

PERFIL DE CONSUMIDORES DE UM RESTAURANTE DE ALIMENTAÇÃO  
VEGETARIANA DE CUIABÁ-MT

Franciely de Paula Catylé RIBEIRO<sup>1</sup>

Jozimara Lopes RONDON<sup>1</sup>

Patrícia Padilha dos SANTOS<sup>1</sup>

Bárbara Grassi PRADO<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Discentes do Curso de Nutrição do Centro Universitário Várzea Grande (UNIVAG).

<sup>2</sup>Orientadora Doutora em Saúde Pública, Docente do Curso de Nutrição do Centro Universitário Várzea Grande (UNIVAG).  
prado.barbaragrassi@gmail.com

**RESUMO**

**Introdução.** Os vegetarianos são aquelas pessoas que não consomem alimentos de origem animal. Esta população tem crescido nos últimos anos, e em 2018, cerca de 14% da população brasileira declararam ser vegetarianos, em que houve aumento da estatística em 75% em relação a 2012, onde a porcentagem de vegetarianos era de 8% da população, o que torna necessário um olhar diferenciado dos profissionais de saúde e do comércio, afim de suprir essas necessidades alimentares específicas. **Objetivo.** Conhecer o perfil de consumidores de um restaurante de alimentação vegetariana do município de Cuiabá-MT. **Materiais e métodos.** Trata-se de um estudo transversal realizado com 46 adultos, de ambos os sexos de um restaurante self-service vegetariano, na cidade de Cuiabá – MT, em 2018. Para o levantamento dos dados foi aplicado um questionário por meio de entrevista abordando hábitos alimentares, estilo de vida, fatores biológicos e socioeconômicos. A análise de dados foi aplicada com auxílio do programa Excel versão 2010 e realizado uma estatística descritiva com dados de frequência absoluta e relativa. **Resultados.** Os consumidores deste restaurante responderam o questionário, sendo que 54,4 % eram do sexo feminino, 87,0% tinham curso superior completo ou mais, 67,4% dos entrevistados relataram não serem vegetarianos, 69,6% optaram pela dieta vegetariana por cuidar da saúde e 63,1% comiam no restaurante de uma a duas vezes por semana. Em relação à acessibilidade dos produtos vegetarianos, 43,5% responderam ser acessível e 54,3 % disseram que economizaram financeiramente. **Considerações finais.** O estudo possibilitou também conhecer o perfil dos consumidores que frequentam aquele restaurante e o resultado foi surpreendente, pois a maioria dos clientes não era vegetariana, mas frequentam aquele local por ser uma alimentação saudável e conseqüentemente cuidar mais da saúde.

**Palavras chaves:** Vegetarianismo. Restaurante. Perfil de consumidores.

**ABSTRACT**

**Introduction.** Vegetarians are those people who do not consume foods of animal origin. This population has grown in recent years, and in 2018, about 14% of the Brazilian population declared to be vegetarian, in which there was a 75% increase in

statistics compared to 2012, where the percentage of vegetarians was 8% of the population, which requires a differentiated view of health professionals and trade in order to meet these specific food needs. **Goal.** To know the profile of consumers of a vegetarian food restaurant in the municipality of Cuiabá-MT. **Materials and methods.** This is a cross-sectional study carried out with 46 adults of both sexes from a vegetarian self-service restaurant in the city of Cuiabá, MT, in 2018. For the data collection, a questionnaire was applied through an interview about eating habits, lifestyle, biological and socioeconomic factors. The data analysis was applied using the Excel version 2010 program and a descriptive statistic was performed with absolute and relative frequency data. **Results.** The consumers of this restaurant answered the questionnaire, of which 54.4% were female, 87.0% had a complete upper course or more, 67.4% of the respondents reported not being vegetarians, 69.6% opted for the vegetarian diet. and 63.1% ate at the restaurant once or twice a week. Regarding the accessibility of vegetarian products, 43.5% said they were affordable and 54.3% said they have economically saved money. **Final considerations.** The study also made it possible to know the profile of the consumers who attend that restaurant and the result was surprising, since most of the clients were not vegetarian, but they go to that place because it is a healthy diet and consequently to take better health.

