina, suína, de aves etc.)?

- Pelo sabor
- Por ser um hábito
- Porque é um alimento que me foi introduzido desde a infância
- Porque é um alimento saudável
- Porque alternativas vegetarianas saborosas são insuficientes
- Porque alternativas vegetarianas nutritivas são insuficientes
- Por razões ambientais
- Por conta de crenças espirituais / religiosas
- Porque não encontro alimentos que podem substituí-la
- Não consumo carne
- Outros

Quais são os seus motivos para não seguir uma dieta vegetariana?

- Não tenho interesse
- Por conta dos aspectos sensoriais, como o sabor
- Habilidades para cozinhar limitadas
- Por conta das pessoas que convivo não aderirem
- É caro
- Produtos que substituem a carne são insuficientes
- É chato
- Por motivos de saúde
- Por pressão social
- Crenças espirituais / religiosas
- Não seria bom para minha imagem
- Outros

Quais os motivos abaixo te levariam a adotar uma dieta sem carne (vegetariana)? Caso seja vegetariano, responda em relação aos motivos que te levaram à aderir ao vegetarianismo.

- Saúde e bem estar
- Para descobrir novos sabores
- Para reduzir o peso
- Por questões relacionadas ao meio ambiente
- Por questões relacionadas à ética e ao bem estar animal
- Porque a dieta vegetariana é saborosa
- Porque convivo com pessoas vegetarianas em minha casa
- Porque encontro opções vegetarianas suficientes para incorporar nas minhas refeições
- Por me permitir ser mais criativo nas opções por alimentos
- Porque é barata
- Por crenças espirituais / religiosas
- Por influência social (amigos, familiares)
- Porque é bom para minha imagem
- Outros

Vegetarianismo e consumo de carne

A pecuária tem grande impacto no clima

	1	2	3	4	5	
Discordo fortemente	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Concordo fortemente

O consumo de carne não é saudável

	1	2	3	4	5	
Discordo fortemente	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Concordo fortemente

O consumo de carne em excesso não é saudável

	1	2	3	4	5	
Discordo fortemente	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Concordo fortemente

A produção de carne é prejudicial para o meio ambiente

	1	2	3	4	5	
Discordo fortemente	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Concordo fortemente

O consumo de leite é saudável

	1	2	3	4	5	
Discordo fortemente	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Concordo fortemente

O consumo de peixe é saudável

	1	2	3	4	5	
Discordo fortemente	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Concordo fortemente

A dieta vegetariana inclui o consumo de peixes

	1	2	3	4	5	
Discordo fortemente	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Concordo fortemente

Eu mudaria de supermercado se outro supermercado vendesse mais produtos vegetarianos

	1	2	3	4	5	
Discordo fortemente	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Concordo fortemente

A alimentação vegetariana é viável com frequência

	1	2	3	4	5	
Discordo fortemente	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Concordo fortemente

Alimentação vegetariana muitas vezes não é saudável

	1	2	3	4	5	
Discordo fortemente	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Concordo fortemente

Eu deveria comer menos carne

	1	2	3	4	5	
Discordo fortemente	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Concordo fortemente

Ao ver um lixo no chão, pego e jogo na lixeira.

	1	2	3	4	5	
Discordo totalmente	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Concordo totalmente

Evito desperdiçar energia elétrica.

	1	2	3	4	5	
Discordo totalmente	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Concordo totalmente

Evito desperdiçar água.

	1	2	3	4	5	
Discordo totalmente	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Concordo totalmente