

CENTRO VEGETARIANO

Concurso de Mérito Académico

- 2013 -

**Entre o estômago e a consciência:
Porque não minimizamos danos para o ambiente,
a saúde, e os animais, através das nossas escolhas
alimentares?**

João Graça^{a*}, Abílio Oliveira^b, Maria Manuela Calheiros^a

^a Instituto Universitário de Lisboa (ISCTE-IUL), CIS-IUL, Lisboa, Portugal

^b Instituto Universitário de Lisboa (ISCTE-IUL), ADETTI -IUL, Lisboa, Portugal

* joao.graca@outlook.com

Resumo

Muitas práticas danosas mas culturalmente apreciadas subsistem apesar das consequências negativas que podem implicar. Os actuais padrões de produção e consumo de carne estão cada vez mais a tornar-se num destes casos, sendo associados a problemas significativos ao nível ambiental, de saúde pública, e para os animais. O presente texto apresenta uma introdução geral e proposta de reflexão relativamente aos primeiros resultados de um projecto de investigação cujo objectivo é contribuir para uma melhor compreensão dos factores psicossociais que podem facilitar ou dificultar mudanças rumo a escolhas alimentares menos danosas.

No primeiro estudo observámos evidências de que apesar de afirmarem um conjunto de deveres e responsabilidades morais relativamente à protecção do ambiente, à promoção da saúde pública, e à protecção dos animais, os participantes manifestaram também sinais de desvinculação moral acerca do consumo de carne. O recurso a estes aparentes padrões de desvinculação moral – i.e., reconstrução e justificação das práticas, ocultação da responsabilidade, desconsideração das consequências, e evitamento e dissociação –, pareceu surgir associado à falta de abertura para considerar alterar hábitos.

Estes resultados podem ser vistos como indicadores de vácuo ou hipocrisia moral, mas também como sinais de mudança e progresso a respeito da forma como as pessoas se posicionam em relação às ideias de protecção da natureza e sustentabilidade ambiental, ao conceito de saúde pública, e a novos modelos de relação e interacção entre humanos e outros animais.

Palavras-chave: Sustentabilidade ambiental, saúde pública, relações humanos-animais, consumo de carne, desvinculação moral.

Abstract

Harmful but culturally cherished practices often endure in spite of the damages they cause. Current meat production and consumption patterns are increasingly becoming one of such cases, being associated with significant problems of environmental unsustainability, public health degradation, and animal suffering. This text presents a general introduction and proposal for discussion drawing from the initial results of a research project aimed at contributing to a better understanding of the psychosocial factors that may facilitate or hinder behavior changes towards less harmful dietary choices.

Among our findings was evidence that while consumers may affirm holding moral duties towards protecting the environment, promoting public health, and safeguarding animals from harm, they may also show signs of moral disengagement about meat eating. Resorting to a set of apparent disengagement mechanisms – i.e., reconstrual of the harmful conduct, obscuring personal responsibility, disregarding the negative consequences, and avoidance and dissociation –, seemed to be associated with a lack of willingness to consider changing habits.

These results may be seen as indicating moral vacuum or hypocrisy, but also as signs of change and progress considering how consumers position themselves with respect to nature protection and environmental sustainability, the concept of public health, and new models of relationship and interaction between humans and other animals.

Keywords: Environmental sustainability, public health, human-animal relationships, meat eating, moral disengagement.

1. Introdução: Carne, para além do prato

Os actuais (e previstos) padrões de produção e consumo de carne têm sido crescentemente associados a problemas significativos às escalas global e local em três domínios: 1) disrupção da natureza e insustentabilidade ambiental; 2) degradação da saúde pública; e 3) inflicção de morte e sofrimento em animais sencientes. No entanto, a maioria dos consumidores continua a não estar disposta a transitar para dietas à base de alimentos de origem vegetal (nas quais podem incluir-se o vegetarianismo e o veganismo), e muitas pessoas não vêem as suas práticas alimentares como uma questão ética, apesar dos danos que estas possam implicar. O presente texto apresenta uma introdução geral e proposta de reflexão relativamente aos primeiros resultados de um projecto de investigação cujo objectivo é contribuir para uma melhor compreensão dos factores psicossociais que podem facilitar ou dificultar mudanças rumo a escolhas alimentares menos danosas.

