



Escola de ciência sociais e humanas

Mestrado em Estudos do Ambiente e da Sustentabilidade

Uma análise do movimento vegano em Portugal: A importância da crise ambiental nas estratégias e ações do movimento

Loris Rodrigues Pereira

Dissertação submetida como requisito parcial para obtenção do grau de Mestre em Estudos do Ambiente e da Sustentabilidade

Orientadora: Doutora Maria Fernandes-Jesus, Investigadora Integrada, Centro de Investigação e Intervenção Social (CIS-IUL)

ISCTE - Instituto Universitário de Lisboa

Dezembro, 2019

DEDICATÓRIA

Dedico este trabalho a todos os ativistas que se unem pela justiça animal, que lutam e acreditam na mudança em um mundo com menos violência.

E dedico principalmente aos inocentes incapazes de defender-se por eles mesmos: Os animais.

AGRADECIMENTOS

Primeiramente agradeço a Deus por me confortar nas horas difíceis da realização do trabalho, não foi nada fácil em vários momentos.

Segundo lugar aos meus pais por incentivarem-me e motivarem-me.

Em terceiro lugar a minha orientadora que mesmo com minhas limitações teve paciência em orientar-me quantas vezes possíveis.

RESUMO

O movimento vegano tem vindo a crescer de forma exponencial em diversos países, e Portugal não parece ser exceção. Embora os portugueses sejam pessoas que se orgulham muito de suas raízes, cultura e culinária, o veganismo tem crescido muito em Portugal nos últimos dez anos. Este crescimento é visível no aumento das ofertas veganas no mercado, no aumento do número de pessoas que aderem a filosofia de vida vegana, bem como no surgimento e de novos grupos de ativismo vegano. Ao enquadrar o veganismo como um movimento social, esta pesquisa tem como objetivo analisar as ações de estratégias dos grupos do movimento vegano de Portugal, no intuito de perceber como promovem a dieta em base vegetal e o papel das questões e das preocupações ambientais nos discursos e ações do movimento. Para tal, utilizou-se o método qualitativo, realizando-se 12 entrevistas com ativistas veganos e 9 observações de ações promovidas pelos três grupos em estudo: Aliança Animal; Anonymous for the voiceless; Ação directa. Com o intuito de promover o veganismo, estes grupos têm desenvolvido diversas atividades e ações, tais como manifestações, protestos, palestras, e demonstrações de culinária vegana. Os resultados do estudo, sugerem que os grupos têm como o propósito principal a abolição da exploração animal, mas a preocupação ambiental é incluída em suas ações e bastante mencionado nos discursos junto ao público.

PALAVRAS-CHAVES: Movimento vegano, ações, estratégias, crise ambiental, Portugal

ABSTRACT

The vegan movement has been growing exponentially in many countries, and Portugal seems to be no exception. Although the Portuguese people are very proud of their roots, culture, and cuisine, veganism has grown a lot in Portugal over the last ten years. This growth is visible in the increase of vegan offerings in the market, the increase in the number of people who adhere to the vegan philosophy of life, as well as the emergence and new vegan activism groups. By framing veganism as a social movement, this research aims to analyze the strategies actions of the groups of the vegan movement of Portugal, in order to understand how they promote the plant-based diet and the role of environmental issues and concerns in discourses and actions of the movement. Qualitative methods were chosen to develop this study conducting 12 interviews with vegan activists and 9 observations of actions promoted by the three groups under study: Animal Alliance; Anonymous for the voiceless; Direct action. The results of the study suggest that the main purpose of the groups is the abolition of animal exploitation, but environmental concerns are included in their actions and widely mentioned in public discourses.

KEYWORDS: Vegan movement, Actions, Strategies, environmental crisis, Portugal

LISTA DE QUADROS

Quadro 1 - Perfil dos participantes dividido em grupos.....	24
---	----

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO	8
CAPÍTULO I - Alimentação e meio ambiente	10
1.1. Consumo de produtos de origem animal	12
1.2. Alimentação de base vegetal e os problemas ambientais	13
CAPÍTULO II - Vegetarianismo e movimentos sociais	15
2.2. Movimentos sociais	16
2.2.1 Surgimento dos movimentos ecológicos	17
2.2.2 Movimento vegano	18
CAPÍTULO III - Contexto do Estudo	22
3.1. Escolha dos grupos e colectivos	22
3.2. Questão de investigação e objectivos específicos do estudo	23
CAPÍTULO IV – Metodologia	24
4.1. Participantes e grupos observados	24
4.2. Procedimentos	24
CAPÍTULO V - Análise e resultados	27
CONSIDERAÇÕES FINAIS	38
REFERÊNCIAS	40
ANEXO A – Guião de Entrevista.....	46
ANEXO B – Guião de observação	48
ANEXO C - Tabela de Categorias.....	49

INTRODUÇÃO

São inúmeras as razões que levam as pessoas a optarem por uma alimentação de base vegetal, incluindo o propósito de reduzir o sofrimento animal (Dietz, Kalof, Stern, & Guagnano, 1999; Larson, 2002), reduzir a pegada e o impacto ambiental (Garnett & Millward, 2010), e adotar um estilo de vida mais saudável, prevenindo assim algumas doenças (Lavin, 2014).

Considerar a relação da alimentação com o ambiente é particularmente relevante tendo em conta que vivemos uma era caracterizada pela crise climática, e pela degradação e poluição ambiental. Segundo Ericksen, Ingram e Liverman (2009) esses impactos estão ligados ao sistema alimentar. É assim importante compreender a funcionalidade do sistema alimentar, de modo a contribuir para a redução desses impactos ambientais, e atingir uma alimentação mais sustentável. Neste sentido, e segundo as observações de alguns autores, a dieta vegana proporciona o *menor* impacto para o meio ambiente (Baroni, Cenci, Tettamanti, & Berati, 2007). Especialmente nos países ocidentais, alguns estudos demonstram que cada vez mais são as pessoas que procuram uma alimentação de base vegetal (The Vegetarian Resource Group, 2016; The vegetarian society, 2019). Em Portugal, verifica-se a mesma tendência, levando algumas organizações como Centro vegetariano (2019) e Associação vegetariana portuguesa (2019) a realizarem pesquisas para entender o crescimento do veganismo e o vegetarianismo em Portugal, que aumentou quatro vezes mais na última década.

Tendo em conta a importância da alimentação para as questões ambientais, este estudo procurou responder à seguinte questão de investigação: de que forma as questões ambientais emergem nos discursos dos participantes, e nas estratégias dos grupos de promoção de alimentação do veganismo? Assim, este estudo teve como objetivo analisar as estratégias de ação e de comunicação utilizadas pelos grupos que promovem a alimentação em base vegetal em Portugal e compreender os significados e os motivos associados ao veganismo e ao ativismo vegano. Para tal, foram realizadas várias entrevistas com pessoas pertencentes a três grupos de ativismo vegano. Adicionalmente, fez-se observação de algumas sessões e eventos organizados pelos mesmos grupos.

A estrutura da dissertação está dividida em cinco capítulos. No primeiro capítulo encontra-se a contextualização sobre a alimentação e os impactos ambientais, onde se explora algumas das consequências da indústria agropecuária intensiva no meio ambiente. O segundo capítulo aborda alguma literatura sobre os movimentos sociais e o vegetarianismo, onde é apresentado de forma breve as origens do vegetarianismo e dos movimentos de promoção do veganismo. O terceiro capítulo é dedicado a contextualização do estudo do veganismo e dos movimentos sociais em Portugal, e clarifica o processo de seleção dos grupos estudados, bem

como as questões de investigação. No quarto capítulo encontra-se descrita a metodologia do estudo, descreve-se os participantes, as atividades observadas, e os procedimentos. No quinto capítulo, apresenta-se uma análise dos dados recolhidos E finalizando com as considerações finais.

Capítulo I

Alimentação e meio ambiente

Vários são os indícios de que o aumento da produção e consumo de alimentos têm impactos ambientais em grande escala. A este respeito, Teixeira (2017) comenta que o crescimento acelerado da população, com ele a emergência de alimentação e o abastecimento de alimentos mais sustentáveis, colocam grandes desafios à humanidade. Os padrões de consumo alimentar atuais podem ser divididos em dois grupos: onívoros e vegetarianos. Relativamente aos vegetarianos, podem ser divididos em diversos subgrupos, nomeadamente: ovolactovegetarianos, que consomem ovos e leite, mas não carne nem peixe; ovo-vegetarianos, que são consumidores de ovos, mas que excluem o leite, a carne e o peixe; lacto-vegetarianos, que se definem como consumidores de leite e excluem ovos; vegetarianos estritos que excluem carne, peixe, ovos, leite e o mel da sua alimentação; e por fim, veganos que além de excluírem os alimentos em base animal, também recusam a utilização de quaisquer produtos de origem animal desde alimentação a vestuário (Aiking, 2014; Burrow & Rosenfeld, 2017; Dwyer, 1988). Segundo o autor “entende-se por vegano as pessoas que recusam-se usar medicamentos, cosméticos testados em animais ou produtos que possuem quaisquer elementos de origem animal, não consomem nenhum tipo de carne, peixe, mariscos, laticínios, cera de abelha, mel, ovos, recusam qualquer tipo de vestimentas ou calçados de peles, couro, lã ou seda, e não frequentam zoológicos ou circos com animal, entre outros eventos que utilizam animais como ferramenta de espetáculo”. (Argolo, 2008, p. 5-6).

Além dos impactos ambientais causados pela produção intensiva de animais, nomeadamente em termos de produção dos gases de efeito estufa, o consumo de alimentos também envolve outros problemas relacionados com o descartar de resíduos sólidos, como por exemplo as embalagens, e com o CO₂ (dióxido de carbono), libertado pelo transporte de longa distância. O CO₂ produzido pelo ciclo da alimentação, nomeadamente através do descarte e transporte, é um grande contribuinte para o fenómeno do aquecimento global (Jacobson, 2009). Um estudo conduzido pela *British People's Diet* demonstrou a diferença em termos de emissão de gases de efeito de estufa de acordo com o comportamento alimentar (Scarborough et al., 2014). De acordo com o referido estudo, que envolveu uma análise dos alimentos consumidos por 30.000 consumidores de carne, 16.000 vegetarianos, 8.000 consumidores de peixe e 2.000 veganos, 100g de carne bovina resulta em 7,2 kg de emissão de CO₂. Em contraste, dietas vegetarianas e aqueles que se alimentam de peixe causaram cerca de 3,8 kg de CO₂ por dia, enquanto as dietas veganas produziram apenas 2,9 kg (Scarborough et al, 2014). As emissões significativas de GEE (gases de efeito estufa) tem como os maiores responsáveis o grupo de

alimentos de produtos de origem animal (Macdiarmid et al., 2016). No mesmo sentido, Berndt (2010) refere que a criação massiva de animais de abate é responsável por uma grande parcela de emissão de GEE, contribuindo com a emissão de CH₄ (metano), incluindo na produção de leite e derivados responsabilizando por dois terços de emissão desses gases devido a fermentação ruminal, (Gerber et al., 2013). Um outro fator preocupante na criação de animais de corte é a produção de grãos (exemplo: soja), para alimentação de animais de produção, que poderiam servir de alimento humano. Segundo Fonseca (2017), cerca de 70% da produção de grãos e cereais são direcionados para a produção intensiva desses animais, que por sua vez são consumidos pelos países mais desenvolvidos, impulsionando a crise alimentar nos países mais desfavorecidos. Chakravorty, Fisher e Umetsu (2007) explicam que a intensificação da pecuária de animais confinados como bovinos e suínos ou aves além de prejudicar o bem-estar animal degradam o meio ambiente através do despejo de dejetos dos animais, e restos não aproveitáveis. Outra preocupação envolve a contaminação e o consumo imenso de água, já que a indústria da carne e do leite não é apenas a maior consumidora de grãos, mas também de água (World Economic Forum, *Global Risks 2015*).