**Key words:** Vegetarianism. Restaurant. Consumer profile.

## INTRODUÇÃO

Os vegetarianos são pessoas que não se alimentam de carnes animais e podem ser classificados como veganos os que excluem totalmente as carnes e todos os produtos de origem animal; Ovolactovegetarianos os que consomem ovos, leite e seus derivados; Lactovegetarianos os que incluem leite e seus derivados; Os ovovegetarianos que consomem somente ovos, além dos vegetais (TEIXEIRA *et al.*, 2006).

Tem se notado que a maioria das pessoas que adotam essa dieta possui maior qualidade de vida e vive mais, esse é uns dos motivos que desperta o interesse cada vez maior dos adeptos a essa dieta. Porém, também existem outros motivos, sendo os mais comuns o religioso e comportamental em que se destacam os veganos que levam em consideração o bem-estar e valorização da vida animal (SLYWITCH, 2012).

### III Mostra de Trabalhos do Curso de Nutrição do Univag (ISSN 2594-6757)

A alimentação vegetariana traz muitos benefícios à saúde, no entanto, para que isso aconteça, é preciso ser criteriosamente bem planejada para que não ocorram carências nutricionais (SLYWITCH, 2012).

A suplementação de vitaminas em alguns casos é necessária, principalmente a vitamina B12, que só existe nos alimentos de origem animal, os micronutrientes como a vitamina D, riboflavina, ferro, zinco e cálcio também devem ser acompanhados por meio de exames laboratoriais periódicos, visando à prevenção de doenças decorrentes da falta desses nutrientes fundamentais à manutenção da saúde (FERREIRA *et al.*, 2006).

Além dos benefícios à saúde que a dieta vegetariana proporciona, também contribui para o desenvolvimento empreendedor, pois se trata de um público específico e crescente. Cada vez mais se têm desenvolvido serviços e produtos voltados para esse público. O que era então, raro, está se tornando comum entre os empreendedores, como meio de inovação e diferencial no comércio (DAROLT *et al.*, 2012).

O ramo da agronomia também se favorece com este público, é essa área que produz os alimentos orgânicos, que são os mais procurados pelas pessoas que adotam essa dieta diferenciada. Os produtores cada vez mais vêm investindo nesse meio, devido à grande procura pelos produtos orgânicos (DAROLT *et al.*, 2012).

Tem se observado que a gastronomia também vem se preocupando em atender as necessidades dos adeptos ao vegetarianismo. Os profissionais da área procuram se aperfeiçoar em técnicas e receitas inovadoras desenvolvidas especificamente para esse público, assim, garantindo a satisfação de seus consumidores e despertando a curiosidade para que mais pessoas possam conhecer e possivelmente fazer parte desse estilo de vida (FRANCO *et al.*, 2005).

Uma pesquisa feita nas regiões metropolitanas do Brasil, realizada pelo IBOPE, o qual teve como base as informações do *Target Group Index*, é um estudo *single source* que mostra os costumes e aquisição de produtos e serviços, divulgações, semelhanças sociais, demográficas e de comportamento da população. No ano de 2012, levantou quantas pessoas são vegetarianas no país e constatou que cerca de 8% da população brasileira era adepta ao vegetarianismo. Foram pesquisados homens e mulheres que resultaram em igualdade nos que aderiam à dieta. Porém, o maior índice de adeptos ao vegetarianismo de acordo com a pesquisa, são os indivíduos de idade entre 65 a 75 anos. Ainda, mostrou que a quantidade de indivíduos por região também varia, sendo a

### III Mostra de Trabalhos do Curso de Nutrição do Univag (ISSN 2594-6757)

maior concentração na cidade de Fortaleza, ao todo no Brasil há cerca de 15 milhões de pessoas vegetarianas (IBOPE INTELIGÊNCIA, 2012).

Surgiu uma nova pesquisa em abril de 2018 realizada pelo IBOPE, que mostrou que cerca de 14% da população brasileira se declararam ser vegetarianos, os participantes eram de ambos os sexos, de várias classes sociais, sendo de faixa etária acima de 16 anos. A estatística atual subiu 75% em relação a 2012, onde a porcentagem de vegetarianos era de 8% da população. (IBOPE INTELIGÊNCIA, 2018).