Carne e o ambiente

A generalidade das discussões acerca da (in)sustentabilidade dos actuais e previstos padrões de estilo de vida e desenvolvimento humano centra-se frequentemente em temas como os transportes e a dependência energética de recursos fósseis, ou a separação e gestão de resíduos. No entanto, a produção e o consumo em massa de alimentos de origem animal têm sido associados a problemas ambientais muito significativos em todas as escalas, desde a local à global, ao nível da degradação de terrenos aráveis, mudanças climáticas, poluição atmosférica, poluição e destruição de recursos hídricos, e perda da biodiversidade.¹

Por exemplo, a indústria de produção de carne é responsável pela emissão de entre 18% a 51% do total anual de gases com efeito de estufa emitidos pela actividade humana (e mesmo os valores apontados nas estimativas mais baixas são superiores às emissões de todo o sector dos transportes em conjunto)², e pela mobilização antropogénica de cerca de 63% do total anual de nitrogénio reactivo, que contribui para o aquecimento global, perda de biodiversidade e chuvas ácidas, entre outros problemas³. Adicionalmente, para produzir a mesma quantidade de proteínas e calorias para consumo humano, os alimentos de origem animal implicam custos extremamente elevados em recursos escassos como terrenos aráveis, recursos hídricos e combustíveis fósseis, em comparação com os alimentos de origem vegetal.⁴ Estes recursos escassos

são utilizados para produzir cereais e ração para alimentar os animais na indústria pecuária, quando poderiam ser canalizados para produzir alimentos de origem vegetal nutricionalmente equivalentes directamente para consumo humano, diminuindo muito significativamente o desperdício e a ineficiência.⁵

Carne e saúde pública

As Doenças Não-Transmissíveis (DNT) são, actualmente, a maior causa de morte identificada em todo mundo, provocando mais mortes do que todas as outras causas juntas.⁶ No continente europeu, as estimativas indicam que as cinco principais DNT – doenças cardiovasculares, cancro, diabetes, doenças respiratórias crónicas e doenças cerebrais degenerativas – são responsáveis por 86% do total de mortes e 77% da totalidade dos encargos com a saúde.⁷ Embora tenham atingido proporções epidémicas, o consenso entre as ciências da saúde é de que estes números poderiam ser significativamente reduzidos diminuindo a exposição aos seus factores de risco. E a alimentação inadequada é unanimemente apontada como um dos maiores factores de risco para o desenvolvimento de DNT.⁸

Os regimes alimentares à base de produtos de origem animal, particularmente com elevados níveis de consumo de carne e lacticínios, são cada vez mais apontados como inadequados do ponto de vista nutricional⁹. Por exemplo, a incidência de problemas cardíacos surge há bastante tempo associada a este tipo de dieta; mesmo após controlar factores como a classe social, tabagismo, e índice de massa corporal, persistem níveis mais elevados de risco de doença isquémica entre indivíduos com uma alimentação convencional (ocidental), comparando com indivíduos que seguem dietas à base de alimentos de origem vegetal.¹⁰ Estas associações também são observadas relativamente a outros problemas de saúde como, por exemplo, vários tipos de cancro, hipertensão arterial, e excesso de peso.¹¹

Em oposição, as dietas à base de alimentos de origem vegetal têm sido apontadas como estando mais alinhadas com as recomendações de saúde pública, em contraste com as dietas convencionais (ocidentais); em parte por poderem exercer um papel protector, ao promover níveis mais elevados de ácido fólico, antioxidantes, fibras, carotenóides e fitoquímicos, mas também porque normalmente conduzem a menores níveis de exposição a componentes nocivos para a saúde como a ingestão de gorduras saturadas, colesterol, e excesso de proteínas animais.¹²

Carne e animais

Durante o século XX, a produção de carne transitou de sistemas extensivos, em pequena escala e maioritariamente para subsistência, para sistemas intensivos, em larga escala e orientados para o mercado. Actualmente, as estimativas indicam que cerca de 65,000,000,000 animais terrestres são abatidos todos os anos na indústria pecuária.¹³ Esta transição teve enormes implicações sociais, económicas e ambientais, mas também afectou muito significativamente as vidas dos animais que são usados na indústria. Entre estas implicações encontram-se factores como a privação de ar livre e do meio natural de vida, a separação forçada de indivíduos de espécies gregárias, stress, lesões e desconforto provocados por sobrelotação e condições de vida inadequadas, restrição de comportamentos naturais, problemas de saúde provocados por reprodução selectiva, inflicção de comportamentos de auto e hetero agressão, mutilação, e alimentação forçada.¹⁴