A agropecuária é responsável pelo desmatamento de florestas para as pastagens (Nellemann et al., 2009), provocando salinização, desertificação, degradação do solo e infiltração de agrotóxicos no lençol freático alterando a qualidade das águas e poluindo de forma generalizada os recursos hídricos (Duarte, 2008; Figueiredo, 2012; Granziera, 2006; Souza, 2010). Para o autor “a agricultura por irrigação vem sendo uma das grandes responsáveis pela salinização da terra, pela desertificação e por outras formas de degradação do solo” (Figueiredo, 2012, p. 489). Além disso, a autora conta que a “pecuária, todavia pode causar, nos corpos hídricos, alteração da qualidade das águas, originada do despejo de águas servidas, como por exemplo as de lavagem de pocilgas” (Granziera, 2006, p. 105). E segundo Souza (2010) afeta também a reposição de água doce através da compactação do solo, diminuindo a infiltração para os lençóis freáticos e a degradação das margens dos rios, e levando à poluição generalizada dos recursos hídricos (Duarte, 2008). Relativamente à produção intensiva de aves, alguns autores apontam que estas são grandes produtoras de emissão de amônia e responsáveis pela produção de resíduos que também contaminam as águas (Palhares et al., 2011). Por sua vez, o excesso de dejetos e resíduos das aves em conjunto com o uso intensivo de fertilizantes causam grandes quantidades de minerais que levam à poluição do solo provocando concentração de nitrogênio, fósforo e potássio, deixando o solo impróprio para o cultivo e plantação, podendo afetar águas superficiais e subterrâneas em contaminar as águas de consumo humano e animal (Palhares et al., 2011). A criação de suínos é também uma grande produtora

de GEE tal como a amônia das aves, e dióxido de carbono e o metano como a produção de bovinos. E esses gases, segundo Genova, Pucci e Sarubbi (2015), podem provocar chuva ácida, que tem implicações tóxicas na qualidade das águas e dos solos. Adicionalmente, o excesso dos dejetos dos animais gera grande concentração de nitrogênio, fósforo e metal pesado, tal como o zinco e o cobre impossibilitando o cultivo (Nunes & Oliveira, 2005). A criação de suínos também é uma grande poluidora dos lençóis freáticos devido às substâncias geradas pelos animais, e os resíduos impactam os recursos hídricos provocando a eutrofização dos corpos de água, que alteram a biodiversidade aquática, promovendo a presença de organismos prejudiciais aos humanos (Nunes & Oliveira, 2005). Segundo Oliveira (1993), a poluição de água se manifesta através dos microrganismos que podem causar sérios riscos à saúde das pessoas e de outros animais que a consumirem, como a febre aftosa, peste suína clássica e tularemia.

Tal como podemos ver até então, são várias os autores e estudos que alertam para os impactos negativos resultantes da produção intensiva de animais. De seguida, irá ser abordado alguns dos aspectos e impactos relativos ao consumo de produtos de origem animal.

1.1. Consumo de produtos de origem animal

O consumo de produtos de origem animal, tais como ovos e o leite, tem uma grande procura, pois muitos produtos industrializados são compostos por esses dois ingredientes (exemplo: biscoitos, bolos, pães). O consumo destes e outros alimentos de origem animal, está muito associado à cultura de muitos países e comunidades, entrando no domínio dos hábitos. Segundo os referidos autores com base na sua pesquisa sobre meio ambiente e consumo de alimentos, referem que “numa sociedade capitalista, a alimentação e o alimento têm o seu valor cultural e vital subordinado ao valor de mercadoria” (Fonini e Lima, 2011, p. 6). Neste sentido, Guerra e Cardoso (2017) alegam que as pessoas determinam o consumo de carne de acordo com regras e crenças culturais, que estabelecem os critérios e hábitos de consumo. Cada povo tem sua cultura alimentar, e razões para se alimentar determinada maneira. E através destes motivos preferem manter o atual hábito à novos hábitos e padrão alimentar. Há uma série de antropólogos que confirmam esses pontos (Douglas, 1966; Harris, 1978; Sahlins, 2003), e argumentam sobre os tabus envolvidos no fenómeno alimentar e que diferentes culturas têm diferentes hábitos alimentares.

Além da cultura, outro determinante nas escolhas alimentares é o mercado, no sentido em que facilita e disponibiliza os produtos de origem animal. A divulgação e o marketing à volta de um padrão alimentar que implica o consumo de produtos de origem animal habituando a sociedade a manter esse parâmetro (Teng & Wang, 2015). Faz parte da estratégia de marketing

destes produtos não mostrarem o lado negativo da produção, escondendo o processo cruel da indústria agropecuária dando também a entender que não há outra opção senão consumir carne (Overell, 1993). De acordo com o autor “a urbanização, ao desconectar o alimento de seu universo de produção, coloca-o num estado de mercadoria e destrói parcialmente seu enraizamento natural e suas funções sociais” (Poulain, 2006, p. 52). Com base no autor Sahlins (2003), entende-se que a cultura e o mercado são grandes influenciadores no comportamento alimentar da sociedade, que promovem uma preferência pelos produtos de origem animal e que se reforçam mutuamente. No entanto, e apesar destes fatores, têm havido um crescimento de produtos de base vegetal como veremos logo a seguir.

1.2. Alimentação de base vegetal: e os problemas ambientais

O vegetarianismo tem vindo a ser apresentado com uma forma de atingir um estilo de vida mais saudável (Hunt, 2003), ao mesmo tempo que promove o bem-estar animal (Leenaert, 2017). Adicionalmente, o vegetarianismo tem sido associado com a diminuição da degradação dos ecossistemas, redução das emissões de GEE e do aquecimento global (Gerber et al., 2013). Neste aspecto, mudanças na dieta poderiam contribuir com um quinto da mitigação necessária para manter o aquecimento abaixo de 2°C (Griscom, 2017).

Em termos ambientais, uma alimentação de base vegetal pode ajudar a diminuir o desmatamento florestal e a desertificação, contribuindo para a conservação da natureza e da biodiversidade (Carter, Hayes, Marlow, Sabat, Schwab, Soret, 2009). A redução do consumo de carne e outros produtos de origem animal pode assim contribuir para a fazer face às alterações climáticas, considerando que o consumo de alimentos em base vegetal seria feito a partir de cultivos sustentáveis, como a agricultura ecológica ou a orgânica (Carter, Hayes, Marlow, Sabat, Schwab, Soret, 2009).

Relativamente aos impactos na saúde, para Millward e Garnett (2010), redução da quantidade de carne e de produtos de origem animal teria a definição de uma 'dieta saudável e sustentável'. De forma geral, o consumo de alimentos de base vegetal é considerado a mais saudável, apresentando o menor risco de obesidade, menor índice de colesterol, glicose e consequentemente menor pressão arterial, o que por sua vez diminui os riscos de doenças cardíacas (Clarys et al., 2014; Craig, 2010; Steinfeld, et al., 2006). Além destas vantagens, segundo Grounds (2010) uma dieta vegetariana é mais rica e mais variada em termos de nutrientes, reduzindo alguns tipos de cancro. Quando o assunto é o padrão alimentar omnívoro, normalmente, fala-se sobretudo dos impactos do consumo da carne, sendo muitas vezes esquecido que o leite e ovos também fazem parte desta dieta e também são responsáveis por

uma boa parte da degradação ambiental (Gerber et al., 2013). Tendo em conta o menor impacto ambiental de uma alimentação vegetariana, várias entidades internacionais têm vindo a incentivar uma alimentação de base vegetal (IPCC, 2018; FAO, 2013). A dieta vegetariana é vista como necessária para termos criarmos uma sociedade mais sustentável e ecológica (Greif, 2002). Este tem sido o argumento utilizado pelos grupos e movimentos de promoção do vegetarianismo e veganismo, tal como veremos no próximo capítulo.

Capítulo II

Vegetarianismo e movimento sociais

Antes do termo vegano há séculos já existiam os vegetarianos, e filósofos como Pitágoras, Sócrates e Platão adotaram a dieta vegetariana. Segundo Bomtempo (2003), Platão e Pitágoras destacaram-se na defesa dos animais não-humanos, e o autor ressalta um dito de Platão: “que animais não somente são capazes de experienciar sofrimento físico, mas também possuem sentimentos e outras capacidades mentais significativas a consideração moral” (Denis, 2012, p.113).

Segundo Twigg (1982) o termo ‘vegan’, foi criado por Donald Watson em 1944, enquanto era secretário da associação vegetariana em Inglaterra. O termo também chegou aos Estados Unidos da América, em 1948, através das mesmas idéias de Watson, porém iniciada na Califórnia a partir de uma associação vegetariana.

O veganismo é conhecido como o movimento dos direitos dos animais, alegando que todos os seres vivos devem ter sua dignidade e liberdade garantidas. Também titulado como um movimento anti-especista (Davis, 2012). Segundo Silva (2009), a expressão ‘especismo’ foi criado em 1970, por Richard Ryder, para explicar o processo em que faz a discriminação entre os animais dominantes e os menos favorecidos (Ryder, 1975, citado por Silva, 2009). O especismo, ao ser considerado um processo ideológico semelhante ao sexismo e ao racismo, tem vindo a ser considerado como um processo discriminatório e injusto. Se o outro indivíduo tem um aspecto diferente deixa de ser aceito do ponto de vista moral, não levam em conta ou subestimam as semelhanças entre o discriminador e aqueles contra quem este discrimina. Ambas as formas de preconceito expressam um desprezo egoísta pelos interesses de outros e por seu sofrimento (Ryder, 1991 citado por Felipe, 2003, p. 83-84). O veganismo além de defender a liberdade física dos animais, também defende a conduta ética e moral. Para os veganos todos os seres devem ser respeitados independente da espécie. Segundo o referido autor “a razão mais óbvia para considerar que o ato de matar um animal não-humano meramente consciente é moralmente errado é o fato de que esse ser é capaz de sentir dor ou prazer. O padrão é idêntico em todos os casos” (Singer, 2011, p. 85).

Nos últimos anos, cada vez mais pessoas têm procurado um estilo de vida vegetariano e até mesmo vegano. Em Portugal, de acordo com a *Associação vegetariana portuguesa* (2019) o vegetarianismo teve o crescimento de 0,3% desde 2007, e o *Centro Vegetariano* (2019) confirma esses números. Foi feito um estudo sobre a população vegetariana em Portugal, verificando uma evolução significativa do vegetarianismo, sendo que este aumentou quase quatro vezes mais comparativamente com 2007, ou seja 1,2% a partir deste ano, até 2017, e

neste mesmo período o crescimento de veganos foi de 0,6%. A dieta vegetariana ou vegana está crescendo ao ponto da revista *The economist* prever que o ano de 2019 seria o ano do veganismo, com novas oportunidades no mercado para substitutivos da carne e para outros produtos de origem animal, que teve o aumento de 7,7% deste novo mercado (Allied Market Research, 2019).

Para alguns autores o crescimento do vegetarianismo e do veganismo enquadram-se em novas formas de relação com o consumo, que envolvem a construção de novas identidades e estilos de vida (Giddens, 2003; Woodward & Hall, 2014). Segundo Giddens (2003), o consumo passa a se constituir um espaço para a ação reflexiva e a construção identitária. Por sua vez, Woodward e Hall (2014), afirma que estas identidades tornam-se um fator importante de mobilização política. Para além disso, segundo Castells (2003), as pessoas também se juntam aos movimentos com o objetivo de defender os ideais e interesse dos menos favorecidos. Nesta ótica o veganismo tenta interceder pelos os que não podem se proteger por eles mesmos, sendo a voz daqueles que não podem falar, defendendo a conduta ética e moral pela vida dos animais não-humanos.

Do mesmo modo têm surgido novos movimentos sociais ligados aos direitos dos animais e à promoção do vegetarianismo e do veganismo tal como veremos a seguir.

2.1. Movimentos sociais

Vimos no final da parte anterior sobre a transformação e construção de visão política e social que levam as pessoas a fazerem parte do novo quadro de movimentos. Podemos considerar importante discutir movimentos na tentativa de compreender sobre o enquadramento social. Neste sentido, diversos autores (Benford & Snow, 1988; Gamson, 1982) referem que o “enquadramento” nos movimentos sociais é o conceito útil para interpretar, identificar o rótulo do indivíduo que faz parte do movimento e da ação. Cada indivíduo deposita suas crenças no movimento identificando-se com outros, formando uma identidade coletiva e legitimando o movimento. Jasper (1997) procura entender como membros dos movimentos sociais constroem suas mensagens e como procuram recrutar novos membros para o movimento, e os autores Benford e Snow (2000) comentam sobre a importância de considerar as novas formas que os participantes dos movimentos constroem novos quadros, desafiando os enquadramentos dos já existentes. Por sua vez, Taylor (2000) fala sobre as transformações dos enquadramentos, sendo

que para ele a transformação de quadros ocorre quando as novas ideias ou valores, podem substituir os antigos quadros ou velhos significados, podendo ser corrigidos.

Os movimentos podem ser vistos como desafios coletivos por pessoas com propósitos comuns e solidariedade na interação sustentada com elites, oponentes e autoridade (Dalton, 1994; Tarrow, 2011), e segundo Scherer-Warren (2015b) o movimento busca através da manifestação, protesto e reivindicação ter *visibilidade* e ter continuidade para além desse momento mobilizatório público. Pereira e Silva (2017) em seu artigo comentam que alguns militantes acreditam que a transformação social se inicia quando há uma mudança na consciência da população. De acordo com tal teoria, a transformação dos valores de uma sociedade leva à transformação de suas práticas, leis e instituições. Alonso (2009) e Cohen (1985), sugerem diferentes conceitos de movimentos sociais e enfatizavam diferentes formas de relação entre atores e o jogo social e político estabelecido. Aqueles movimentos sociais mais recentes, como o movimento ecológico, movimento feminino, movimento indigenista, movimento negro, são correntes de pensamentos que possuem críticas a aspectos da vida social, instrumentos de luta revolucionária. Para Viana (2000), a luta pela justiça nos movimentos sociais tem em comum a opressão como o maior problema entre o dominante e o dominado. Tivemos uma breve explanação sobre o conceito de movimento, na próxima etapa seguiremos com o movimento ecológico que originou o movimento vegano.

