Veganismo em São Paulo: a nova fronteira da gastronomia urbana

Autor(res)

Michel Dos Reis Da Silva
Marcio Félix Rocha Madeira
Lucas Apolinário Nogueira

Categoria do Trabalho

Trabalho Acadêmico

Instituição

FACULDADE ANHANGUERA DE GUARULHOS

Introdução

O veganismo surge em meio de 1944 através de membros de uma sociedade vegetariana não-laticínios do Reino Unido que define como filosofia de vida um modo de viver sem nada que tenha origem de animais, extinguindo do seu cotidiano tudo que tenha origem de qualquer tipo de animais.
Durante a criação dessa nova filosofia o grupo percebeu que precisavam de uma nova palavra que os definissem, após algumas palavras serem rejeitadas, decidiram aderir a palavras “vegan” que é a mistura de início e fim da palavra “vegetarian”.
A definição de o que é o veganismo veio mudando conforme o passar dos anos, foram aprimorando e modificando, assim em 1988 foi definida a definição que permanece até hoje: Uma filosofia e um modo de vida que busca excluir — na medida do possível e praticável — todas as formas de exploração e crueldade contra animais para alimentação, vestuário ou qualquer outro propósito; e, por extensão, promove o desenvolvimento e o uso de alternativas sem animais para o benefício de humanos, animais e do meio ambiente. Em termos dietéticos, denota a prática de dispensar todos os produtos derivados total ou parcialmente de animais.
Apesar de não ter nenhum órgão que realiza pesquisa sobre a quantidade de veganos no Brasil, estima se que dos 30 milhões de veganos que existem no Brasil, aproximadamente cerca de 7 milhões são veganos, esses valores são baseadas em pesquisas realizadas em outros países onde há estimativas de que cerca de 33% da população vegetariana também são vegana.
Além disso, não só o brasileiro passou a adotar a filosofia vegana, mas algumas empresas já começaram a desenvolver e passar a se adaptar para o público vegano.

Segundo dados do Ministério da Fazenda, o número de empresas abertas com o termo “vegano” no nome cresceu mais de 500% nos últimos 10 anos. Estadão.com, 2023.

Objetivo

Compreender percepções, desafios e estratégias relacionadas ao veganismo no contexto urbano, priorizando a interpretação e a descrição dos fenômenos em vez de sua quantificação.

Material e Métodos

Este artigo adota uma abordagem qualitativa e exploratória, voltada à análise da cena vegana na cidade de São Paulo. A escolha dessa abordagem justifica-se pelo objetivo de compreender percepções, desafios e estratégias relacionadas ao veganismo no contexto urbano, priorizando a interpretação e a descrição dos fenômenos em vez de sua quantificação. O objeto de estudo concentra-se no movimento vegano paulistano, considerando especialmente a persistência de preconceitos e estigmas, a relevância das feiras e eventos como espaços de conscientização e a atuação dos restaurantes na promoção da diversidade e da inovação gastronômica.

Para alcançar tais objetivos, foram utilizados procedimentos metodológicos baseados em pesquisa bibliográfica, documental e descritiva. A pesquisa bibliográfica foi realizada a partir da leitura de artigos acadêmicos, livros e teses que discutem temas como veganismo, cultura alimentar e preconceitos sociais (Moura & Silva, 2021; Soares, 2023; Penteado, 2021). A pesquisa documental baseou-se em relatórios e dados institucionais disponibilizados por entidades como a Sociedade Vegetariana Brasileira (SVB, 2023), permitindo identificar estatísticas e tendências de consumo. Já a pesquisa descritiva incluiu a análise de experiências práticas, como a realização do Vegfest e da Feira de Produtos Orgânicos do Parque da Água Branca, além do funcionamento de restaurantes especializados que compõem o cenário vegano da capital.

Os dados foram analisados de forma interpretativa e descritiva, organizados em categorias temáticas que contemplam preconceito e estigmatização, estratégias de conscientização e pluralidade gastronômica. Essa abordagem possibilitou a articulação entre informações teóricas, documentais e empíricas, fornecendo uma visão ampla sobre a consolidação e os desafios do veganismo em São Paulo.