Estas implicações revestem-se de particular importância à luz de evidências neurofisiológicas e comportamentais que reforçam a ideia de que os animais, particularmente (mas não só) as aves e os mamíferos, têm a capacidade de experienciar o que lhes acontece.¹⁵ Tendo a capacidade de experienciar, pelo menos, como indicam estas evidências, estados emocionais básicos e sentimentos de dor e prazer, a experiência subjectiva de cada animal de algum modo afectado pela acção humana é passível de melhorar (ou piorar) em função da medida na qual essa acção vai de encontro (ou contraria) as suas necessidades, interesses, e preferências. Nesta sequência, os actuais padrões de produção e consumo em massa de animais e de produtos de origem animal têm sido crescentemente associados à inflicção em massa de dano e sofrimento a animais sencientes.¹⁶

Em oposição, as dietas à base de alimentos de origem vegetal são cada vez mais apontadas como meio de suprir todas as necessidades nutricionais humanas, minimizando ou evitando o sofrimento que as dietas à base de alimentos de origem animal tendem a implicar.¹⁷

2. Como encaramos o que comemos? Desvinculação moral e resistência à mudança rumo a hábitos alimentares menos danosos

Embora uma transição para dietas à base de alimentos de origem vegetal seja cada vez mais apontada como meio de promover benefícios muito significativos, aos níveis global e local, no que respeita à sustentabilidade ambiental, saúde pública, e vida

animal, a maioria dos consumidores não parece disposta a fazer esta transição, e muitas pessoas não vêem as suas escolhas alimentares como uma questão ética, apesar dos danos que estas possam infligir. Com efeito, as dietas à base de produtos de origem animal, particularmente no que respeita ao consumo de carne, continuam a ser práticas generalizadas e muito apreciadas, principalmente nas sociedades ocidentais, mas também, cada vez mais, em países que estão a tornar-se economicamente mais afluentes.¹⁸

Será que os consumidores não estão dispostos a mudar apenas porque não têm conhecimento?

É muito provável que muitos consumidores não tenham conhecimento dos danos associados aos actuais padrões de produção e consumo de carne, e que isso desempenhe um papel central na ausência de disposição para a mudança. Mas como reagirão ao ter acesso a essa informação? Quão disponíveis estarão para considerar alterar os seus hábitos e comportamentos? As evidências indicam que o mero conhecimento e exposição à informação podem não ser suficientes para ajudar as pessoas a reconhecer os impactos dos seus hábitos alimentares para a natureza e o ambiente, a saúde pública, e os animais, e considerarem alterar as suas escolhas. Mesmo entre os consumidores que manifestam preocupação acerca dos danos infligidos em algumas destas áreas, muitas vezes o seu comportamento parece não ser consonante com as suas preocupações.¹⁹

Será que os consumidores não estão dispostos a mudar simplesmente porque não se importam?

É quase certo que a indiferença desempenha um papel fundamental na falta de disposição para adoptar mudanças pessoais para benefício do ambiente, da saúde pública, ou dos animais. Ainda assim, actualmente muitas pessoas acreditam que a protecção ambiental, a promoção da saúde, e a protecção de animais vulneráveis são objectivos louváveis, e muitas até se identificam pessoalmente com alguns destes princípios. Com efeito, no que respeita à preocupação com os animais, existe inclusivamente um conjunto crescente de resultados experimentais na área da psicologia que apontam para a existência de um conflito moral acerca do consumo de carne, devido ao facto de muitas pessoas gostarem de animais e, ao mesmo tempo, gostarem de comê-los.²⁰ Os autores chamam a este fenómeno o “Paradoxo da Carne” (*Meat Paradox*). Mas uma vez que este é um domínio de investigação bastante recente, muitas

perguntas relativas às percepções dos consumidores acerca dos impactos da carne, e da sua disposição para mudar hábitos alimentares, permanecem por explorar e responder.

Resistência à mudança rumo a hábitos alimentares menos danosos: um caso de desvinculação moral?