Existe no Brasil um projeto voluntário, criado em 2012, chamado Mapa Veg, e que tem por objetivo o levantamento de dados sobre o crescimento das pessoas que se consideram vegetarianos, veganas ou simpatizantes. Em seus arquivos ao todo registram cerca de 26.700 cadastros, dentre eles 16.701 consideram-se vegetarianas, 7.820 veganas e 2.179 são simpatizantes. A maioria da população cadastrada é da cidade de São Paulo, com 61,2% vegetarianas, 31,6% veganas e 7,2% simpatizantes totalizando um número de pessoas de 3.677 (MAPAVEG, 2012).

Desta forma, o objetivo deste trabalho foi conhecer o perfil de consumidores de um restaurante de alimentação vegetariana do município de Cuiabá-MT.

#### **MATERIAL E MÉTODOS.**

Trata-se de um estudo transversal realizado com 46 adultos acima de 18 anos, de ambos os sexos de um restaurante self-service vegetariano, na cidade de Cuiabá - MT.

Para o levantamento dos dados foi aplicado um questionário com 13 perguntas abordando hábitos alimentares, estilo de vida, fatores biológicos e socioeconômicos. Nos meses de março e abril de 2018, todos os questionários foram aplicados no horário do almoço entre 11:00 e 14:00 horas, por meio de entrevista, onde os participantes tiveram a opção de escolher entre responder antes de almoçar, durante ou após terminar sua refeição.

A análise de dados foi realizada com auxílio do programa Excel versão 2010 por uma estatística descritiva com dados de frequência absoluta e relativa.

Todos os participantes concordaram em assinar um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido assentindo a participação na pesquisa. Este trabalho foi submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa do Univag.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os consumidores deste restaurante responderam a um questionário e, assim, a tabela 1 descreve o perfil dos consumidores do restaurante, em que foram entrevistadas 46 pessoas de um restaurante vegetariano de Cuiabá, sendo que 54,4 % (n= 25) eram do sexo feminino. Um estudo sobre avaliação da oferta nutricional de dietas vegetarianas do tipo vegana afirma que as pessoas que passaram a adquirir as dietas vegetarianas eram de várias faixas etárias, mas a maioria se consiste em mulheres adultas e adolescentes e que o motivo por essa adesão é a grande preocupação com a qualidade de vida e consequentemente a saúde. (SIQUEIRA *et al.*, 2016).

**Tabela 1.** Frequência dos consumidores de um restaurante vegetariano da cidade de Cuiabá-MT, 2018.

Variáveis	N	%
Sexo		
Feminino	25	54,4
Masculino	21	45,6
Total	46	100,00
Grau de escolaridade		
Superior completo ou mais	40	87,0
Ensino médio completo	06	13,0
Total	46	100,00
Trabalha		
Sim	38	82,6
Não	08	17,4
Total	46	100,00
Estado civil		
Casado	27	58,7
Solteiro	16	34,8
Separado/ Divorciado	03	06,5
Total	46	100,00
Classificação Vegetariana		
Não sou vegetariano	31	67,4
Ovolactovegetariano	09	19,6
Vegetariano restrito	03	06,5
Vegano	02	04,3
Ovovegetariano	01	02,2

### III Mostra de Trabalhos do Curso de Nutrição do Univag (ISSN 2594-6757)

Total	46	100,00
Motivo de frequentar o restaurante vegetariano		
Cuidar da saúde	32	69,6
Refeição menos calórica	11	23,9
Diminuir impacto ambiental	11	23,9
Não compactuar com sofrimento animal	10	21,7
Experimentar novos sabores	04	08,7
Religião	04	08,7
Frequência de consumo no restaurante		
1 a 2 vezes por semana	29	63,1
3 a 4 vezes por semana	11	23,9
Diariamente	06	13,0
Total	46	100
Acessibilidade dos produtos vegetarianos		
Acessível	20	43,5
Pouco acessível	18	39,1
Muito acessível	08	17,4
Total	46	100
Percebeu a economia após o consumo de refeições vegetarianas		
Sim	25	54,3
Não	21	45,7
Total	46	100

