

## OFERTA DE MENU VEGETARIANO NOS RESTAURANTES DA ZONA CENTRAL DA CIDADE DE PELOTAS - RS

MARÍLIA AREJANO SANDER<sup>1</sup>; JULIA SANTOS DOS SANTOS<sup>2</sup>; CRISTIAN ORTIZ GOMES JUNIOR<sup>3</sup>; ALCIDES GOMES NETO<sup>4</sup>

<sup>1</sup>Universidade Federal de Pelotas, Faculdade de Nutrição, Curso de Gastronomia – marilia.sandeer@gmail.com

<sup>2</sup>Universidade Federal de Pelotas, Faculdade de Nutrição, Curso de Gastronomia -- juliaeponto@hotmail.com

<sup>3</sup>Universidade Federal de Pelotas, Faculdade de Nutrição, Curso de Gastronomia -- juniicoortiiz@gmail.com

<sup>4</sup>Universidade Federal de Pelotas, Faculdade de Nutrição, Curso de Gastronomia – chefalcidessgomes@hotmail.com

### 1. INTRODUÇÃO

Os adeptos da prática vegetariana crescem cada vez mais ao longo dos anos (MARTINS, 2011). Já foram registrados nomes como Sócrates, Pitágoras, Platão, e outros, como seguidores dessa dieta (ROE, 1986). Caracteriza-se vegetariano quem exclui o consumo de carnes de qualquer fonte animal, se alimentando de sementes, grãos, vegetais, frutas, cereal e laticínios e ovos (SILVA, 2008).

Vários são os motivos que podem levar alguém a se tornar vegetariano, podendo estar relacionada à saúde, alegando ser uma dieta mais saudável. Alguns podem optar por razões religiosas, considerando as crenças e doutrinas de uma determinada religião para reger suas escolhas, como budismo e hinduísmo. Aspectos ecológicos também estão relacionados ao vegetarianismo, alegando que o processo produtivo da pecuária e demais práticas de produção animal, tem impacto ambiental relevante e utiliza de grande parte de recursos naturais em seus processos e a maneira como esses animais são tratados na indústria agropecuária, considerado por muitos uma forma de tortura. Por fim, a questão ética, que implica em não inferiorizar a vida animal, não sendo justo tirar ela para servir de alimento ao homem (NUNES, 2010).

Ainda que haja um grande público, há pouca disseminação de informação sobre a prática vegetariana. A ausência de debates e estudos sobre a área corrobora a falta de conhecimento dos profissionais da área da alimentação e nutrição. O convívio social e a falta de opções em bares e restaurantes também são alguns dos problemas sofridos pelos indivíduos vegetarianos (FERREIRA e MIRAGLIA, 2017). A inclusão social desse público é de suma importância para adequação do padrão alimentar às necessidades nutricionais de cada indivíduo, respeitando sua cultura e estilo de vida.

Com o intuito de avaliar essa realidade, o presente estudo tem como objetivo qualificar o menu ovo-lacto-vegetariano, definido como preparação com ausência de proteína animal, mas com presença de ovos e laticínios, nos restaurantes da zona central de Pelotas - RS, com a intenção de apontar as deficiências, gerando reflexões sobre o tema e sugerindo modificações afim de garantir a melhoria dos serviços ofertados.

## 2. METODOLOGIA

Foi realizado um estudo de campo de forma descritiva e caráter quantitativo, com os restaurantes noturnos, de serviço a la carte da zona central de Pelotas - RS. Dos 36 lugares mapeados na zona central, foram excluídos os estabelecimentos diurnos ou de perfis específicos, como cafés, lancherias e pizzarias.

Como método de pesquisa, utilizou-se um formulário a fim de analisar e avaliar o cardápio dos restaurantes. O formulário foi aplicado pessoalmente com os responsáveis dos estabelecimentos, tendo sido preenchido de acordo com as respostas que os mesmos forneciam e com o que estava descrito no cardápio do estabelecimento. Foi pedido autorização dos responsáveis para realizar a avaliação, porém a identidade do estabelecimento permaneceu anônima durante todo estudo, através de códigos nos formulários.

Nesta avaliação, foi levantada a variedade nutricional dos cardápios, indicando ou não a presença de um alimento fonte de proteína vegetal como substituição das proteínas animais, a utilização de alimentos orgânicos, disposição de plantas alimentícias não convencionais (PANCs) e formação dos proprietários.

## 3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

O estudo deu-se com restaurantes noturnos da região central de Pelotas, com serviço a la carte. Do total de 36 restaurantes, apenas 16 tinham o perfil adequado à pesquisa, e após serem submetidos ao questionário, 4 ainda foram excluídos (por não conterem pratos vegetarianos no seu cardápio), obtendo uma amostra final de doze participantes (n=12).

Quanto ao conhecimento do responsável pela criação do cardápio, os restaurantes foram divididos em 3 categorias: tempo de experiência (41,6%), formação acadêmica (33,3%) e curso técnico (25%). Esses dados, aliados ao tempo de funcionamento, expõem uma realidade de busca de conhecimento e inclusão por parte dos restaurantes mais novos. Tal situação é comprovada com o fato de os dois restaurantes mais antigos presentes no estudo não oferecerem opções vegetarianas, alegando não fazer parte da proposta do estabelecimento e justificando que poderiam fazer mudanças em pratos já existentes, porém sem a atenção necessária que esse público demanda.