Partindo das evidências que apontam para a possibilidade de existência de um conflito moral acerca do consumo de carne, procurámos contribuir para uma melhor compreensão dos factores que podem afectar as percepções dos consumidores, e a respectiva disposição para a mudança, à luz de alguns princípios teóricos da psicologia na área da auto-regulação do comportamento moral, nomeadamente a Teoria da Desvinculação Moral (*Moral Disengagement Theory*).²¹ Um dos principais postulados deste quadro teórico é que o processo de auto-regulação do comportamento moral pode ser selectivamente desactivado. Isto permite aos indivíduos adoptar e manter comportamentos danosos que vão de encontro aos seus interesses e preferências, ainda que contrariem os seus próprios princípios morais, sem que sintam culpa ou desconforto psicológico. O processo de desvinculação moral opera, então, através de um conjunto de mecanismos que podem centrar-se na reconstrução cognitiva da conduta danosa, para que esta não seja vista como imoral apesar do dano que implica; na ocultação da responsabilidade pessoal, de modo a minimizar o seu próprio papel na inflicção de dano; na desconsideração das consequências negativas associadas à sua conduta; ou na culpabilização das vítimas do comportamento danoso.

Seguindo a Teoria da Desvinculação Moral como quadro de referência, no estudo a que se refere este texto introdutório explorámos: (1) os deveres morais que os consumidores afirmam deter face à natureza e o ambiente, à saúde pública, e aos animais (por exemplo, comportamentos ou formas de estar que pessoalmente consideram certos/adequados/desejáveis vs. comportamentos ou formas de estar que pessoalmente consideram errados/adequados/indesejáveis); e (2) as suas percepções acerca dos impactos dos actuais padrões de produção e consumo de carne, e respectiva disposição para alterar hábitos.²² A amostra foi constituída por 40 participantes (dos sexos masculino e feminino, consumidores de carne, com idades compreendidas entre os 18 e os 54 anos), recrutados no contexto universitário e em centros de formação profissional. Foi-lhes dito que iriam participar num estudo com o objectivo de conhecer as opiniões das pessoas sobre o impacto de diferentes estilos de vida e comportamentos no ambiente, saúde pública, ou animais. Os participantes foram divididos por 6 grupos

de discussão (*focus groups*; dois focados sobretudo nas questões ambientais, dois nas questões de saúde pública, e dois nos animais). Cada participante participou apenas em um dos grupos.

Em cada grupo de discussão, numa primeira fase explorámos as representações e deveres morais percebidos em relação ao ambiente, saúde, ou animais, respectivamente (por exemplo, nos grupos focados nos animais: “Quando pensam acerca dos animais, que pensamentos ou ideias vos vêm à mente?”; “Em que medida consideram que temos algum tipo de dever ou responsabilidade em relação à forma como nos relacionamos com os animais?”; “Como devemos tratá-los? Porquê?”). Numa segunda fase, foi-lhes dito que naquele grupo em concreto gostaríamos de ouvir as suas opiniões acerca do impacto de diferentes práticas alimentares no respectivo tópico em discussão, e direccionámos a discussão para o consumo de carne (por exemplo, nos grupos focados nos animais: “Em que medida consideram que os actuais padrões de produção e consumo de carne podem afectar os animais?”; “Como poderíamos minimizar os danos?”; “Estariam dispostos a alterar hábitos para minimizar danos? Porquê?”). Os dados foram transcritos e analisados de acordo com os procedimentos propostos na metodologia da Análise Temática (*Thematic Analysis*).²³

Entre os resultados observados, verificou-se que apesar de afirmarem um conjunto de deveres e responsabilidades morais relativamente à preservação da natureza e sustentabilidade ambiental, promoção da saúde pública numa lógica de responsabilidade partilhada entre indivíduo e esferas públicas, e protecção e não-violência em relação aos animais, os participantes manifestaram também fortes sinais de desvinculação moral acerca do consumo de carne. Estes sinais de desvinculação moral corresponderam a um conjunto de padrões de resposta análogos aos propostos no quadro teórico de referência, nomeadamente: “Sim, mas...” – reconstrução da conduta danosa; “Não depende de mim” – ocultação da responsabilidade pessoal; “Não é assim tão mau” – desconsideração das consequências negativas; e “Não quero pensar nisso” – evitamento activo e dissociação –, um mecanismo não contemplado especificamente no quadro de referência original, mas consonante com os princípios propostos pela teoria. Apresentamos seguidamente uma breve e geral descrição introdutória a cada um dos padrões aqui citados, que correspondem aos principais resultados observados.

