



UNIVERSIDADE FEDERAL DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO

CENTRO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS - CCBS

ESCOLA DE NUTRIÇÃO

Marina Franzmann Sobucki

Alimentação e Religiosidade: Percepção e abordagem por estudantes e nutricionistas durante o atendimento

RIO DE JANEIRO

2024



Marina Franzmann Sobucki

**Alimentação e Religiosidade:** Percepção e abordagem por estudantes e nutricionistas durante o atendimento

Trabalho de conclusão de Curso apresentado à Escola de Nutrição da Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro, como requisito parcial para obtenção do grau de Bacharelado em Nutrição.

Orientadora: Professora Dra. Elaine Cristina de Souza Lima

Co Orientadores: Professor Dr. Leandro de Martino Mota  
e Professor Dr. Marcelo Castanheira Ferreira

RIO DE JANEIRO

2024

*“A menos que modifiquemos a nossa maneira de pensar, não seremos capazes de resolver os problemas causados pela forma como nos acostumamos a ver o mundo”.*

*(Albert Einstein)*

## AGRADECIMENTOS

Admito ter passado uma boa parte do tempo lendo outros agradecimentos para que pudesse me inspirar e confesso que não ajudou muito, já que é algo que precisa vir de dentro e ser único.

Bom, dedico meu principal agradecimento aos meus Orixás, Àqueles que estão comigo quando tenho a sensação de estar sozinha, Àqueles que são minha força diária e principal motivo de não desistir nunca, Àqueles que me ensinam, por mais difícil que seja, a importância do meu sagrado, da minha fé, fé essa pela qual me ajoelho e é a mesma que me levanta e tenho tanto orgulho.

Aos meus pais, Marliza e Sergio, minha base, que mesmo longe durante esse processo, sempre estão comigo quando preciso, meus maiores exemplos de amor verdadeiro, união e determinação. A minha madrinha Sandra que é minha segunda mãe e a qual tenho tanto o que agradecer por ser um dos meus pilares nesse processo e ao meu “didi” Sandro que com quilômetros de distância sempre foi minha maior influência no mundo acadêmico.

Agradeço ao meu namorado e noivo Sergio, que esteve comigo todos os dias, dos momentos mais calmos aos mais exaustivos do projeto, que toda vez que eu pensava em querer desistir foi meu farol em meio a neblina mais densa.

Aos meus amigos, que durante a todos esses anos da graduação, uma pandemia mundial e uma greve nacional das universidades tornaram tudo mais leve e com o mentos inesquecíveis a cada semestre, principalmente o meu grupo/“ciclo”: Gabriela, Barros, Vinícius, Davi, Marcelo e Salles.

E por fim, minha gratidão aos orientadores pela paciência, orientação e por compartilharem seu conhecimento. Os quais foram essenciais para a realização deste trabalho. Agradeço pela dedicação em ajudar a alcançar meus objetivos e me instigar diariamente a pesquisar cada vez mais e agradeço principalmente a minha orientadora Elaine por ter me apoiado desde o início, sem ela esse projeto não teria nascido, sou grata por toda troca e oportunidade que tive crescendo nessa jornada, nossa sintonia foi o início de um presente que espero levar para toda vida.