O ticket médio permitiu a separação dos estabelecimentos em 3 tipos: com alto custo (ticket médio de R\$ 120,00), com médio custo (ticket médio de R\$ 42,50), e com baixo custo (ticket médio de R\$ 19,90). A consequência dessa separação é o aporte protéico do menu de cada estabelecimento, pois 80% dos restaurantes com ticket superior à 40 reais disponibilizam prato com proteína vegetal, entre elas, cogumelos e grão de bico; e dos restaurantes com ticket médio igual ou inferior à 40 reais, apenas 42% apresentavam proteína vegetal em seus pratos, sendo elas, ervilha, lentilha e soja. Deixando claro que os restaurantes com ticket médio mais alto, investem em proteínas de maior valor agregado, enquanto o resto procura alternativas mais baratas.

Como um dado relacionado, foi identificado que mais da metade dos restaurantes (66%) afirmaram utilizar parcialmente alimentos orgânicos, 25% afirmam não utilizar alimentos orgânicos e apenas um restaurante (8%) afirma ser integralmente orgânico. Esses dados apontam para uma possível dificuldade dos estabelecimentos em se manter integralmente orgânicos, já que muitos se mostraram interessados no tema. Percebe-se também uma maior preocupação

em manter um cardápio com mais opções de menu vegetariano, sendo ele ovolacto, ovo, lacto ou vegano, por parte dos restaurantes que utilizam parcialmente orgânicos aos que não utilizam (Figuras 1 e 2). Tal situação levanta a possibilidade de haver ações por parte da prefeitura para incentivar a produção local de orgânicos e estreitar os laços entre os produtores e restaurantes a fim de melhorar os sistemas agroalimentares regionais, possivelmente impulsionando a economia da cidade.

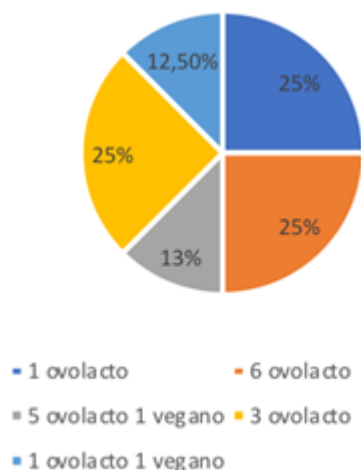


Figura 1 - Gráfico dos restaurantes que utilizam parcialmente orgânicos

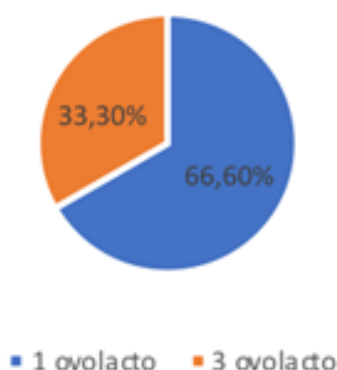


Figura 2 - Gráfico dos restaurantes que não utilizam orgânicos

Como comenta Rayza (2009), a versatilidade é uma das grandes características da cozinha vegetariana. Se houver criatividade, dificilmente faltarão opções na mesa, com pratos nutritivos e de fácil preparo. No entanto, os restaurantes com maior número de clientes são os que menos apresentam diversidade de pratos. Mais uma vez a falta de conhecimento aliada ao comodismo transforma os grandes pontos da cidade em locais pouco inclusivos e restritos, contribuindo com a ideia de exclusão social do público vegetariano.

#### 4. CONCLUSÕES

Apesar de todos os restaurantes afirmarem que seus funcionários são instruídos sobre o menu, foi comprovado empiricamente que nem todos os estabelecimentos tinham funcionários aptos a responder dúvidas prontamente,

recorrendo a superiores ou até mesmo fornecendo informações erradas. Essa situação deixa em evidência a necessidade de cursos e instruções, por parte dos proprietários, mais rigorosos e recorrentes, para que nenhum cliente seja prejudicado.

Desse modo, foi comprovada a hipótese do despreparo dos restaurantes da zona central da cidade de Pelotas – RS de atender ao público vegetariano. Do total de 16 restaurantes contatados, foram encontrados 12 com opção de cardápio vegetariano. Onde 5, tinham até dois pratos e apenas 3 tinham até seis pratos. Porém, quando se fala em qualidade da refeição, apenas os lugares de custo mais alto atendem as necessidades nutricionais, deixando a oferta de estabelecimentos limitada a um menor grupo de pessoas. Conclui-se que a população vegetariana ainda encontra diversas dificuldades para frequentar serviços de alimentação, sofrendo de exclusão e problemas que acabam implicando na vida social e cotidiana de cada indivíduo.

## 5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

CAMPOS, Rayza Alves. Estudo prospectivo sobre a gastronomia e o mercado vegan de Brasília. 2009. 76 f. Monografia - Especialização em Consultoria em Turismo, Universidade de Brasília, Brasília, 2008.

EMÍDIO, G. Práticas Alimentares Não Usuais: O que pensam, sentem e sabem os formandos em Nutrição? Trabalho de Conclusão de Curso – Departamento de Nutrição, UFRN, Natal, 2016.

FERREIRA, P. G; MIRAGLIA, F. Os Desafios De Ser Vegetariano Na “Terra Do Churrasco”. Revista das Ciências da Saúde do Oeste Baiano – Higia, v.2 n.1, p. 86-99, 2017.

MARTINS, M. C. T. Nutrição vegetariana: avanços e perspectivas. Lifestyle Journal, São Paulo v.1 n.2, 2011.

NUNES, E. L. M. Vegetarianismo além da dieta: ativismo vegano em São Paulo. Dissertação - Mestrado em Ciências Sociais, PUC-SP, São Paulo, 2010.

ROE, D. A. History of promotion of vegetable cereal diets. Journal of Nutrition, v. 116, p. 1355-63, 1986.

SILVA, E. R. Público alvo dos restaurantes vegetarianos da cidade de São Paulo: um estudo sobre os hábitos de consumo, 2008.