O padrão de resposta mais transversalmente observado em todos os grupos de discussão correspondeu à reconstrução da conduta danosa (“Sim, mas...”), referindo-se à tendência de justificar e legitimar os actuais modelos de produção e consumo de

carne, mesmo reconhecendo-os como potencialmente danosos. Esta justificação concretizou-se por três vias diferentes – “Sim, mas... temos uma razão”, enquadrando a produção e o consumo de carne como servindo propósitos nobres e elevados (e.g., sustento; tradição), ou mesmo imperativos (e.g., sobrevivência; evolução), que se sobrepõem aos danos infligidos, retratando-os como um *trade-off* ou um meio de atingir um fim; “Sim, mas... não há alternativa”, desconsiderando e por vezes até ridicularizando eventuais alternativas aos actuais padrões de produção e consumo, associando-as a práticas alimentares irrealistas, radicais, ou altamente artificiais e adulteradas; e “Sim, mas... há coisas piores”, comparando e relativizando os danos infligidos pela produção e consumo de carne com problemas que eram enquadrados como mais importantes, ou infligindo danos ainda maiores.

Por sua vez, a ocultação da responsabilidade pessoal (“Não depende de mim”) referiu-se à tendência para encobrir ou transferir a responsabilidade quer em relação aos danos infligidos, quer à possibilidade de mudar hábitos pessoais. Este padrão concretizou-se através de duas vias diferentes – “Culpem a produção em massa (não o consumo)”, imputando o ónus dos danos exclusivamente aos sistemas de produção intensiva e, paralelamente, minimizando o papel das escolhas realizadas enquanto utilizador/consumidor individual; e, na mesma linha, “A responsabilidade é deles”, atribuindo a responsabilidade de promover e impor mudanças sobretudo para esferas legais, entidades públicas ou educacionais, os próprios sistemas de produção, ou profissionais de determinadas áreas de especialização, mais uma vez rejeitando o papel das escolhas realizadas enquanto utilizador/consumidor individual.

A desconsideração das consequências negativas (“Não é assim tão mau”) correspondeu à tendência para minimizar os impactos negativos associados aos actuais modelos de produção e consumo. Esta desconsideração concretizou-se através de duas vias distintas – “O que hoje é verdade, amanhã é mentira”, enquadrando eventuais evidências acerca dos danos como pseudociência, factos que podem eventualmente mudar com o tempo, ou resultados que podem não ser aplicáveis a diferentes contextos ou pessoas; e “A carne é feliz”, recorrendo à ideia de que os sistemas de produção seguem um conjunto de leis e recomendações que asseguram o bem-estar e a ausência de sofrimento dos animais.

O último padrão aqui apresentado, evitamento activo e dissociação (“Não quero pensar nisso”), diz respeito à tendência para dissociar e evitar discutir os danos dos actuais modelos de produção e consumo de carne. Concretizou-se sobretudo através da

expressão de desconforto, evitamento activo da informação, e dissociação relativamente a estímulos/informações associados à vida e à morte dos animais utilizados para fins alimentares.

3. Desvinculação moral no consumo de carne: hipocrisia ou sinal de mudança?

Entre os principais resultados observados no estudo que aqui, de forma breve, introduzimos, destaca-se a evidência de que apesar de afirmarem um conjunto de deveres morais relativamente à protecção da natureza e do ambiente, à promoção da saúde pública, e à protecção dos animais, os participantes expressaram um conjunto de padrões análogos a mecanismos de desvinculação moral a respeito do consumo de carne. O recurso a estes padrões de reconstrução e justificação das práticas, ocultação da responsabilidade, desconsideração das consequências, e evitamento e dissociação, pareceu surgir associado à falta de abertura para considerar adoptar hábitos alimentares menos danosos. O que vai de encontro aos principais postulados da Teoria da Desvinculação Moral, que sugere que o processo de auto-regulação moral pode ser selectivamente desactivado, de forma a evitar ou neutralizar sentimentos de dissonância e desconforto psicológico quando um indivíduo é levado a considerar os danos associados a um determinado hábito ou comportamento.²⁴

Estes resultados também reforçam a ideia de que o conhecimento dos danos pode não ser suficiente para ajudar os consumidores a reconhecer os impactos dos seus hábitos e comportamentos, e a considerarem alterar as suas escolhas rumo à minimização das consequências negativas. Isto parece verificar-se mesmo em relação a temas, domínios, ou entidades que os próprios investem de relevância moral, e em relação aos quais afirmam um conjunto de deveres pessoais. Estas ideias podem ainda ajudar a compreender e explicar a razão pela qual muitas pessoas não vêem as suas escolhas alimentares como uma questão ética ou moral, apesar dos danos que estas possam efectivamente implicar.