Resultados e Discussão

A análise desenvolvida neste artigo demonstrou que a cidade de São Paulo se consolidou como um dos principais polos do veganismo no Brasil, reunindo ampla diversidade de restaurantes, feiras e eventos dedicados à

alimentação baseada em vegetais. Essa pluralidade reflete não apenas o crescimento da demanda por alternativas éticas e sustentáveis, mas também a criatividade e a inovação que caracterizam a gastronomia vegana paulistana.

Apesar dos avanços, o estudo evidenciou que persistem barreiras significativas relacionadas ao preconceito, à desinformação e aos estigmas sobre nutrição e sabor. Pesquisas apontam que grande parte da população ainda associa o veganismo à dificuldade de adesão ou à falta de valor nutricional, o que contribui para reforçar resistências sociais. Tais percepções revelam que a expansão do movimento depende não somente da oferta de produtos, mas também da construção de conhecimento e da desconstrução de estereótipos.

Nesse contexto, feiras, eventos e restaurantes desempenham papel estratégico, atuando como espaços de conscientização e experimentação, capazes de aproximar diferentes públicos do veganismo. Além disso, iniciativas educativas e a valorização de insumos locais se mostram fundamentais para democratizar o acesso e ampliar a representatividade, fortalecendo o movimento em seus aspectos sociais, culturais e econômicos.

Conclusão

Conclui-se, portanto, que São Paulo apresenta um terreno fértil para o fortalecimento do veganismo, mas os desafios relacionados à aceitação social ainda demandam estratégias consistentes de informação e inclusão. As considerações levantadas neste artigo indicam a necessidade de ampliar pesquisas futuras, que possam analisar de forma mais aprofundada os impactos socioeconômicos do veganismo, bem como a diversidade de públicos envolvidos no processo de consolidação dessa prática alimentar.

Referências

COSTA, L.; ALMEIDA, R.; FERREIRA, M. Educação alimentar e a disseminação do veganismo em grandes centros urbanos. São Paulo: Editora UNESP, 2022.

FEIRA DE PRODUTOS ORGÂNICOS DO PARQUE DA ÁGUA BRANCA. Feira de Produtos Orgânicos. São Paulo: Prefeitura de São Paulo, 2025.

MOURA, P.; SILVA, T. Percepções e preconceitos sobre dietas veganas: um estudo em centros urbanos brasileiros. Revista Brasileira de Nutrição, v. 34, n. 2, p. 145–158, 2021.

NATIONAL GEOGRAPHIC BRASIL. O que é veganismo? Redação National Geographic Brasil, 1 de nov. 2022. Atualizado em: 2 de out. 2024. Disponível em: National Geographic Brasil. Acesso em: 21 ago. 2025.

PENTEADO, F. Gastronomia vegana: inovação e criatividade em restaurantes urbanos. Revista Gastronomia e Cultura, v. 12, n. 1, p. 22–35, 2021.
PÓS-GRADUAÇÃO Cândido Mendes. Mercado vegano no Brasil: crescimento exponencial e demanda por produtos alternativos. Disponível em: Portal da Pós-Graduação Cândido Mendes. Acesso em: 22 ago. 2025.
SOCIEDADE VEGETARIANA BRASILEIRA (SVB). Pesquisa sobre consumo e percepção de produtos veganos no Brasil. 2023. Disponível em: https://svb.org.br. Acesso em: 20 ago. 2025.
SOARES, C. Veganismo, representatividade e inclusão social. Revista Brasileira de Estudos Sociais, v. 8, n. 1, p. 55–70, 2023.
VEGFEST SP. Vegfest São Paulo 2025. Disponível em: https://vegfest.com.br. Acesso em: 19 ago. 2025.
The Vegan Society. Definition of veganism. Disponível em: The Vegan Society. Acesso em: 21 ago. 2025.