2.2.1 Surgimento dos movimentos ecológicos

Com a tecnologia dos meados do século XX, houve um salto muito grande na indústria, e junto a ela graves prejuízos ao meio ambiente. Sparemberguer e Silva (2008) explicam que a partir desta altura a conscientização da necessidade de proteção ao meio ambiente espalhou-se pelo mundo por meio das Organizações Não-Governamentais (ONGs).

Foi a partir dos anos 60 que surgiu o movimento ambientalista, com grandes proporções principalmente nos Estados Unidos e norte da Europa, estes novos movimentos propuseram uma alteração na forma como pensamos a relação entre economia, sociedade e natureza (Castells, 1999). Segundo Bullard (2000), os ativistas vincularam direitos civis, saúde pública e outros quadros de proteção que sustenta o conceito criado pelo NEP (new ecological paradigm) no movimento ambiental. O movimento ambientalista foi praticamente uma inspiração para algumas culturas originadas dos movimentos dos anos 60 e 70, dentre estes, o movimento de libertação animal, onde se encontra algumas das vertentes do veganismo. Essa

contracultura é abordada pelo autor Castells (1999) como uma tentativa deliberada de viver segundo normas diversas e até certo ponto, contrárias às institucionalmente reconhecidas pela sociedade, e de se opor a essas instituições com base em princípios e crenças alternativas.

Existe também o ecofeminismo considerado uma resposta a tudo que oprimia em questão de raça, classe, gênero, e espécie, segundo o estudioso do assunto MacGregor (2006) foi em grande parte uma reflexão aos problemas inter-relacionados a insustentabilidade ecológica e do patriarcado. E para o autor citado “um impulso para o início do movimento ecofeminista foi a constatação de que a libertação das mulheres [...] não pode ser plenamente realizada sem a libertação da natureza” (Gaard, 2011, p. 198), e vice-versa. O grupo de ativismo que iniciou e marcou no foco ecológico entre as décadas de 80 e 90 nos Estados Unidos foi Frente de Libertação Animal (ALF), suas táticas eram consideradas radicais, tendo sempre discursos e novas ideias vinculando ecologia, justiça e direitos dos animais. Este grupo sempre procurou em suas ações combater a degradação ambiental e a exploração animal. O ALF também é considerado pioneiro em grupos de ativismo vegano. A partir da ALF começaram a surgir novos grupos de ativismo direcionados ao meio ambiente e aos direitos dos animais. Nesta parte vimos como iniciou os primeiros interesses sobre a defesa da natureza, no próximo tópico veremos detalhes sobre o movimento vegano.

2.2.2 Movimento vegano

Foi na década de 70 que o movimento vegano realmente começou a crescer não somente na Europa e Estados Unidos, aos poucos essa filosofia de vida espalhou em alguns países, onde pessoas com os mesmos ideais buscavam passar a mensagem do veganismo para salvar animais de exploração e maus-tratos. O grupo mais conhecido no movimento na questão de luta a favor da abolição da exploração de animais não-humanos foi a Animal Liberation Front (ALF), tinha como atividade a remoção de animais de laboratórios e quintas, destruindo instalações, organizando abrigos, proporcionando cuidados veterinários e santuários para os animais. Sendo exemplo de muitos movimentos da atualidade, hoje a ALF opera em cerca de 40 países (Liebman, 2004).

Em 1970, na Universidade de Oxford, surgiram as primeiras reivindicações para melhoria do bem-estar dos animais, o que inspirou filósofos a desenvolverem teorias sobre os direitos dos animais, originando a vertente do veganismo “Bem-estarista” que defendem a necessidade de promover bem-estar aos animais, e evitar o sofrimento e violência que é cometido contra os mesmos pelos seres humanos (Singer, 2010).

Singer, um filósofo dos direitos dos animais da década de 70, iniciou o trabalho através de duas obras, onde defende que os animais devem ter os mesmos direitos que os humanos pelo facto de serem sencientes, *Libertação Animal* (1975/1990) e *Ética Prática* (1993). Em uma de suas obras, Singer (2002) fala sobre os tipos de interesses que motivam as pessoas a lutarem pela igualdade, fazendo um paralelo entre pensamentos de lutas sociais, raciais, sexistas e especistas. Racistas violam o princípio da igualdade ao conferir mais peso aos interesses de membros de suas etnias quando há um conflito entre os próprios interesses e os daqueles que pertencem a outras etnias. Os sexistas violam o princípio da igualdade ao favorecer os interesses do próprio sexo. Equivalente, os especistas permitem que os interesses de sua própria espécie se sobreponham aos interesses maiores de membros de outras espécies. A defesa dos direitos dos animais edifica no argumento sobre a igualdade, e que as criaturas são sencientes, são capazes de sentir dor, alegria, satisfação, medo e devem ser tratadas em igualdade de interesses com os humanos. Segundo Singer (1993), a essência deste princípio está nas decisões morais que devem atribuir o mesmo valor aos interesses dos semelhantes, onde todos são atingidos pelos nossos atos, sejam eles humanos ou não-humanos. Dessa forma é considerado pelos veganos necessário que haja uma exclusão de todos os atos que causam dano aos animais, e os veganos procuram proporcionar o bem-estar animal de forma compassiva e ética.

Na soberania dos humanos sobre os animais questiona-se o especismo, a rejeição contra determinados seres, e autores como Singer, Francione e Ryder são bastantes citados. Um destes autores comenta que “o especismo é preconceito ou atitude tendenciosa de alguém a favor dos interesses da própria espécie e contra as outras” (Singer, 2010, p.11) e Francione (2010) diz que o ato de preferir salvar um humano em qualquer situação de conflito, alegando superioridade do ser humano é especismo. Então, ambos deixam a entender que especismo é a classificação hierárquica dos humanos para com os animais.

Embora o veganismo tenha como motivações principais a ética e os animais, a saúde e o meio ambiente também para alguns veganos pode ser motivação. Segundo Lindeman e Sirelius (2001), as perspectivas das motivações têm bases ideológicas, com o vegetarianismo ético amplamente associado a compromissos humanísticos e de saúde. Os veganos acreditam que a ética e a compaixão são os principais motivos para adesão dessa nova filosofia, os benefícios da saúde e de um ambiente preservado são conseqüências do veganismo.

O movimento vegano tem como característica a *ação direta* para desenvolver alguns tipos de ativismo, sendo que procuram passar a mensagem, socorrer os animais de laboratório e indústrias, e têm como exemplo a ALF e outros grupos que de forma pacífica comunicam-se sobre a libertação dos animais, e com possibilidade os resgatam (Liebman, 2004). A ação direta

é uma maneira que os ativistas encontram para defender os animais, ou uma tentativa para a mudança ética, mesmo que às vezes as ações sejam consideradas ilegais. Assim sendo, as ações dos ativistas podem ir mais além de argumentos e leis para, mas também quando se trata da abolição animal, protestos e resgates podem ser utilizados, ainda que possam ser vistos de forma negativa pela população (Francione, 2016). Uma ação direta segundo os autores é a aplicação de um elemento de “hipótese” de um quadro, pois ele se concentra em “uma solução proposta para o problema, ou pelo menos um plano de ataque”. (Benford e Snow, 2000 p. 616).

No ativismo a ação direta é desenvolvida também como ferramenta para a mobilização do público no intuito de prevenir, defender ou confrontar. Pickering (2007), argumenta que na ação direta há também uma certa inteligência e lógica na ideia do que alguns indivíduos podem realizar, e que anos de batalhas legais e milhões de dólares provavelmente não conseguiriam.

A exclusão de produtos de origem animal através da dieta vegetariana é o primeiro ato na nova postura, considerando que é na alimentação que se encontra a maior exploração animal e impacto ambiental. Acreditando que não é necessário a carne na dieta, os veganos passam a boicotar o consumo de produtos de origem animal. Por boicote, para os veganos, entende-se, o ato de excluir tudo de origem animal ou empresas que exploram animais. Para este autor “o movimento vegano tem como objetivo ajudar mais animais se possível, reduzir o sofrimento animal se possível, reduzir mortes se possível, reduzir injustiças contra animais se possível” (Leenaert, 2017, p. 9). E neste sentido, pessoas veganas, ainda que não tenham ligação a nenhum tipo de grupo, “lutam por projetos simbólico e culturais, por um significado e por orientações diferentes da ação social” (Leenaert, 2017, p. 59), e a perspectiva dos ativistas nessas lutas é a mudança de condutas ou posicionamento da parte da sociedade com os animais.

Para alguns autores, o veganismo pode ser entendido como *novos movimentos sociais*, Downing (2004) e Mendonça (2011) comentam que os novos movimentos sociais reservam à comunicação e à mídia um papel central em suas ações, e o veganismo está baseado nestas características, pelas formas de organização política, pelos seus objetivos, como é traçado, tendo como o foco toda forma de contrariar a exploração animal.

Gohn (2013), comentou em uma de suas obras que os jovens se referem a mudanças culturais e comportamentais por parte de uma geração que não aceitava mais ser conduzida com base em valores tradicionais. E isso não é diferente no movimento vegano, as mesmas observações das características do público vegano se enquadram no conceito de novo movimento social. Veganos podem ser vistos como pessoas com uma percepção diferente da tradicional, que consideram que os animais não são para o consumo humano, e que são sencientes. Tal como Fonseca (2017) comentou, a percepção da *não* classificação dos animais

não-humanos é o oposto do tradicional ou cultural que classificam animais como os animais de estimação e os de consumo, atribuindo relevância moral entre esses dois tipos de animais. nesse aspecto o conceito de carnismo (Joy, 2010) ajuda a explicar o processo como as pessoas diferenciam quais os animais que devem ser consumidos e quais os animais que devem ser estimados. O carnismo, entende-se por um conjunto de estrutura e crenças, originalmente decorrentes da cultura, que critica o consumo de algumas espécies de animais e apoia o consumo de outros (Joy, 2010). Então o que diferencia os veganos dos demais novos movimentos é o anti-especismo e o anti-carnismo. Vimos neste capítulo as origens e caracterização dos movimentos ecológicos e veganos, e no capítulo seguinte será apresentada a contextualização do estudo, iniciando por uma breve contextualização do veganismo em Portugal.

Capítulo III

Contextualização do estudo

Embora não existam estudos específicos sobre a evolução dos grupos de ativismo veganos em Portugal, existem algumas informações retiradas através das entrevistas e websites das organizações ou grupos. Ao que se sabe os primeiros grupos de ativismo vegano de Portugal surgiram ao norte, no Porto em 1994, com o surgimento da Animal (Animal, 2019). A Animal é uma ONG que desenvolve campanhas educacionais, protestos, investigações acerca dos animais não-humanos e promove ações judiciais para mudança legislativa em defesa animal. A partir da Animal, nas décadas seguintes, surgiram outros grupos do direito dos animais, principalmente os grupos de ativismo inspirados por grupos de outras nacionalidades, como por exemplo a Anonymous for the voiceless (um grupo nascido em 2016, Austrália) e Acção Directa (de origem americana, 2013), entre outros.

Estes grupos internacionais como a Anonymous e Acção Directa costumam realizar as mesmas campanhas apresentadas pelos grupos de fora do país, como por exemplo segunda sem carne e Veggie World, que são eventos de nível mundial.

Os ativistas de Portugal têm promovido ações de rua em forma de protestos e manifestações a favor dos animais, que lutam pela abolição de todo sofrimento animal e tentam modificar o padrão alimentar e entretenimento abusivos como por exemplos as touradas.

A partir do ativismo vegano de Portugal é pretendido compreender as ações estratégicas dos grupos veganos escolhidos para a pesquisa, considerando as orientações teóricas para a realização, como veremos adiante.

3.1. Escolha dos grupos e colectivos

A escolha dos grupos foi de acordo com o interesse da pesquisa, amostras de ativismo vegano de Portugal. Diante disto a Anonymous, Acção Directa e Aliança Animal correspondiam exatamente à expectativa.

As atividades dos respectivos grupos incluem ações que valorizam e incentivam o público a consumir alimentos de base vegetal, apresentando as vantagens desse padrão alimentar, e mostram as desvantagens da alimentação em base animal. A Aliança Animal é um grupo com estratégias realizadas em escolas infantis e com condução de workshops, palestras, promoção de menus veganos em restaurantes e não participa do ativismo de rua, apenas em manifestações casuais como por exemplo a *Marcha pelos animais*. Anonymous for the Voiceless e Acção Directa são grupos que promovem protestos, manifestações de rua. A escolha dos participantes foi mediante a indicação dos líderes, pois eles foram os primeiros

convidados para participar da pesquisa. Portanto, as pessoas convidadas a realizar a pesquisa não foram apenas líderes.