As conclusões a retirar das evidências observadas a partir do estudo que aqui é introduzido constituem não um ponto de chegada, mas antes um ponto de partida. E partindo deste ponto, impõe-se uma reflexão que necessariamente antecede as considerações teóricas e metodológicas que informam o planeamento de estudos seguintes.

Por um lado, estas evidências podem ser vistas como sinais de vácuo ou, num certo sentido, hipocrisia moral.²⁵ De acordo com esta visão, a ênfase é colocada na inconsistência entre princípios morais e o comportamento propriamente dito, e na tendência para recorrer a um sofisticado sistema de autoprotecção, desresponsabilização e legitimação dos respectivos danos, numa espécie de racionalização *a posteriori*. Neste seguimento, o próprio conceito de auto-regulação moral, no verdadeiro sentido do termo, não pode deixar de ser colocado em causa. A auto-regulação do comportamento moral poderá, então, ser determinada em maior medida pelos hábitos, normas e convenções sociais percebidas a respeito de determinada escolha ou comportamento, neste caso o consumo de carne, e menos por noções de dever e princípios ao considerar (ou ser convidado a considerar) os impactos que essas escolhas e comportamentos podem implicar.

Por outro lado, estas mesmas evidências podem ser vistas também como sinais de mudança e progresso a respeito da forma como as pessoas se posicionam em relação às ideias de protecção da natureza e sustentabilidade ambiental, ao conceito de saúde pública, e a novos modelos de relação e interacção entre humanos e outros animais. Com efeito, numa perspectiva histórica e cultural, não é difícil reconhecer a ocorrência de grandes e profundas mudanças a estes três níveis no último século, e até nas últimas décadas. Tendo este quadro temporal como referência, apenas relativamente recentemente se iniciou a consciencialização em larga escala para as questões ambientais²⁶, para os hábitos e estilos de vida associados ao risco de sofrer doenças não transmissíveis, por vezes também chamadas de “doenças da riqueza”²⁷, e para a rejeição de modelos de exploração e domínio coercivo dos animais por parte dos humanos²⁸. Em termos geracionais, é expectável que a transição para hábitos e estilos de vida mais harmonizados com as ideias que começam a surgir como “certas”, “boas” e “desejáveis”, a estes três níveis, impliquem mudanças que estarão longe de ser imediatas, principalmente quando em conflito com hábitos, normas, e rotinas mais enraizadas e de difícil substituição, como é o caso das práticas alimentares e, especificamente, o consumo de carne. Neste seguimento, as evidências que apontam para a existência de desvinculação moral podem, então, constituir-se elas próprias enquanto sinal de mudança e progresso, na medida em que para haver desvinculação em relação a uma ideia ou princípio, também há, em algum momento e em alguma medida, algum tipo de identificação com essa mesma ideia ou princípio.

Se for este o caso, é provável que a exposição a estímulos e mensagens percebidas como críticas e acusatórias a respeito de determinado comportamento possam constituir uma ameaça ao autoconceito do indivíduo e desencadear um processo de autoprotecção, reforçando os mecanismos de desvinculação moral e bloqueando o processo de mudança. Esta lógica de acusação pode, assim, alimentar sentimentos de reactância e prejudicar o processo de identificação com as ideias e valores mais progressistas, bem como a adopção de novos hábitos e comportamentos.

Por sua vez, a exposição a estímulos e mensagens que reforcem a internalização destas ideias e valores numa lógica de sensibilização, aceitação e encorajamento, poderá favorecer a disposição para a mudança e minimizar o potencial de reactância e desvinculação. Facilitando, assim, a transição para hábitos e estilos de vida mais harmonizados com estes novos valores e ideias, e reforçando a afirmação e generalização de novos modelos de interacção com a natureza e o ambiente, responsabilização na saúde, e respeito pelos animais.