---

No presente estudo, observou-se que 87,0% (n=40) têm curso superior completo ou mais, seguido de 13,0% (n=06) que cursaram ensino médio completo. Ainda, 82,6% (n=38) trabalham e 58,7% (n=27) são casados. Portanto, observou-se que a maioria dos entrevistados possuía ensino superior completo, já em um estudo realizado no Espírito Santo no ano 2006, sobre estado nutricional e estilo de vida em vegetarianos e onívoros demonstra em seus resultados que não havia diferença de grau de escolaridade entre os entrevistados em que a maioria possuía ensino superior completo 29,8% (n=20) e ensino médio completo 28,4% (n=19). Ainda mostra que a maioria de seus entrevistados 80,6% (n=54) possuía ocupação, mas, no entanto, não foram citadas quais (TEIXEIRA *et al.*, 2006).

Conclui-se que a maioria dos consumidores que frequentam o restaurante possui um nível socioeconômico alto, pois buscam uma qualidade de vida melhor, se

### III Mostra de Trabalhos do Curso de Nutrição do Univag (ISSN 2594-6757)

preocupam com a saúde e bem estar, e possuem um poder aquisitivo elevado e uma formação acadêmica onde tem acesso a informações para melhoria de vida.

Quando questionados sobre serem vegetarianos, 67,4 % (n=31) dos entrevistados relataram não serem vegetarianos e 19,6% (n=09) eram ovolactovegetarianos seguido de 6,5% (n=3) vegetarianos estritos. Um estudo de coorte realizado com mais de 96.000 ASD (adventistas do sétimo dia) norte-americanos e canadenses obteve um resultado bem parecido onde 48% entrevistados não eram vegetarianos, seguido de 28% ovolactovegetarianos, 16% semivegetarianos (aqueles que consumiam carnes uma vez na semana) e 8% vegetarianos estritos (MARTINS, 2011). Ao comparar os estudos realizado verificou-se que a maioria dos entrevistados não eram vegetarianos, mas buscam uma alimentação saudável.

No presente estudo foram questionados sobre o motivo que os levaram a adotarem uma dieta vegetariana e 69,6 % (n = 32) optaram pela dieta vegetariana pelo motivo de cuidar da saúde, pois como mostra a Associação Dietética Americana e Dietistas do Canadá, a dieta vegetariana pode oferecer benefícios nutricionais como baixo colesterol, gorduras saturadas e um nível maior de fibras, carboidratos, vitaminas C e E, magnésio, entre outros, proporcionando uma qualidade de vida, evitando futuras doenças como pressão alta, diabetes tipo II e câncer (ADA, 2008).

Ainda no presente estudo, 23,9 % (n=11) optaram pela dieta vegetariana por ser uma refeição menos calórica e 23,9 % (n=11) por diminuir o impacto ambiental. Segundo a ONU (Organização das Nações Unidas) a dieta não vegetariana resulta no desmatamento de áreas em torno de 70%, sendo que a terra é usada para pastos, e as demais áreas para plantações de rações para oferecer ao animal que serão engordados e abatidos e ainda contribuem para redução do ecossistema aquático devido ao gasto de água nos granjeiros e pastos para produção de ração (ONU, 2010). Sobre a opção de não compactuar com o sofrimento animal obteve-se 8,7% (n=4) segundo a Associação Brasileira Vegetariana isso ocorre porque esse público não compactua com o sofrimento devido ao fato de que o abatimento significa uma crueldade e desrespeito com o animal que irá ser sacrificado para beneficiar o ser humano.

Além disso 8,7 % (n=4) optaram por experimentar novos sabores, segundo um estudo sobre Marketing estratégico para subculturas realizado em restaurantes da cidade de São Paulo, pode-se afirmar que a gastronomia se dá a arte de cozinhar iguarias e de ter como resposta dos consumidores o prazer em consumir. E que a gastronomia não

### III Mostra de Trabalhos do Curso de Nutrição do Univag (ISSN 2594-6757)

fica limitada apenas para onívoros, pois o público vegetariano também aprecia pratos elaborados, e não ficam limitados a comer apenas folhas e soja (FRANCO *et al.*, 2005).