3.2. Questões de investigação e objectivos específicos do estudo.

Este estudo partiu da seguinte questão de investigação: de que forma as questões ambientais emergem nos discursos dos participantes, e nas estratégias dos grupos de promoção de alimentação do veganismo? As questões a serem investigadas não são exclusivamente sobre os perfis dos participantes, pelo que procurou compreender como os três grupos veganos definem as estratégias de comunicação e de ação, e entender os motivos para essas estratégias. E tentar entender de que forma os vários grupos estão a promover a alimentação de base vegetal e os exemplos de tipo de ações realizadas. E por fim, entender como é que as alterações climáticas emergem no discurso do movimento. Para dar respostas a estes objectivos, o estudo focou-se em três grupos que aparentemente tinham diferentes estratégias e formas de organização. Descrito as questões específicas aos objetivos, em seguida a estrutura da metodologia da pesquisa.

Capítulo IV

Metodologia

4.1. Participantes e grupos observados

Dos 12 entrevistados um é canadense e outra brasileira, ambos vivem em Portugal há alguns anos, os outros 10 são de nacionalidade portuguesa. Apenas 3 pessoas dos 12 entrevistados possuem até o ensino secundário, os demais têm formação superior. As idades dos participantes variam entre 22 a 59 anos. Dos 12 participantes, dois deles dedicam-se totalmente ao ativismo vegano.

Nos quadros abaixo apresento o perfil dos participantes dividido em grupos e com nomes fictícios

Quadro 1 - Perfil dos participantes dividido em grupos

Grupos	Participantes	Idade/Média	Escolaridade	Profissão
Aliança Animal	3 Fem, 1 Masc	37 anos	Todos com licenciatura	Professora, advogada, etc.
Ação directa	2 Fem, 2 Masc	37 anos	Dois com licenciatura	Eng. Química, Restauração, etc
Anonymous	2 Fem, 2 Masc	39 anos	Dois com licenciatura	Administrador, Eng. Eletrônico etc

4.2 Procedimentos

As observações ocorreram em nove momentos, três de cada grupo. Para ter conhecimento dos eventos dos respectivos grupos foi acompanhado a rede social dos mesmos, informando-se sobre data e local das ações. Para registrar os momentos das observações a grelha de observação (Anexo 2) era tida como auxílio, onde anotava as questões das quais eram mais relevantes para pesquisa. O interesse nesta técnica foi com o intuito de observar a combinação entre o local e a ação, considerando que a ação de observar é aquela em que o único objetivo é descrever os componentes de uma dada situação social (pessoas, lugares, acontecimentos, etc) (Fortin, 2003).

A grelha de observação era composta por pontos importantes a serem observados, sendo dividido em 4 tópicos, e cada um destes tópicos foram divididos em partes detalhadas (Anexo 1). A *descrição do espaço*, detalha onde foi realizada as ações, contando com mais quatro subtópicos. O seguinte vem *descrição do grupo*, onde detalha a caracterização do mesmo, sendo subdividido em três subtópicos. O próximo sobre *as estratégias e estilo de comunicação*, detalha como trabalham em conjunto e como comunicam-se entre si e público, sendo dividido em quatro subtópicos, e por fim sobre a *interação do grupo e das pessoas* visa detalhar os elementos que formam o grupo, e este contém seis subtópicos.

As observações foram realizadas em frente de restaurantes como o McDonald's ou em lugares de grande acesso de pedestres, feiras de eventos, como por exemplo uma das observações que foi realizada no evento Natalis, na Feira Internacional. Estas feiras tinham stands, workshops de culinária, degustação, exposição de marcas com produtos culinários vegan. Foi observado a organização e divisão das atividades como abordagens, distribuição de material como os panfletos, o takeaway, e também os tipos de ferramentas utilizados como vídeos e cartazes.

Além da técnica em observar, também foi aplicado as entrevistas para recolha de dados. As entrevistas foram realizadas com líderes e outros participantes dos três grupos, e para a realização das entrevistas a hora e local foram definidos de acordo com a disponibilidade de cada um. Todos os entrevistados foram informados sobre o procedimento das entrevistas e que seria garantido o anonimato. Houve dificuldade com o participante canadense, devido ao idioma, então a entrevista foi conduzida de maneira muito lenta e em português para que o mesmo pudesse compreender as perguntas.

As entrevistas foram registradas em formato áudio e foram presenciais em lugares públicos, como jardins, shoppings e cafés, com duração em média 28 minutos, e duração entre 18 a 58 minutos. A recolha iniciou-se no dia 12 de fevereiro e a última entrevista foi no dia 14 de março. Para a análise de dados o programa Nvivo 12 foi a ferramenta principal.

Foram usados como materiais de recolha de dados o guião de entrevista e a grelha de observação. O guião de entrevista era composto por diversas perguntas, dividido em 5 tópicos: motivos para o veganismo, envolvimento no movimento, estratégias do grupo, práticas de comunicação, relação entre alimentação e alterações climáticas (Anexo 1).

Motivos para o veganismo: elaborada seis questões para explorar as experiências pessoais dos participantes em relação ao veganismo, o processo de mudança de comportamento alimentar e as influências e motivos que levaram os participantes a optarem pelo vegetarianismo e/ou veganismo.

Envolvimento no movimento: cinco questões têm como o objetivo compreender o nível de participação dos participantes com os grupos envolvidos e a sua função nas ações.

Estratégias do grupo: sete questões, focadas nas estratégias dos grupos e a interação do grupo com os demais grupos de Portugal.

Práticas de comunicação: dez questões relacionadas com as práticas de comunicação dos grupos, detalhando sobre as estratégias da apresentação dos objetivos de comunicação com o público.

Relação entre alimentação e ambiente: três questões relacionadas com a importância das questões ambientais e sua relevância no comportamento alimentar.

Demonstrado neste capítulo sobre os participantes e os métodos utilizados para o desenvolvimento da pesquisa, veremos a seguir como foi os depoimentos dos participantes e a análise e resultados no próximo capítulo.

Capítulo V

Análise e resultados

As entrevistas e observações, como dito anteriormente, foram as ferramentas para a realização da pesquisa. Considerou-se que ter a experiência de observar como agem os ativistas de forma individual e coletivo enriqueceria o estudo. Foi registrado como sucederam as conversas entre o público e ativistas, as reações do público diante dos vídeos e cartazes. Essas observações eram feitas em lugares públicos, ruas e praças, ações que são características dos grupos Anonymous e Ação Direta. Nestes grupos, o número de voluntários eram entre 15 a 20 pessoas, elas vestiam roupas pretas (exemplo: t-shirts) com mensagens veganas (exemplo: vegan pelos animais) ou logotipo dos respectivos grupos. Normalmente as atividades dos grupos duravam quatro horas. Por sua vez, as observações da Aliança Animal decorriam dentro de escolas primárias, precisamente dentro das bibliotecas. Foi notado que este grupo é liderado apenas por uma ativista, que era responsável pelo acordo com as diretoras e professoras das escolas onde aconteceram as atividades. Todos os cinco voluntários organizavam as salas para a chegada das crianças entre sete a 11 anos, e conduziam a pequena palestra em forma de joguinhos sobre direitos dos animais, tourada, entretenimento com animais, alimentação vegana. Foi observado como o grupo conduziam as crianças para o refeitório e como eram orientadas em atividades culinárias veganas para crianças, como salada de fruta, sanduíches de hambúrguer de soja, espetinhos de frutas e outros.

Os dados das entrevistas e observações foram analisados e divididos em categorias com o apoio do software Nvivo 12, sendo criadas quatro grandes categorias e subcategorias. Para melhor clarificação da organização dos resultados foi desenvolvido uma tabela detalhada para demonstração de números de temas e categorias. (Anexo - Tabela 1).

Com base nas informações, os dados foram divididos em fases de acordo com envolvimento dos participantes com o veganismo e o ativismo. A interpretação dos resultados adquiridos ocorreu-se por meio dos procedimentos de recolha de informações apuradas através de análise das entrevistas e observações.

Numa primeira fase, os dados foram analisados recorrendo à criação de categorias e subcategorias. A primeira categoria teve o nome de *nível individual* que agrega todas as referências relacionadas ao vegetarianismo, às experiências do processo individual e da mudança de comportamento dos participantes, os motivos e influências que levaram os participantes a fazer a mudança, se houve obstáculos e barreiras, também sobre a relação com os não veganos. A seguinte categoria nomeada como *clima e ambiente* inclui tudo o que se refere ao meio ambiente e às alterações climáticas, quer para as experiências individuais quer

para o envolvimento em grupos/movimentos. O próximo, *ação coletiva*, descreve o envolvimento dos participantes nas ações dos respectivos grupos, sobre o processo de envolvimento com o movimento e com o público. Por último, a categoria *estratégias e práticas* referindo-se às ações das estratégias dos grupos, abordagens e argumentos que costumam empregar nas ações.

Numa segunda fase, identificou-se cinco temas principais interligados, que iremos discutir em seguida. Considerou-se a perspectiva de Braun e Clarke (2006), relativamente ao termo “tema”, uma ideia que capta algo importante sobre os dados em relação a questão de pesquisa que representa um padrão de resposta.

TEMA 1 - Ser vegetariano: a centralidade das questões éticas

Todos os participantes declaram a empatia pelos animais. Porém houve participantes que declararam outras razões para tornarem-se vegano. Muitos contam que tiveram a conexão primeiramente entre a defesa dos animais domésticos como cães e gatos, e depois com os outros animais de outras espécies. Notou-se que a maioria dos participantes iniciaram o processo para o veganismo a partir da ética e compaixão pelos animais, tal como podemos verificar a partir do seguinte excerto:

“Isso começou porque eu sempre tive uma grande simpatia por cães, eu sempre tive cão e pude perceber que sempre houve maus-tratos durante muitos anos, eu achava que os animais eram todos bem tratados pelas pessoas que os tinham, depois comecei a descobrir que não, mesmo no mundo dos animais de estimação mesmo do cão e gato há muita crueldade (...) comecei a perceber que aquilo que tinha em minha mente quando tava a comer não era um pedaço de qualquer coisa, era um pedaço de um animal e começou a mudar minha consciência para tudo que era carne”. (Ângela C.)

“Foi mesmo a consciência! Eu gostava de animais e uma pessoas que gosta de animais, depois de acordar e depois de mostrarem que aquilo que comem, não é uma coisa isenta de sofrimento, para uma pessoa comer, ou beber leite ou até mesmo vestir, há ali um sofrimento por trás, muitas das vezes que as pessoas nos passa pela cabeça, e não se sentir bem com isso, e eu gostando de animais (...) coitadinho do meu cão, eu amo o meu cão, e depois está a vestir a pele de outro animal, isso é completamente impraticável comigo, portanto, foi um processo muito simples, muito fácil. [Então sua motivação foi o amor pelos animais?] Sim! A ética. Não gosto de ninguém maltratando”. (Claúdio M.)

Embora a grande maioria dos participantes declararam os motivos de compaixão pelos animais e a ética, um participante referiu que o principal motivo para tornar-se vegano foi a preocupação com o meio ambiente:

“Sim, eu inicialmente me tornei vegetariano alguns meses antes de me tornar vegano e a principal razão foi a parte ambiental e sobre ver alguns documentários sobre o tema e pronto, passado 4 ou 5 meses vendo mais documentários acerca da parte animal tornei-me vegano”. (Fernando S.)

As declarações sobre a saúde foram apontadas como o terceiro motivo entre os participantes, entre animais e meio ambiente, porém houve apenas uma participante que declarou que aderiu a dieta de base vegetal baseada na preocupação com a saúde e controle de peso, como conta Margarida:

“(...) e senti que deveria fazer uma mudança na minha alimentação para controlar o peso. Então fiz os meus estudos, uma dieta aos 18 anos o que eu encontrei foi perceber que algumas pessoas estavam deixando de comer carne também para controle de peso e ter mais ganhos a nível de saúde. Então comecei por aí, portanto tinha uma relação muito próxima com os animais, sempre gostei muito (...)”. (Margarida S.)

Para a maioria dos entrevistados a ética e compaixão pelos os animais é o motivo principal em tornar-se vegano, embora esse estilo de vida carrega consigo os benefícios de saúde, e menor dano ao meio ambiente, e de acordo com as declarações, esses são impactos “aditivos” do veganismo, não descartando os outros dois motivos, pois mesmo sendo pela saúde ou pelo meio ambiente, os animais são poupados igualmente. Porém, os participantes estão convictos que o motivo ético abrangeria todos os três motivos, animais, meio ambiente e saúde, apesar de não ser o principal motivo que deu início à mudança de estilo de alimentação, as preocupações ambientais foram mencionadas por vários participantes como veremos no próximo tema.