Estas hipóteses constituem um convite a uma reflexão inicial acerca destes resultados, e destacam a necessidade de avançar na compreensão dos factores psicossociais que podem facilitar ou obstruir mudanças a este nível. Os próximos passos mais imediatos passam por refinar e robustecer o construto teórico que começa a emergir no estudo que aqui introduzimos, e compreender em que medida estes aparentes mecanismos de desvinculação efectivamente predizem a resistência à mudança, em interacção com outros construtos e dimensões que poderão acrescentar capacidade explicativa.

“It’s better to light a candle than to curse the darkness”

PETER BENENSON

Referências (em nota de fim)

¹ Henning Steinfeld, Harold A. Mooney, Laurie E. Neville, Pierre Gerber, and Richard Reid. *Livestock in a Changing Landscape – UNESCO-SCOPE-UNEP Policy Briefs Series, Policy Brief no. 6*. UNESCO-SCOPE-UNEP, 2008.

² E.g., Henning Steinfeld, Pierre Gerber, T. D. Wassenaar, Vincent Castel, and Cees De Haan. *Livestock's Long Shadow: Environmental Issues and Options*. Food & Agriculture Organisation, 2006; Goodland, Robert, and Jeff Anhang. *Livestock and Climate Change: What if the Key Actors in Climate Change are.... Cows, Pigs, and Chickens?*. World Watch, 2009.

³ E.g., Nathan Pelletier, and Peter Tyedmers. 'Forecasting Potential Global Environmental Costs of Livestock Production 2000–2050'. *Proceedings of the National Academy of Sciences* 107, no. 43 (2010): 18371-18374.

⁴ David Pimentel, and Marcia Pimentel. 'Sustainability of Meat-based and Plant-based Diets and the Environment'. *The American Journal of Clinical Nutrition* 78, no. 3 (2003): 660S-663S.

⁵ Henning Steinfeld, Harold A. Mooney, Laurie E. Neville, Pierre Gerber, and Richard Reid. *Livestock in a changing landscape landscape – UNESCO-SCOPE-UNEP Policy Briefs Series, Policy Brief no. 6*. UNESCO-SCOPE-UNEP, 2008; David Pimentel, and Marcia Pimentel. 'Sustainability of Meat-based and Plant-based Diets and the Environment'. *The American Journal of Clinical Nutrition* 78, no. 3 (2003): 660S-663S.

6 World Health Organization (WHO). *Global status report on noncommunicable diseases 2010*. World Health Organization, 2011.

7 World Health Organization (WHO). *Action Plan for Implementation of the European Strategy for the Prevention and Control of Noncommunicable Diseases 2012–2016*. World Health Organization, 2011.

⁸ World Health Organization (WHO). *Global status report on noncommunicable diseases 2010*. World Health Organization, 2011; World Health Organization (WHO). *Action Plan for Implementation of the European Strategy for the Prevention and Control of Noncommunicable Diseases 2012–2016*. World Health Organization, 2011.

9 Thomas C. Campbell, and Thomas M. Campbell. *The China Study: Startling Implications for Diet, Weight Loss and Long-term Health*. Wakefield Press, 2007.

¹⁰ E.g., Gary E. Fraser. 'Associations between Diet and Cancer, Ischemic Heart Disease, and All-cause Mortality in Non-Hispanic White California Seventh-day Adventists'. *The American journal of clinical nutrition* 70, no. 3 (1999): 532s-538s; Paul N. Appleby, Gwyneth K. Davey, and Timothy J. Key. 'Hypertension and Blood Pressure among Meat Eaters, Fish Eaters, Vegetarians and Vegans in EPIC–Oxford'. *Public Health Nutrition* 5, no. 05 (2002): 645-654.

¹¹ E.g., Joan Sabaté, and Michelle Wien. 'Vegetarian Diets and Childhood Obesity Prevention'. *The American Journal of Clinical Nutrition* 91, no. 5 (2010): 1525S-1529S; Paul N. Appleby, Gwyneth K. Davey, and Timothy J. Key. 'Hypertension and Blood Pressure among Meat Eaters, Fish Eaters, Vegetarians and Vegans in EPIC-Oxford'. *Public Health Nutrition* 5, no. 05 (2002): 645-654; Gary E. Fraser "Associations between diet and cancer, ischemic heart disease, and all-cause mortality in non-Hispanic white California Seventh-day Adventists." *The American journal of clinical nutrition* 70, no. 3 (1999): 532s-538s.