Por opção religiosos 8,7 % (n=4), a relação entre ser vegetariano por religião, se dá pela crença de que todos os alimentos consumidos são absorvidos em nosso organismo, sendo assim tudo que nos alimenta está ligada a purificação do nosso corpo e da nossa alma, e também as religiões são a favor da não violência contra a vida de quaisquer seres vivos (SOUZA *et al.*, 2016). Um estudo de revisão que avaliam os fatores que influenciam a adesão ao vegetarianismo, mostra que no Brasil, ainda se têm poucos estudos sobre a alimentação vegetariana, mas também cita que entre as pesquisas realizadas com grupos vegetarianos estão inseridos os Adventistas do Sétimo Dia, que também, busca por uma alimentação saudável e uma relação ao seu estilo de vida (COUCEIRO *et al.*, 2008).

Em relação à frequência no consumo de alimentos no restaurante, 63,1 % (n=29) frequentavam o restaurante de 1 a 2 vezes por semana seguido de 23,9 % (n= 11) que iam ao restaurante de 3 a 4 vezes por semana. A busca por locais que atendam o público vegetariano tem tido crescimento significativo, pois não somente os vegetarianos, mas muitas pessoas estão em busca de uma alimentação mais saudável e conseqüentemente frequentam cada dia mais os restaurantes vegetarianos, como mostra em um estudo realizado em um restaurante de São Paulo foram entrevistadas 74 pessoas, onde a maioria dos entrevistados (35,1%) frequentam os restaurantes vegetarianos mais de uma vez por semana (FRANCO, 2005).

Quando questionados sobre a acessibilidade dos produtos vegetarianos dos entrevistados 43,5% (n=20) relataram que achavam acessível seguido de 39,1 % (n=18) que achavam que o produto vegetariano era pouco acessível. Já em uma pesquisa do IBOPE Inteligência realizada em 2018, sobre o crescimento da população vegetariana no Brasil, aponta que mais da metade dos entrevistados (55%) declaram que passariam a consumir mais produtos veganos se seus valores fossem semelhantes aos dos produtos convencionais (IBOPE, 2018). Ainda mostra que no Brasil existem aproximadamente 240 restaurantes vegetarianos e veganos, e que ainda houve um grande crescimento de ofertas de dietas vegetarianas em restaurante convencionais (IBOPE, 2018).

Quando os entrevistados foram questionados se perceberam alguma economia financeira depois que passaram a consumir refeições vegetarianas, 54,3 % (n=25) disseram que economizaram financeiramente.

### III Mostra de Trabalhos do Curso de Nutrição do Univag (ISSN 2594-6757)

Na cidade de Cuiabá há três restaurantes vegetarianos, o que pode ser considerado um número relativamente baixo comparado ao de outras capitais, porém, outros restaurantes, lanchonetes e cafés não específicos, já fornecem opções em seus cardápios voltadas a esses consumidores. Entre os restaurantes vegetarianos, dois fazem entregas de marmitas domiciliares, sendo um diferencial dos estabelecimentos. Alguns supermercados e lojas específicas de Cuiabá e Várzea Grande, a segunda maior cidade da região Mato-grossense do Brasil, já se pode encontrar com mais facilidade produtos naturais e essa facilidade atrai cada vez mais adeptos a esse estilo de vida, e assim movimentando a economia brasileira.

#### CONSIDERAÇÕES FINAIS

Tem se notado o crescimento do número de adeptos a essa dieta, e o motivo mais relatado foi o de cuidar da saúde. Porém, também existem outros motivos, sendo os mais comuns o religioso e os que levam em consideração o bem-estar e valorização da vida animal. A alimentação vegetariana traz muitos benefícios à saúde, no entanto, é preciso ser criteriosamente bem planejada para que não ocorram carências nutricionais como a deficiência de vitaminas e minerais.

O estudo possibilitou conhecer o perfil dos consumidores daquele restaurante e o resultado foi surpreendente, pois a maioria dos clientes não eram vegetarianos, mas frequentam aquele local por ser uma alimentação saudável e conseqüentemente cuidar da saúde.