TEMA 2 - Ambiente e clima: problemas ambientais e o vegetarianismo

Segundo os discursos de alguns participantes, para a maioria do público o maior responsável pela emissão dos gases de efeito estufa são os transportes, e desconhecem o facto que a indústria agropecuária é considerada a maior emissora de gases poluentes. Veremos algumas declarações sobre esta afirmação:

“(...) realidade há muitas pessoas que não fazem ideia, nem noção a nível de indústria agropecuária e o impacto ambiental com as questões relacionadas com a saúde, porque felizmente e infelizmente a informação é o que mais existe hoje em dia, nós somos bombardeados com informação por todos os lados e de todas as formas(...)”. (Joaquim G)

“A pessoa acha que aquele bife não fará mal nenhum ao planeta, e que faz falta, e que sem carne a pessoa não vive, e o ser humano é um ser extremamente egoísta, e se não sabermos levar uma boa informação a pessoa não quer saber é claro que não há informação, as pessoas vivem naquele seu mundinho(...)”. (Telma C)

A preocupação ambiental é citada pela maioria dos participantes, eles falam sobre os problemas que a dieta de origem animal causa ao meio ambiente, por isso consideram importante essa questão nas ações estratégicas dos grupos, como declara um dos participantes:

“(...) uma dieta vegetariana se formos desconstruir o que dizes gastaríamos 1/3 dos recursos, porque ao invés de alimentar o animal para consumir, poderíamos consumir o cereal diretamente, e isso é um grande impacto, não só a nível dos recursos, mas também se formos pensar assim podemos ajudar a solucionar os problemas da fome mundial. Por exemplo a nível de água, os produtos de origem vegetal não necessitam da quantidade que os animais bebem(...)”. (Fernando S.)

“Carne tu retiras de porcos, galinhas, vacas e para criares esses animais são em pavilhões enormes que ocupam imenso espaço, desflorestação e fazeres campos de gados desflorestação, a vaca por exemplo bebe 150l de água por dia e isso não tem nada ver quando tu abres a torneira e escovas teus dentes (h) eu gosto muito de usar esse argumento, e a emissão também do metano e do CO², e a parte desses animais e os impactos que tem no meio ambiente são ‘monstro’”. (Maria A.)

A conscientização e o compromisso com o meio ambiente é um dos princípios do veganismo, assim como evitar o uso de produtos de origem animal. Portanto, optar por produtos que causam menor impacto ambiental ou ter um descarte correto de resíduos faz parte do cotidiano dos veganos. Uma das participantes relatou como é sua participação diária relacionado com a preocupação ambiental:

“Eu tento ter a menor pegada ecológica possível, isso assim em tudo, o plástico, copo de plástico, no meu último emprego, eu estava tentando fazer... eu fiquei sabendo que tinha a reciclagem lá, então eu já me voluntariei, uma das organizadoras da questão da reciclagem, então fizemos reunião, fizemos as contas de quantos copos de plásticos a pessoa usa, então descobri que eu não uso nenhum, eu não uso copo de plástico(...)o meio ambiente e a saúde é o bônus pela compaixão! Então assim, pelo fato de eu ser vegana pelos animais eu ganho em termos de saúde e ganho em saber que eu causei um impacto muito pequeno ao meio ambiente”. (Sandra M.)

Vimos que o meio ambiente é uma questão considerável para alguns participantes, sendo um dos estímulos para a mudança. Os participantes contam sobre a transformação, e identificamos algumas fases desse processo como demonstraremos no próximo tema.

TEMA 3 - Estilo de vida como exemplo para os outros: transformação de barreiras em oportunidades

Todos os participantes referiram alguns obstáculos na nova trajetória de vida, e todos os participantes declararam que as experiências podem servir de exemplo para sensibilizar as pessoas não veganas para a mudança de comportamento alimentar, como podemos ver no seguinte excerto:

“(...) soa bem é dar o seu exemplo, quem está de fora às vezes diz assim ‘ah eu não consigo ser vegano, eu gosto muito de carne’: - Olha antes eu comia 2 hambúrgueres (h)! E ficam a olhar para mim e perguntam: ‘Então como deixaste a carne? Que ser humano esquisito és tu!’, E funciona muito bem dar o exemplo e mudar é possível (...)”. (Maria A.)

Embora é de costume vegano fazer substituição de ingredientes de origem animal por ingredientes de origem vegetal. Para os entrevistados, existe uma barreira grande para os não veganos, que passa pela falta de conhecimento sobre os pontos de vendas de produtos veganos,

e quais os substitutivos e principalmente se funcionará com a mesma precisão. Nas entrevistas apenas uma participante mencionou esse ponto:

“(...)e eles perguntam o que usamos para substituir isso, para substituir aquilo, e estão a questionar como que faz, para fazer isso ou aquilo, sempre estamos a falar com as pessoas (...) falamos muito, e é uma certa simpatia que passa de nós para as pessoas e isso nos torna mais próximas, é um bocado isso”. (Ángela C.)

Também foi identificado nos discursos de alguns participantes a falta de conhecimento sobre estabelecimentos que oferecem ingredientes veganos, ou pratos veganos em restaurantes, e na maioria dos casos esses lugares consideram apenas o vegetarianismo:

“Sim, sim porque ainda há muita desinformação no dia-a-dia ainda há muitos sítios que estão a dizer que é vegetariano, mas é ovo-lacto, ainda há muito desses casos em Portugal, então as pessoas confundem muito os conceitos, embora, mas isso também não tem a haver com a parte do dia-a-dia. (...), mas concordo que ainda há falta de produtos assim, naquelas coisas de parar para comer e ir embora”. (Joaquim G)

Outro conjunto de barreiras encontrado está no meio social. Os participantes comentaram que encontraram barreiras na aceitação social por parte dos não veganos na mudança de estilo vida. Segundo os entrevistados, pessoas não veganas consideram que a decisão de deixar de comer pratos típicos e tradicionais é quebrar a cultura e que deixar suas crenças por algo diferente e novo; é considerado deixar sua raiz, sua personalidade. Alguns participantes declararam que a sociedade ainda encontra-se muito engravada na cultura, e os indivíduos encontram dificuldade em notar os benefícios de uma dieta em base vegetal segundo afirmaram:

“A primeira barreira natural obviamente é a cultura muito forte das pessoas, e suas crenças, as crenças das pessoas. Porque quando as pessoas não são muito agarradas a crenças, quando são muito jovens, que não tem muitos vícios, que não são viciadas em carne, não passaram anos em ‘jantaradas’ com os amigos a comer coisas tradicionais, é mais fácil. Mas quando a cultura está muito enraizada, as pessoas têm orgulho da sua cultura, então isso é uma grande barreira, estamos a roubar-lhes, não estamos falando de comida, estamos a falar a identidade delas, isso é uma grande barreira”. (Emília N.)

Ao declararem-se veganos, encontraram barreiras e fatores, que atualmente consideram como estratégia pessoal nas ações, servindo de exemplo para motivar os não veganos a vencer barreiras, e eles também contam sobre o processo de envolvimento coletivo como veremos no próximo tema.

TEMA 4 - Para além da dimensão individual: o envolvimento em grupos e colectivos

Foi identificado que alguns participantes que tiveram influenciadores para seu envolvimento no ativismo, tais como documentários ou ativistas conhecidos como Gary Francione, Gary Roskin, Melanie Joy e Tobias Leenaert, para a decidirem envolver-se com o ativismo, como veremos abaixo:

“Sabendo o que eu sabia quando saiu Cowspiracy, só tornou a crença mais forte, porque deu mais motivação que ela existisse e continuasse a existir ainda mais, por isso teve um grande peso, mas a altura que teve mais peso depois que saiu Cowspiracy”. (Joaquim G)

“Tornei-me ativa na Aliança através de um Training, foi uma ação de treinamento de ativistas, as pessoas não precisavam ser ativistas, eu nessa altura não era, (...) não era de nenhuma organização, mas pronto tinha conhecimento da questão de organização e a conhecer, na formação da teoria da Melanie Joy e do Tobias Leenaert (...) a partir daí eu percebi que havia uma organização que já estava a trabalhar e estava estruturada que no fundo eu estava sendo individual. Portanto foi a partir daí que me ativei.”. (Margarida S.)

É significativo para a pesquisa considerar os motivos que levaram os participantes a fazer parte do ativismo. Segundos eles, ser apenas vegano sem participar do ativismo seria fazer algo a menos para ajudar os animais. Portanto, foi identificado que a maioria dos participantes decidiram fazer parte do grupo motivados pela compaixão e compromisso com os animais:

“(...) sempre, a motivação é sempre essa! Acho que eu não me importo muito, o que importa são os animais. (...) O que importa é o que eu posso fazer por eles, eles que merecem”. (Emília M.)

“Pelos os animais, sempre, sempre, sempre, não só para manter o veganismo, ser ativista pelos animais, e tentar ser a melhor ativista possível, dentro daquilo que eu consegui, é até aquilo que te falei, não é apenas vivendo entre veganos, mas conhecendo o outro lado(...)”. (Sandra M.)

Vimos alguns motivos e influências que levaram os participantes atuarem no ativismo. Veremos o depoimento sobre a experiência de alguns deles decorrente a inicialização, envolvimento, participação coletiva e como se organizam-se em seus respectivos grupos:

“Pronto! Nesta minha transição para o vegetarianismo comecei a participar nestes tipos de ações, step by step, de uma forma natural, não é?! Estar presente, participar, colaborar, fui convidado para fazer parte deste grupo, mas deste grupo, Acção Directa”. (Claúdio M.)

“Foi por grupos de facebook, ou seja, eu tive conhecimentos da Anonymous não de Portugal, de outros países, Austrália, foi exatamente onde começou, Inglaterra também, e depois procurei exatamente, (...) ou seja, eu serviria em alguma coisa e procurei e apareci um dia, foi assim a minha chegada nos Anonymous”. (Fernando S.)

Segundo todos os participantes, não existe um quadro fixo de colaboração nos grupos, é organizado de acordo com a necessidade de cada ação. E apenas os organizadores têm a responsabilidade com o planejamento e organização de cada ação, como por exemplo, locais, horário e segurança, diante desta afirmação:

“Toda pessoa que queira ser minimamente ativista, que tenha coragem de querer organizar e participar de eventos, sobretudo internos, é bem-vindo. Trabalhamos todos da mesma maneira, não há estatutos, somos todos iguais. Cada um faz o que pode, há quem possa mais trabalhar, há quem mais possa organizar as coisas a nível de informática, podem ir mais pessoalmente aos protestos”. (Telma C.)

“Eu tento fazer um pouco de tudo, ou seja... portanto se me perguntar o que eu gosto mais, eu gosto mais de falar com as pessoas e tentar fazer algum tipo de ligação com as pessoas, mas participo também do Cubo, e também para dar oportunidade a

outras pessoas que não sabem, porque é importante também, e eu gosto também de estar dentro do Cubo para observar aquilo que está a volta(...). (Paulo S.)

A observação das ações permitiu compreender melhor as estratégias utilizadas pelos grupos e participantes e observar a dinâmica de envolvimento dos participantes nas ações coletivas. Por exemplo, em uma das ações da Anonymous, percebi que Fernando é responsável pela equipa que aborda o público. Essa abordagem é conduzida através de conversa e entrega de cartões (que possuem endereços da Anonymous no facebook, e alguns nomes filmes e documentários sobre a indústria alimentícia em base animal). Enquanto isso, uma das participantes organiza o cubo. O referido *cubo*, é composto pelos ativistas em formato quadrado, intercalando pessoas que seguram aparelhos eletrônicos e pessoas que seguram banners escrito “Verdade”. Por fim, outros voluntários registam as ações, tirando fotografias e gravando vídeos.

Numa outra observação de uma ação conduzida pelo grupo Acção Directa, os participantes demonstravam-se muito conectados entre si durante a ação. Esta ação foi bastante dinâmica, entre conversa com o público e oferecimento de comidas veganas. A líder Amália manteve a organização das atividades do grupo, e pelo que percebi eram três auxiliares que ajudavam Amália a organizar e a distribuir o material e no takeaway.

Este tema demonstrou a interligação entre o indivíduo e ativismo, com o início de suas atividades junto ao movimento vegano, e no próximo tema veremos mais ao fundo as declarações dos participantes sobre as estratégias dos grupos e conexão com o público.

TEMA 5 - Estratégias e práticas de comunicação coletiva: despertando o interesse do público

Este tema será dedicado totalmente sobre as ações e estratégias de comunicação dos grupos utilizadas para desenvolver o interesse do público. Todos os entrevistados deram exemplos de como é desenvolvido as ações de seus respectivos grupos, veremos algumas declarações:

“Os voluntários usam muito os princípios que há lá, as receitas que fazem, receitas que as pessoas conhecem, de coisas tradicionais e tentam mostrar-lhe como é fácil eliminar os produtos de origem animal e trocar com produtos com base vegetal e nesse sentido torna-se a mudança mais possível a nível do vegetarianismo”.
(Fernando S.)

“Aqui Em Portugal é diferente da America no Norte, nós vamos para as ruas mostrar a verdade, com placas que possui informação, para as pessoas verem, e nós falamos entregamos os panfletos também, mas na maior parte é tudo passiva a estratégia”. (Michael P.)

“(...) temos a demonstração do que é o sofrimento animal, tanto que aquilo que a pessoa tem no prato. Já está nas nossas açõe a existência de uma mesa, de uma banca com alimentos veganos, sem quaisquer produtos de origem animal e também, o conhecimento de receitas(...)”. (Claúdio M.)