¹² Emma Lea, and Anthony Worsley. 'Influences on Meat Consumption in Australia'. *Appetite* 36, no. 2 (2001): 127-136; Joan Sabaté. 'The Contribution of Vegetarian Diets to Health and Disease: A Paradigm Shift?'. *The American Journal of Clinical Nutrition* 78, no. 3 (2003): 502S-507S; Gary E. Fraser "Vegetarian diets: what do we know of their effects on common chronic diseases?." *The American journal of clinical nutrition* 89, no. 5 (2009): 1607S-1612S.

¹³ 'FAOSTAT', United Nations Food and Agriculture Organization, acessado em 8 de Março de 2013, <http://faostat.fao.org/site/569/DesktopDefault.aspx?PageID=569#ancor>

¹⁴ Cf., Jonathan Safran Foer. *Eating Animals*. Penguin, 2010.

¹⁵ Ian Duncan. 'The Changing Concept of Animal Sentience'. *Applied Animal Behaviour Science* 100, no. 1 (2006): 11-19; A. Prunier, L. Mounier, P. Le Neindre, C. Leterrier, P. Mormède, V. Paulmier, P. Prunet, C. Terlouw, and R. Guatteo. 'Identifying and Monitoring Pain in Farm Animals: A Review'. *Animal: An International Journal of Animal Bioscience* (2012): 1-13.

¹⁶ E.g., Jonathan Safran Foer. *Eating Animals*. Penguin, 2010.

¹⁷ Matthew B. Ruby. "Vegetarianism. A blossoming field of study." *Appetite* 58, no. 1 (2012): 141-150; Peter Singer, and Jim Mason. *The ethics of what we eat: Why our food choices matter*. Rodale, 2007.

¹⁸ Nathan Pelletier, and Peter Tyedmers. 'Forecasting Potential Global Environmental Costs of Livestock Production 2000–2050.' *Proceedings of the National Academy of Sciences* 107, no. 43 (2010): 18371-18374.

¹⁹ Lotte Holm, and M. Mohl. 'The Role of Meat in Everyday Food Culture: an Analysis of an Interview Study in Copenhagen'. *Appetite* 34, no. 3 (2000): 277-284; Wim Verbeke, Federico JA Pérez-Cueto, Marcia D. de Barcellos, Athanasios Krystallis, and Klaus G. Grunert. 'European Citizen and Consumer Attitudes and Preferences Regarding Beef and Pork'. *Meat Science* 84, no. 2 (2010): 284-292.

²⁰ Steve Loughnan, Nick Haslam, and Brock Bastian. 'The Role of Meat Consumption in the Denial of Moral Status and Mind to Meat Animals'. *Appetite* 55, no. 1 (2010): 156-159; Brock Bastian, Steve Loughnan, Nick Haslam, and Helena RM Radke. 'Don't Mind Meat? The Denial of Mind to Animals Used for Human Consumption'. *Personality and Social Psychology Bulletin* 38, no. 2 (2012): 247-256.

-
- ²¹ Albert Bandura. 'Moral Disengagement in the Perpetration of Inhumanities'. *Personality and Social Psychology Review* 3, no. 3 (1999): 193-209.
- ²² Manuscrito em preparação para submissão: Moral disengagement in harmful but cherished food practices? An exploration into the case of meat.
- ²³ Cf. Braun, Virginia, and Victoria Clarke. "Using thematic analysis in psychology." *Qualitative research in psychology* 3, no. 2 (2006): 77-101.
- ²⁴ Albert Bandura. 'Moral Disengagement in the Perpetration of Inhumanities'. *Personality and Social Psychology Review* 3, no. 3 (1999): 193-209; Albert Bandura. 'Selective Activation and Disengagement of Moral Control'. *Journal of Social Issues* 46, no. 1 (1990): 27-46.
- 25 Daniel Batson, Elizabeth R. Thompson, Greg Seufferling, Heather Whitney, and Jon A. Strongman. "Moral hypocrisy: appearing moral to oneself without being so." *Journal of personality and social psychology* 77, no. 3 (1999): 525.
- 26 Daniel T. Blumstein, and Charlie Saylan. "The failure of environmental education (and how we can fix it)." *PLoS Biology* 5, no. 5 (2007): e120.
- 27 Hubert Carey Trowell, and Denis Parsons Burkitt, eds. *Western diseases: their emergence and prevention*. Harvard University Press, 1981.
- ²⁸ Marc Bekoff, ed. *Encyclopedia of animal rights and animal welfare*. ABC-CLIO, 2009.