Assim, a alimentação vegetariana é uma área que está em ascensão, e mostra uma excelente oportunidade para investimento. O crescimento na demanda para esse tipo de produto já levou muitos empreendedores a criarem empresas específicas para esse público. No Brasil, já existem cerca de 230 restaurantes vegetarianos e veganos, porém ainda é um número relativamente baixo, para atender esse público.

#### REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Associação Dietética Americana e Dietistas do Canadá. **Posição da Associação Dietética Americana (ADA) sobre dietas vegetarianas: dietas vegetarianas.** EUA. 2008. Disponível em:< 20Association%5BCorporate%20Author%5D >.Acesso em 25 maio.2018.

### III Mostra de Trabalhos do Curso de Nutrição do Univag (ISSN 2594-6757)

COUCEIRO, P.; Slywitch, E; Lenz,F. Padrão alimentar da dieta vegetariana. **Einstein**.2008

DAROLT, M. R.; NETO, F.S. Sistema de plantio direto em agricultura orgânica. Curitiba. **IAPAR**, 2002.

FRANCO, E. S.; REGO, R.A. Marketing estratégico para subculturas: um estudo sobre hospitalidade e gastronomia vegetariana em restaurantes da cidade de São Paulo. **Turismo: Visão e Ação**. v. 7, n. 3, p. 469-482, 2005.

FERREIRA, L. G.; BURINI, R.C.; MAIA, A.F. Dietas vegetarianas e desempenho esportivo. **Revista de Nutrição**, Campinas, v. 19, n. 4, p. 469-477, 2006.

IBOPE. **Dia Mundial do Vegetarianismo 8% da população brasileira afirma ser adepta do estilo**. Disponível em: < <http://www.ibope.com.br/pt-br/noticias/paginas/diamundial-do-vegetar.aspx>>. Acesso em: 05 out. 2017.

IBOPE. **Crescimento histórico no número de vegetarianos no Brasil**. São Paulo.2018. Disponível: <https://www.svb.org.br/2469-pesquisa-do-ibope-aponta-crescimento-historico-no-numero-de-vegetarianos-no-brasil>Acesso em 25 maio.2018.

MAPAVEG – Censo Vegetariano e Vegano Brasileiro: estatísticas. **Quantas pessoas vegetarianas e veganas existem no Brasil?**. PC World, São Paulo, jul. 2012. Disponível em: <https://www.mapaveg.com.br/quantas-pessoas-vegetarianas-e-veganas-existem-no-brasil>Acesso em: 05 out. 2017.

MARTINS, Marcia Cristina Teixeira. Nutrição vegetariana: avanços e perspectivas. **Lifestyle J**, 2011.

ONU. **Recomenda dieta vegana para combater mudança climática**. 2010. Sociedade Brasileira Vegetariana. Ético Animal. Disponível: < <https://www.svb.org.br/111-vegetarianismo/etica-animais>>Acesso em 25 maio. 2018.

SIQUEIRA, E. P et al. Avaliação da oferta nutricional de dietas vegetarianas do tipo vegana. **Revista Intellectus**, V.1, n.33.

SLYWITCH E. **Guia alimentar de dietas vegetarianas para adultos**. Departamento de Medicina e Nutrição. Sociedade Vegetariana Brasileira. São Paulo, 5-65, 2012.

SOUZA, E. C. G. et al. **Alimentação vegetariana**. 1. ed. Rio de Janeiro: Rubio, p.4, 2016.

TEIXEIRA, R. C. M. A et al. Estado nutricional e estilo de vida em vegetarianos e onívoros. Espírito Santo. **Revista Brasileira de Epidemiologia**. p.134-43, 2006

### III Mostra de Trabalhos do Curso de Nutrição do Univag (ISSN 2594-6757)

TEIXEIRA, R. C. M. A et al. Risco cardiovascular em vegetarianos e onívoros: um estudo comparativo. **Arquivo Brasileiro de Cardiologia**, São Paulo, v. 89, n. 4, p. 237-244. 2007.