Foi demonstrado que os grupos possuem estratégias que envolvem culinária e pratos veganos, takeaways por exemplo, que são utilizados para mostrar que há possibilidade de substituições de ingredientes. Esta é uma forma opcional utilizada para promover a aceitação do público da culinária vegana, que é complementada com imagens para sensibilizar o público na tentativa de despertar a compaixão. Essas são as formas de tentar uma comunicação com o público, no próximo tema tentaremos compreender como são as abordagens diretas com as pessoas não veganas.

A argumentação também é considerada um tipo de estratégias para os grupos. Para tentar criar empatia dos não veganos com o veganismo, os participantes contam que eles conversam de forma que o público sintam-se aberto a receber a informação e contar suas experiências. Todos os participantes declaram que a questão ética é o argumento inicial, e conforme o interesse dos abordados conversam também sobre o meio ambiente e saúde, diante dessas afirmativas veremos algumas declarações dos participantes:

“(...) como diz o logo dos Anonymous “Anonymous, environment, and health”, animais, ambiente e saúde, e tentamos perceber qual é a motivação, da pessoas que estamos abordar, o que mais mexe com ela, e nesse sentido, tentamos tocar os nossos argumentos em uma dessas 3 áreas, nem toda gente tem esse foco! (...)”. (Fernando S.)

“(...) acabo sempre por depois nos argumentos ambientais e nos argumentos da saúde, porque o veganismo é uma questão interdimensional, não apenas uma questão ética, é uma questão ambiental, da saúde. Portanto, eu tento falar disso, mas o foco maior é sempre a questão ética, depois cruzo com a parte ambiental, e com a parte da saúde, porque isso faz as pessoas pensarem também(...)”. (Amália C.)

As informações sobre a abordagem ao público foram retiradas através das entrevistas e observações, em uma das ações da Acção Directa com o título “Ama uns e come outros”, a maioria das abordagens ocorreram com pessoas adultas, adolescentes e jovens, onde demonstravam interesse no assunto e abertas a ter uma conversa com os ativistas. Percebi que quando se tratava de conversas sobre os animais de estimação as pessoas pareciam mais receptivas a receber informação.

Em uma das ações da Anonymous percebi que os ativistas deixavam as pessoas à vontade para ver os vídeos, e quando as pessoas começam a se retirar os ativistas os abordavam perguntando o que viram nos vídeos.

Notou-se que em todas as ações dos grupos Anonymous e Acção Directa os ativistas sempre usavam roupas pretas com algum tipo de mensagem vegana e que ambos os grupos eram divididos em dois, os ativistas que abordam as pessoas, e os que seguram suas ferramentas de divulgação, o portátil ou cartazes. Por sua vez, a Aliança animal trabalha com a educação e sensibilização infantil nas escolas, com ações através de palestras sobre direitos dos animais e outros e workshops, onde no máximo cinco ativistas são os palestrantes, transmitindo a mensagem em frente da sala de aula com os slides onde mostram animais felizes e animais tristes, porém sem imagens não fortes para não traumatizar as crianças.

Diantes das ações dos grupos notei a reação do público e percebi que parece haver uma aceitação das pessoas para com o veganismo. Percebi diante das observações dos grupos Anonymous e Acção Directa que a reação das pessoas era favorável mesmo após o desconforto de ver as imagens dos vídeos, demonstrando interesse nas informações que os ativistas propuseram. E houve poucas rejeições, as expressões entre ativistas e não veganos na maioria das vezes pareciam positivas. As pessoas demonstravam curiosidades em saber sobre os pratos veganos, e sobre os produtos industrializados vegans, expressando interesse nos pratos tradicionais sem produtos de origem animal e também pediam receitas, essas observações foram nas ações que haviam takeaway da Acção Direta e Aliança Animal.

Embora os três grupos tenham estratégias diferentes, todos os participantes demonstraram que para abolir toda exploração animal é válido o uso de todos argumentos e estratégias pacíficas, onde possam esclarecer as dúvidas do público e semear compaixão para que todos os seres possam viver de forma harmoniosa.

Considerações finais

Nos últimos dez anos o veganismo vem crescendo, verificando num aumento do número de veganos e também nas ofertas veganas oferecidas pelo mercado, que apresenta mais novos restaurantes, novos ingredientes, novos calçados e vestuários que excluem elementos de origem animal. Este crescimento pode estar a ter o auxílio do ativismo vegano, que de alguma forma transmite informações com vista a potenciar o veganismo, a partir da internet, media, literaturas, ativismo de rua, entre outros. O ativismo tenta alcançar o público com todos os meios, desde imagens fortes como o abate de um animal, salvamentos ou workshop de alimentos veganos, em formato de protestos, manifestações entre outros. Também defendem a formulação de políticas públicas e de leis que garantam os direitos dos animais (Evans, 2010; Freeman, 2010; Garner, 1998; Sordi, 2011). E para conquistar a confiabilidade e seriedade do interlocutor quais os argumentos adotados numa conversa? Compaixão animal? Ética? Saúde? Meio ambiente? São vários os interesses do público, e foram nestas características que os entrevistados declararam como são as suas táticas pessoais, e argumentos tidos em suas abordagens. Embora o foco de um vegano é combater a exploração animal, aderir a uma dieta em base vegetal também contribui para uma vida mais saudável e um meio ambiente mais preservado. Estes motivos são utilizados pelos ativistas muitas vezes como estratégia para dar o início a uma boa conversa entre ativista e interlocutor.

Considerando os resultados, a questão ética é na grande maioria o principal motivo para tornarem veganos. Os participantes referiram o modo como sentem empatia pelos animais, empatia esta que se desenvolveu com os animais de estimação (cão ou gato), que os levaram a perceber a importância dos outros animais além daqueles que têm contato constante (Garner, 1998; Sordi, 2011). Porém houve participantes que despertaram para o veganismo pela preocupação de uma vida mais saudável e preocupação ambiental. Estes, quando perceberam que a dieta vegana poderia contribuir para uma melhor saúde, menos impactos ambientais e ao mesmo tempo menos sofrimento animal, logo decidiram fazer parte do ativismo pelos animais. A preocupação ambiental está também nas ações dos grupos estudados, embora o foco seja abolição da exploração animal, os participantes declararam que a questão ambiental está presente nas estratégias e argumentos.

Para complementar os resultados e entender como os grupos se organizam e comunicam com o público através de suas estratégias, foi analisado as táticas para despertar o interesse do público para com o veganismo. Para os participantes mostrar os problemas sem mostrar a solução seria algo incompleto, portanto para eles mostrar, informar para os interlocutores todas as causas da indústria da carne ainda é insuficiente, então apresentar solução como receitas,

lugares onde encontrar ingredientes, falar sobre percepções e especismo complementa a ação. Os participantes contam como é a ação de seus grupos, contam sobre mensagens dos cartazes, e a mensagem que passam através dos vídeos impactantes, e nas conversas amigáveis e explicativas onde fazem as pessoas pensarem principalmente sobre o especismo. Porém para que a conversa seja amigável e que possa fluir e colher frutos os participantes tentam conversar sobre o que o interlocutor realmente interessa: ética, meio ambiente ou saúde. Porém sempre mostrando que o veganismo tem impacto nestas três dimensões.

Com este estudo, foi-nos permitido perceber a importância das estratégias e ações dos grupos de ativismo vegano de Portugal na colaboração com meio ambiente, ao considerarem a dieta em base vegetal uma aliada no combate aos impactos ambientais. Através de suas ações, são transmitidas informações sobre o clima e o ambiente, mesmo que a abolição da exploração animal seja sempre protagonista. Considera-se que foi correspondido os objetivos da pesquisa, e que os resultados revelam que o ativismo vegano de Portugal colaboram com o meio ambiente através de suas ações e estratégias, procurando enfatizar o impacto do veganismo também na redução da degradação ambiental. Importa notar que o estudo apresentado tem algumas limitações. Por exemplo, o tamanho da amostra pode ser visto como um fator limitante, pois poucos ativistas de cada grupo se prontificaram a participar, e foram apenas estudados três grupos. Um número maior de participantes e uma observação mais detalhadas das atividades do grupo poderia enriquecer o estudo. Por exemplo, seria importante observar as reuniões dos grupos, de modo a compreender o modo como estes decidem as estratégias e ações. Outra condição desfavorável foram os locais onde se realizaram as entrevistas, pois foram realizadas em lugares públicos onde havia muito ruído, desconforto e sem muita acomodação, ou elementos que desviavam a atenção durante a conversa. Consequente, outra limitação encontrada foi a falta de estudos sobre movimentos veganos em Portugal. Por ser um assunto tão recente encontrar referências dificultou na revisão de literatura. No entanto, este aspecto reforça a importância deste estudo e a necessidade de continuar a pesquisar sobre este movimento.

Esta pesquisa pode ser mais uma possibilidade de futuros estudos sobre movimentos veganos em Portugal, mostrando alguns caminhos a serem estudado sobre o veganismo no país, seja sobre movimento, comportamento, mercado, entre outros.

Referências

- Aiking, H. (2014). Protein production: planet, profit, plus people? *The American Journal of Clinical Nutrition*, Vol.100 (S1), 483 S-489 S. doi: 10.3945/ajcn.113.071209.
- Alonso, A. (2009). *As teorias dos movimentos sociais: um balanço do debate*. São Paulo, Editora: Lua Nova. Retirado de: <http://www.scielo.br/pdf/ln/n76/n76a03.pdf>. Acesso: 05/07/2019.
- Animal (2019) Bibliografia da Animal. Disponível em: https://animal.org.pt/sobre_animal/. Acesso: 05/04/2019.
- Argolo, T. C. (2008). *Veganismo Como Desobediência Civil*. Retirado de: http://www.abolicionismoanimal.org.br/artigos/veganismocomodesobedinciavivi_l.pdf. Acesso: 06/05/2019
- Associação vegetariana portuguesa, AVP. (2019) 120.000 vegetarianos em Portugal, número quadruplicou numa década. *AVP Notícias*. Retirado em: <https://www.avp.org.pt/noticias/120-000-vegetarianos-portugal-numero-quadruplicou-numa-decada/>. Acesso: 23/07/2019
- Baroni, L., Cenci, L., Tettamanti, M. & Berati, M. (2007). Evaluating the environment impact of various dietary patterns combined with different food production systems. *European Journal of Clinical Nutrition*, 11 October 2006. doi: 10.1038/sj.ejcn.1602522.
- Barrillas M. A., et al (2015) World Economic Forum, Global Risks, 10th Edition (*World Economic Forum*, Geneva, Switzerland. Retirado de: http://www3.weforum.org/docs/WEF_Global_Risks_2015_Report15.pdf. Acesso: 15/06/2019
- Benford, R. D. & Snow, D. A. (2000). Framing processes and Social Movements: An Overview and Assessment. *Annual Review of Sociology* 26:611–39. doi: 10.1146/annurev.soc.26.1.611.
- Berndt, A. (2010). Estratégias nutricionais para redução de metano. In: *Congresso Latino Americano de Nutrição Animal*. 4. (pp. 295- 306). São Pedro, SP. Anais. São Pedro. Clana: Cbna.: Amena, 2010.
- Bontempo, M. (2003) *Alimentação para o novo mundo*. Rio de Janeiro Editora: Record. Braun, V. and Clarke, V. (2006) Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3 (2). doi.org/10.1191/1478088706qp063oa.
- Bullard, R. (2000) *Dumping in Dixie: Race, Class, and Environmental Quality*. Boulder, CO: Westview. San Francisco, Oxford. Retirado em: <http://www.ciesin.org/docs/010-278/010-278chpt1.html>. Acesso: 18/09/2019
- Castells, M. (1999) *O verdejar do ser: O movimento ambientalista*. In *O Poder da Identidade*. 3ed. São Paulo, Editora: Paz e Terra.
- Castells, M. (2003) *A galáxia da internet: reflexões sobre a internet, os negócios e a sociedade*. Rio de Janeiro, Editora: Jorge Zahar.
- Centro Vegetariano (2019) 120.000 vegetarianos - número quadruplica em 10 anos. *Notícias, Article-620*. Retirado em: <http://www.centrovegetariano.org/Article-620-Numero-vegetarianos-quadruplica-10-anos-Portugal.html>. Acesso: 04/08/2019
- Chakravorty, U., Fisher D. K. & Umetsu C. (2007). Environmental effects of intensification of agriculture: livestock production and regulation. *Environmental Economics and Policy Studies*. (p. 325). 8:315 -336. doi 10.1007/s10018-007-0135-9.
- Clarys P. D. T., Deliens T., Huybrechts I., Deriemaeker P., Vanaelst B., De Keyzer W., Hebbelinck M., Mullie P. (2014). Comparison of nutritional quality of the vegan, vegetarian, semi

- vegetarian, pesco-vegetarian and omnivorous diet. *Nutrients*. 6 (3), 1318-32. doi: 10.3390/nu6031318.
- Cohen, J. L. (1985). Strategy or identity: new theoretical paradigms and contemporary social movements. *Social Research*, 52:4 (1985:Winter) p.663 Retirado de: [file:///C:/Users/aa/Downloads/Strategy_or_identity_Jean_L\[1\].Cohen%20\(3\).pdf](file:///C:/Users/aa/Downloads/Strategy_or_identity_Jean_L[1].Cohen%20(3).pdf). Acesso: 10/06/2019
- Craig, W. J. (2010). Nutrition concerns and health effects of vegetarian diets. *Nutrition in Clinical Practice*, V 25, N 6 December. (6), 613-20.
- Dalton, R. J. (1994) *The Green Rainbow: Environmental Groups in Western Europe*. New Haven, CT: Yale University Press.
- Davis, J. (2012). *World Veganism, Past, Present and Future*. VSUK. London. Retirado de: https://ivu.org/history/Vegan_History.pdf. Acesso: 16/06/2018
- Denis, L. (2012). *Educação vegana: Tópicos de direitos animais no ensino médio*. São Paulo. Editora: Libra Três.
- Douglas, M. (1966) *Pureza e Perigo. Ensaio sobre a noção de poluição e tabu*. Lisboa: Edições 70. Retirado de: https://edisciplinas.usp.br/pluginfile.php/1861113/mod_resource/content/1/pureza-e-perigo-mary-douglas.pdf. Acesso: 25/05/2019
- Downing, J. D. H. (2004) *Mídia Radical: rebeldia nas comunicações e movimentos sociais*. São Paulo, Editora: Senac.
- Duarte, I. (2008) *Impactos Ambientais da produção de carne para o consumo humano*. (Monografia final de curso da Faculdade de Direito). Bacharel em Direito. Recife, Brasil.
- Dwyer, J. (1988). Health aspects of vegetarian diets. *The American journal of clinical nutrition*, 48 (3), 712-38.
- Ericksen, P. J., Ingram J. S. I., & Liverman D. M. (2009). Global Environmental Change and Food Systems (GECAFS). *International Project Office Environmental Change Institute, Oxford University Centre for the Environment, Dyson Perrins Building, South Parks Road, Oxford OX1 3QY, UK*. doi.org/10.1016/j.envsci.2009.04.007.
- Evans, E. (2010). Stumbling blocks or stepping stones? The problems and promises of policy reforms for animal rights advocacy movement. *Sociological Perspectives*, [S.l.], v.0, 20.
- Felipe, S. T. (2003). *Por uma questão de princípios: alcances e limites da ética de Peter Singer em defesa dos animais*. Florianópolis, Editora: Fundação Boiteux.
- Figueiredo, J. G. (2012). *Curso De Direito Ambiental*. (5ed) São Paulo, Editora: Revista dos Tribunais.
- Fonini, R., & Lima, J., E., S., (2011, setembro) *Alimentação e meio ambiente*. Seminário nacional, Sociologia & Política. 26 a 28 de setembro de 2011. Curitiba.
- Fonseca, R. P. (2017). Percepções da população portuguesa relativamente a dietas, animais e indústria agropecuária. *Revista do Programa de Pós-Graduação em Direito*, Editora: Universidade Federal da Bahia.
- Fortin, M. F. (2003) *O Processo de Investigação – da concepção à realização*. 3 ed. Loures, Editora: Lusociência.
- Francione, G. L. (2010) *Garner, R. The Animal rights debate: abolition or regulation?* New York: Columbia University Press.

- Francione, G. L. (2016). *Rain without thunder: The ideology of animal rights movement*. Philadelphia: Temple University Press.
- Freeman, C. P. (2010) Framing animal rights in the “Go Veg” campaigns of U.S. animal rights organizations. *Society & Animals*, [S.l.], v.18, n.2, p.163-182. doi: 10.1163/156853010X492015.
- Gamson W. A. (1992a) *Talking politics*. New York, Cambridge Uni. Press.
- Gaard, G. (2011a). Rumo ao ecofeminismo queer. *Revista Estudos Feministas*, Florianópolis, v. 19, n. 01, p. 197-223.
- Garner, R. D. (1998) *Defending animal rights. Parliamentary Affairs*. Oxford, v.51, n.3, p.458-469.
- Genova, J. L., Pucci, L. E. & Sarubbi, J. (2015) Estratégias para diminuir o impacto ambiental da suinocultura. *Revista Eletrônica Nutritime, artigo 209 v. 12. n. 1*, (pp. 3891-3902) Retirado: https://www.nutritime.com.br/arquivos_internos/artigos/ARTIGO290.pdf. Acesso: 23/08/2019
- Gerber, P. J., Steinfeld, H., Henderson, B., Mottet, A., Opio, C., Dijkman, J., Faluccci, A. & Tempio, G. (2013). Tackling climate change through livestock – A global assessment of emissions and mitigation opportunities. (FAO) *Food and Agriculture Organization of the United Nations Rome*. Retirado: <http://www.fao.org/3/a-i3437e.pdf>. Acesso: 07/08/2019
- Giddens, A. (1991) *Modernity and Self-Identity: Self and Society in the Late Modern Age* Stanford. CA: Stanford University Press.
- Giddens, A. (2003). *Modernidade & Identidade*. Rio de Janeiro, Editora: Jorge Zahar.
- Gohn, M. G. (2013) *Sociologia dos Movimentos Sociais*. 2a ed. São Paulo, Editora: Cortez.
- Granziera, M. L. M., (2006) *Direito de Águas: Disciplina Jurídica Das Águas Doces*. (p.105). São Paulo. Editora: Atlas.
- Greif, S. (2002). Sustentabilidade econômica e ecológica mediante a opção pelo vegetarianismo. *Núcleo de estudos e pesquisas em alimentação da UNICAMP* Editora: Cadernos de Debate, IV, 55-68.
- Griscom, B.W. (2017). Natural climate solutions. *Proceedings of the National Academy of Sciences*. doi:10.1073/pnas.1710465114.
- Grounds, T. C. (2010). Sustainability of a red meat diet. *Undergraduate Research Journal at UCCS*, 3(2), 62-68. V3. Retirado de: <file:///C:/Users/aa/Downloads/ArticleSSPP1207-031.dagevos.pdf>. Acesso: 26/06/2019
- Guerra, C. S. & Cardoso, F. B. S. (2017, novembro) *A influência da cultura do consumo na alimentação humana: A (In)sustentabilidade do consumo da proteína animal*. Congresso internacional de direito e contemporaneidade. Santa Maria. Edição 2017. (pp-1-15). UFSM, Universidade Federal de Santa Maria.
- Harris, M. (1978). *Vacas, porcos, guerras e bruxas. Os enigmas da cultura*. Rio de Janeiro: Editora: Civilização brasileira.
- Hunt, J. (2003). “Bioavailability of iron, zinc, and other trace minerals from vegetarian diets,” *American Journal of Clinical Nutrition*, vol. 78, supplement 3, (pp. 633S–639S).
- Jacobson, M. Z. (2009). Review of solutions to global warming, air pollution, and energy security. *Energy and Environmental Science*, 2(2), 148-173. doi:10.1039/b809990c.
- Jasper, J. (1997) *The Art of Moral Protest: Culture, Biography, and Creativity in Social Movements*. Chicago, University of Chicago Press.

- Joy, M. (2010). *Por que amamos cachorros, comemos porcos e vestimos vacas.: Uma introdução ao carnismo*. Tradução: Mário Molina. 1 Ed. São Paulo, Editora: Cultrix.
- Kalof, L., Dietz, T., Stern, P.C. & Guagnano G. A. (1999). Race, Gender and Environmentalism: The atypical values and beliefs of white men. Unpublished manuscript, George Mason University, *Department of Sociology and Anthropology*, Human Ecology Review, Vol. 6, No. 2. Fairfax, VA 22030. Retirado de <https://humanecologyreview.org/pastissues/her62/62sternetal.pdf> Acesso: 17/06/2019
- Larson, R. (2002) *American Dietetic Association - Complete Food and Nutrition Guide. 4th*. John Wiley & Sons Inc. Hoboken, New Jersey.
- Leenaert, T. (2017). *How to Create a Vegan World: A Pragmatic Approach*: New York. Lantern Books,US.
- Liebman, M. (2004). I fought the law: A review of terrorists or freedom fights? Reflections on the liberation of animals, edited by Steven Best & Anthony J. Nocella II. *Journal of Animal Law*. 152-175 Retirado de: https://www.animallaw.info/sites/default/files/jouranimallawvol1_p151.pdf Acesso: 23/07/2019
- Lindeman, M. & Sirelius, M. (2001) Food choice ideologies: The modern manifestations of normative and humanist views of the world. *Appetite*, doi:10.1006/appe.2001.0437.
- Mansson-Delmote, V., et al (2018). *IPCC, Intergovernmental Panel on climate change Climate Change, The IPCC scientific assessment*. Retirado de: https://www.ipcc.ch/site/assets/uploads/sites/2/2019/06/SR15_Full_Report_High_Res.pdf. Acesso: 18/08/2019
- MacGregor, S. (2006) *Beyond Mothering Earth: Ecological Citizenship and the Politics of Care*. Vancouver: University of British Columbia Press.
- Marlow, J., Haye, K., Soret, S., Carter, L., Schwab, R., & J., Sabat., E. (2009). Diet and environment: does what you eat matter. *The American Journal of Clinical Nutrition*, vol. 89, (pp. 1699S–1703S).
- Millward D. & Garnett T. (2010) *Food and the planet: nutritional dilemmas of greenhouse gas emission reductions through reduced intakes of meat and dairy foods*. Proceedings of the Nutrition Society, doi: 10.1017/S0029665109991868.
- Nellemann C, MacDevette M, Manders T, et al. (eds.). (2009) The Environmental Food Crisis: the environment's role in averting future food crises (*Norway: United Nations Environment Programme*, p. 26). Retirado de: <https://www.gwp.org/globalassets/global/toolbox/references/the-environmental-crisis.-the-environments-role-in-averting-future-food-crises-unep-2009.pdf>. Acesso: 18/08/2019
- Oliveira, A.V.P. (1993). Manual de manejo e utilização de dejetos de suínos. *Embrapa: Concórdia*. (Documentos, n. 27). Retirado de: <http://www.infoteca.cnptia.embrapa.br/handle/doc/434003> Acesso em: 23 de setembro 2019.
- Oliveira, P. A. V. & Nunes, M. L. A. (2005) Sustentabilidade da suinocultura. *Embrapa Santa Catarina*. Retirado de: http://www.cnpsa.embrapa.br/sgc/sgc_publicacoes/anais0205_oliveira.pdf Acesso: 05/07/2019

- Overell, B. (1993). *Animal Research Takes Lives-Humans and Animals Both Suffer*. New Zealand Antivivisection Society, Wellington Retirado de: <http://www.health.org.nz/artltitle.html>. Acesso: 23/06/2019
- Palhares, J. C. P. et al. (2011) Manejo ambiental na avicultura. *Embrapa suínos e aves*. (1ed) Concórdia, Santa Catarina. Retirado de: <https://www.infoteca.cnptia.embrapa.br/bitstream/doc/920466/1/manejoambientalnaavicultura.pdf> Acesso: 23/05/2019
- Pereira, M.M. & Silva, M.K. (2017). O dilema do enquadramento interpretativo: o caso das interações entre o movimento dos direitos animais e a grande mídia. *Departamento de sociologia*, (UFRS) Universidade Federal do Rio Grande do Sul. doi.org/10.1590/s0102-69922017.3201009
- Pickering, L. J. (2007) *The Earth Liberation Front, 1997–2002*. Portland. Editora: Arissa Media Group.
- Poulain, J. P. (2006). Entre o doméstico e o econômico: fluxo e refluxo culinário. In: *Sociologias da Alimentação: os comedores e o espaço social alimentar*. 729-738. UFSC. Florianópolis. doi: 10.12957/demetra.2015.15858
- Rosenfeld, D. L., & Burrow, A. L. (2017) Vegetarian on purpose: Understanding the motivations of plant-based dieters. *Appetite*, 116,456-463. doi. 10.1016/j.appet.2017.05.039
- Ryder, R. D. (1975). *Victims of Science: The Use of Animals in Research*. Michigan: Editora: Davis-Poynter Ltd.
- Sahlins, M. (2003) *Cultura e razão prática*. Rio de Janeiro, Editora: Zahar.
- Scarborough, P., et al (2014). Global and regional health effects of future food production under climate change: a modelling study. *The Lancet*. vol. 387, P. 1937-1946. doi.org/10.1016/S0140-6736(15)01156-3
- Scherer W. I. (2015b). Desafios para uma sociologia política brasileira: os elos entre movimentos e instituições Sociologias. *Sistema de Informação Científica*. vol. 17, núm. 38. doi.org/10.1590/15174522-017003803
- Silva, M. B. T. (2009) *Uma Introdução à Teoria de Tom Regan e a Estratégia Para a Sua Abordagem* – Dissertação de Doutorado em Filosofia apresentada à Faculdade de Letras da Universidade de Lisboa, Portugal. Retirado de: https://repositorio.ul.pt/bitstream/10451/2417/1/ulsd058517_td_tese.pdf Acesso: 17/04/2019
- Singer. P. (1993). *Practical ethics*. Cambridge, United Kingdom. University Press.
- Singer. P. (2002). *Ética Prática*. (3a ed). São Paulo, Editora: Martins Fontes
- Singer, P. (2010). *Libertação animal: o clássico definido sobre o movimento pelos direitos dos animais*. São Paulo, Editora: Martins Fontes.
- Singer, P. (2010) *Movimento de Libertação animal*. Tradução Marly Winck. São Paulo: Editora: WMF Martins Fontes.
- Singer, P. (2011). *Practical ethics*. (3a ed) New York: Cambridge University Press.
- Sordi, C. O (2011). Animal como próximo: por uma antropologia dos movimentos de defesa dos direitos animais. *Cadernos IHU Idéias Unisinos*, São Leopoldo, ano 9, n.147.
- Souza, J. S. (2010). O impacto ambiental atribuído à pecuária. *Programa de Pós-Graduação em Zootecnia da Universidade Estadual de Maringá*. (Ed. 30). Revista CRMV- PR. Retirado de: <https://www.ibeas.org.br/congresso/Trabalhos2015/V-025.pdf> Acesso: 19/06/2019
- Sparemberguer, F. L. R., & Silva, A. D. (2008) A relação homem, meio ambiente,

- desenvolvimento e o papel do direito ambiental. *Veredas do Direito*, Belo Horizonte. v.2 n.4 p.81-99. Retirado: <http://www.domhelder.edu.br/revista/index.php/veredas/article/view/103/86> Acesso: 14/05/2019
- Steinfeld, H. Gerber, P. Wassenaar T. et al., (2006). Livestock's Long Shadow: Environmental Issues and Options. *Food and Agricultural Organization of the United Nations*, Rome, Italy. Retirado de: <http://www.fao.org/3/a-a0701e.pdf> Acesso: 27/08/2019
- Tarrow, S. G. (2011). *Power in movement, Social Movements and Contentious Politics*. New York, Cambridge Uni. Press.
- Taylor, D. (2000) The Rise of the Environmental Justice Paradigm: Injustice Framing and the Social Construction of Environmental Discourses. *American Behavioral Scientist* 43:508–80. doi.org/10.1177/0002764200043004003
- Teixeira, A.C.F. (2017). *Impacto de uma ação de redução de desperdício alimentar ao nível do consumidor num serviço de alimentação do Ensino Superior Português*. Dissertação de mestrado em ciências do consumo e nutrição e alimentação, Porto, Faculdade de ciências da Nutrição e Alimentação.
- Teng, C.C., & Wang, Y.-M. (2015). Decisional factors driving organic food consumption: Generation of consumer purchase intentions. *British*, 117(3), 1066–1081. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.1108/02683940010305270> Acesso: 24/04/2019
- The Vegetarian Resource Group (2016) How many adults in the U.S. are vegetarian and vegan? The Vegetarian Resource Group (VRG). Retirado de: https://www.vrg.org/nutshell/Polls/2016_adults_veg.htm Acesso: 21/09/2019
- The vegetarian society (2019) The statistical information on this page represents the most recent and accurate figures that we have available about the number of vegetarians living in the UK, Vegetarian Society. Retirado de: <https://www.vegsoc.org/info-hub/facts-and-figures/> Acesso: 06/04/2018
- Twigg, J. (1982). *The vegetarian movement in England 1847-1981*. (A thesis presented to the London School of Economics, University of London, for the degree of Doctor of Philosophy) Unpublished doctoral dissertation, York University, York.
- Viana, N. (2000) *Reflexões Sobre Ética. A Filosofia e sua sombra*. Goiânia, Edições: Germinais.
- Vig H., Deshmukh R., (Sep 2019) Meat Substitute Market by Product (Tofu-based, Tempeh-based, TVP-based, Seitan-based, Quorn-based, and Others), Source (Soy-based, Wheat-based, Mycoprotein, and Others), Category (Frozen, Refrigerated, and Shelf Stable): Global Opportunity Analysis and Industry Forecast, 2019–2026. *Allied Market Research* Retirado de: <https://www.alliedmarketresearch.com/meat-substitute-market> Acesso: 07/04/2019
- Woodward, K., Hall, S. (2014). *Identidade e diferença. A perspectiva dos estudos culturais*. 15ed, Editora: Vozes.

ANEXOS

ANEXO 1 (Guião de entrevista)

1. Motivos para o vegetarianismo/veganismo (e.g., explorar experiências individuais; processo de mudança; motivos e influências...)

1.1. Em primeiro lugar, gostaria de lhe perguntar sobre como se tornou vegetariano e/ou vegano? (e.g., tornou-se vegano diretamente ou passou por um período de adaptação do vegetarianismo para o veganismo? (Há quanto tempo isso?)

1.2. Qual o motivo (ou motivos) para essa decisão? (e.g., que idade tinha?)

1.3. Que tipo de influências teve? (e.g., alguma pessoa, documentário, notícia, situação?)

1.4. Para sim, qual foi a importância dos problemas ambientais (e.g., alterações climáticas) na decisão de optar por uma alimentação vegetariana e/ou vegana?

1.5. Já falou um pouco das motivações que levaram a essa mudança, e atualmente, o que o motiva a manter a manter esses comportamentos?

1.6. No seu dia-a-dia, identifica algumas barreiras ao vegetarianismo/veganismo? Se sim, quais?

2. Envolvimento/participação no movimento/grupo (e.g., explorar o tipo de participação; o papel na associação/grupo)

2.1. Participa em ações de divulgação do vegetarianismo/veganismo? (e.g., explorar o tipo de ações/atividades)

2.2. Como descreve o seu nível de envolvimento (e.g., ativo, regular?)

2.3. Pode explicar-me como se tornou ativo nessa organização? (e.g., o que o fez começar a envolver-se?)

2.4. Qual o seu papel nas atividades/tarefas do movimento/grupo?

2.5. Que balanço faz do seu envolvimento? (e.g., positivo, negativo?). Que dificuldades sente?

3 – Estratégias do grupo (e.g., nesta secção sugerir que o entrevistado pense no grupo/coletivo em que está mais envolvido).

3.1. O grupo possui alguma estratégia definida?

3.2. Como definiram essas estratégias? Que tipo de ações fazem?

3.2.1 Existe um local estratégico para as vossas ações?

3.3 Como é que o seu grupo se organiza para as ações? E quais os tipos de pessoas que participam desse grupo?

3.4. Como é que interagem com outros grupos em Portugal? E internacionalmente? (e.g., por exemplo, definem estratégias em conjunto?)

3.4.1. Existe alguma interação/união juntos aos vegetarianos/veganos de outros movimentos?

3.4.2. O grupo do qual participa possui atividades conjuntas com outros grupos?

4 – Práticas de comunicação (pedir para pensar na comunicação e interação com o público)

4.1. Que tipo de argumentos (e.g., saúde? sofrimento animal) são utilizados para passar a vossa mensagem?

4.1.1. Para vocês, qual é a mensagem mais importante?

- 4.2. Como apresentam os objetivos do grupo ao público? Sentem que a mensagem é bem compreendida?
- 4.3. Que estratégias utilizam para promover o interesse das pessoas por uma alimentação de base vegetal?
 - 4.3.1 Como avalia essas estratégias? Essas estratégias são bem-sucedidas? Se não, porquê? O que poderia ser melhorado na comunicação?
 - 4.3.2. Como é que as pessoas são abordadas (e.g., por exemplo, numa ação de rua)? Como é que reagem quando são abordadas?
- 4.4. Que formas e meios de comunicação utilizam nos contactos com a população? Que critérios usam para escolher esses meios?
- 4.5 Como veem o papel dos meios de comunicação relativamente às questões associadas ao vegetarianismo?
 - 4.5.1. Comunicam adequadamente sobre elas?
 - 4.5.2. E que papel têm os novos meios de comunicação – internet, redes sociais, email, etc?

5. Relação entre alimentação e alterações climáticas

- 5.1. Qual a relação entre o consumo de carne (e outros produtos de origem animal) e o ambiente?
- 5.2. Na sua opinião qual é relevância de uma alimentação de base vegetal na resolução dos problemas ambientais, tais como as “alterações climáticas”?
- 5.3 Percebe-se desinformação da parte dos abordados sobre o consumo de carne e sua contribuição para a alterações climáticas ?
- 5.4. Se fosse você a mandar, que tipo de recomendações/soluções apresentaria para resolver a crise ambiental?

ANEXO 2 (Guião de observação)

1. Espaço e contexto onde se realiza a ação

a) Descrição do espaço onde se realiza a ação (e.g., em frente a restaurantes? Que restaurantes? Acesso de pedestres?)

b) Mapa geográfico (e.g., centro da cidade? Periférico?)

- c) Que estratégia parece estar por detrás da escolha do lugar? (e.g., algum alvo a atingir?)
- d) Que atividades decorrem enquanto o grupo faz a sua ação?

- 2. Descrição do grupo

a) Descrição das pessoas envolvidas na ação

b) Como é que os ativistas se organizaram? (e.g., de forma espontânea? Líderes?)

c) Como interagem entre si?

* 4. Estratégias e estilo de comunicação

a) Que tipo de atividades são utilizadas (e.g., workshop? Takeway na rua? Distribuição de flyers? Exposição de vídeos?)

b) Que tipo de materiais são utilizados (e.g., roupas utilizadas; material de exposição, banners, cartazes, vídeos).

c) Como é que comunicam com o público? Dirigem-se a todos os grupos de igual forma? (e.g., adolescentes...).

- d) Que tipo de argumentos são utilizados (e.g., sofrimento animal, alterações climáticas?)

- 4. Interação com o público

* a) Que tipo de pessoas e/ou grupos são abordadas? (mulheres, jovens?...)

- * b) Como é que as pessoas são abordadas? (e.g., entrega de panfletos)

* c) Quem aborda o público? (e.g., todos?)

* d) Como é que as pessoas reagem? (e.g., analisar a atitude do público, isto é se rejeitam ou são receptivas; comentários e expressões)

* e) Como reagem os ativistas aos comportamentos do público?

* f) Identificação de conflitos e discussões (e.g., entre ativistas e público;)

Comentário:

Tabela 1 – lista e descrição de categorias e subcategorias

TEMA	DEFINIÇÃO DA CATEGORIA/SUBCATEGORIA		FICHEIROS	NÚMERO DE VEZES
Nível individual - significado de ser vegano	Experiências individuais dos participantes com relação ao veganismo, desde barreiras, processo, motivos, influências e exemplo para os outros.		12	32
	Barreiras e obstáculos	Barreiras e obstáculos encontrados em tornar-se vegano, e algumas barreiras que encontram para o ativismo,	5	6
	Na relação com os outros	A relação e experiências do veganismo com outras pessoas	7	9
	Estilo de vida como exemplo para os outros	Seu estilo de vida, e atitudes como exemplo para as outras pessoas não veganas	3	6
	Experiência pessoal	Experiência pessoal de cada participante relacionado na transição para o veganismo ou nas ações do ativismo.	4	6
	Motivos e influências	Motivos referidos para a mudança individual e para o envolvimento em ação coletiva	19	42
	Processo de mudança	Como foi o processo de mudança do estilo de vida não vegano para o vegano,	11	12
Ambiente e clima	Tudo o que se refira ao ambiente e às alterações climáticas, quer para as experiências mais individuais quer para o envolvimento em grupos/movimentos		10	17
	Percepção de ligação com o vegetarianismo	Link que é feito entre o vegetarianismo e os problemas ambientais	11	22
	Preocupações ambientais	Referências a preocupações com o meio ambiente e com as alterações climáticas	11	26
Ação coletiva e envolvimento	Envolvimento de cada participante nas ações coletivas de seus respectivos grupos, e como é o envolvimento dos mesmos nos grupos.		19	30
	Experiências de participação	Suas experiências na participação das ações coletivas.	5	6
	Motivos para a participação	Motivos que o levaram a serem ativistas veganos,	4	7
	Processo de envolvimento	Como iniciou o processo de envolvimento com movimento de ativismo vegano.	11	12
	Reação dos abordados e ativistas	Como é a reação dos abordados diante das estratégias e como é a reação dos ativistas de acordo com a negação ou aceitação dos abordados.	9	9
	Tipo de envolvimento	Que tipo de envolvimento eles têm em seus respectivos grupos de ativismo.	17	27
	Tudo o que se refira à estratégia do grupo/movimento		19	42

Estratégias e práticas de comunicação do grupo	Abordagem ao público	Tipos de pessoas que são abordadas e como são as abordagens.	6	7
	Argumentos utilizados	Argumentos que os participantes costumam usar em suas abordagens nas ações.	20	30
	Estratégias de ação	As estratégias dos grupos em suas atividades, e se há algum tipo de estratégia pessoal de cada participante,	20	48
	Materiais usados nas atividades	Tipos de materiais usados para as ações desde banners a roupas.	8	10
	Relevância da estratégia	O que os participantes acham relevantes nas estratégias, argumentos nas ações e abordagens,	5	5