AXÉ

## RESUMO

**Introdução:** A cultura e a crença de um povo são consideradas fatores determinantes na escolha alimentar. Desta forma, pode-se dizer que a religião condiciona a aceitação e a escolha dos alimentos definindo o que pode ou não ser consumido, de que forma, em que momento, em que lugar, por quem e com qual significado. Sendo assim, é perceptível que a temática sobre a capacitação de nutricionistas para o atendimento de indivíduos adeptos à religiões e que possuem alguma restrição alimentar é pouco evidenciado no meio acadêmico ou profissional. **Objetivo:** Abordar a interseção entre práticas religiosas e a orientação nutricional, investigando como os nutricionistas percebem e abordam as preferências alimentares e restrições dietéticas de indivíduos com base em suas crenças religiosas. **Metodologia:** Foi elaborado um questionário de maneira online, adaptado de Nadalini (2009) e Cerqueira (2019), e realizado com profissionais nutricionistas e discentes do curso de graduação em nutrição e através disso, se iniciou uma análise quanti-quali **Resultados:** A análise dos dados revelou tanto uma consciência crescente sobre a relevância das práticas alimentares religiosas quanto uma lacuna significativa na formação e na capacitação para lidar com essas questões de forma eficaz e sensível. O reconhecimento é um passo crucial, pois evidencia uma conscientização sobre a necessidade de considerar a dimensão religiosa no planejamento nutricional. **Considerações Finais:** Ao reconhecer e respeitar as crenças religiosas dos pacientes, os profissionais podem não apenas melhorar a adesão às recomendações nutricionais, mas também contribuir para o bem-estar integral dos indivíduos e para a construção de uma sociedade mais justa e respeitosa.

**Palavras-chave:** Religião; Nutrição clínica; Diversidade; Cultura; Práticas religiosas e Orientação nutricional

## ABSTRACT

**Introduction:** The culture and beliefs of a people are considered determining factors in food choice. Thus, it can be said that religion influences the acceptance and selection of foods, defining what can or cannot be consumed, how, when, where, by whom, and with what significance. Therefore, it is noticeable that the topic of training nutritionists to cater to individuals adhering to religions with dietary restrictions is seldom highlighted in academic or professional settings. **Objective:** To address the intersection between religious practices and nutritional guidance, investigating how nutritionists perceive and approach the dietary preferences and restrictions of individuals based on their religious beliefs. **Methodology:** An online questionnaire was developed, adapted from Nadalini (2009) and Cerqueira (2019), and conducted with professional nutritionists and undergraduate nutrition students. This initiated a quantitative and qualitative analysis. **Results:** The data analysis revealed both an increasing awareness of the relevance of religious dietary practices and a significant gap in education and training to effectively and sensitively address these issues. Recognition is a crucial step, as it highlights the awareness of the need to consider the religious dimension in nutritional planning. **Conclusions:** By acknowledging and respecting patients' religious beliefs, professionals can not only improve adherence to nutritional recommendations but also contribute to the overall well-being of individuals and the construction of a more just and respectful society.

**Keywords:** Religion; Clinical nutrition; Diversity; Culture; Religious practices; Nutritional guidance

## SUMÁRIO

<b>1 INTRODUÇÃO</b> .....	<b>7</b>
<b>2 REFERENCIAL TEÓRICO</b> .....	<b>9</b>
2.1 HÁBITOS ALIMENTARES E RELIGIÃO.....	9
2.2 RELIGIÕES DE MATRIZ AFRO-BRASILEIRA.....	10
2.3 RELIGIÕES CRISTÃS.....	11
2.4 OUTRAS RELIGIÕES.....	12
<b>3 JUSTIFICATIVA</b> .....	<b>14</b>
<b>4 OBJETIVOS</b> .....	<b>15</b>
4.1 OBJETIVO GERAL.....	15
4.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	15
<b>5 MÉTODOS</b> .....	<b>16</b>
<b>6 RESULTADOS</b> .....	<b>18</b>
<b>7 DISCUSSÃO</b> .....	<b>26</b>
7.1 IMPLICAÇÕES PARA OS(AS) NUTRICIONISTAS.....	28
<b>8 CONSIDERAÇÕES FINAIS</b> .....	<b>31</b>
<b>9 REFERÊNCIAS</b> .....	<b>33</b>
<b>10 APÊNDICES</b> .....	<b>35</b>

## 1. INTRODUÇÃO

Segundo Carneiro e Pilcher (2017) o primeiro contato com a cultura de um povo foi feito pelos seus hábitos alimentares e as peculiaridades foram passadas de gerações em gerações, com tendências a seguir inalteradas por vários milênios.

Entretanto, nos dias atuais, diversos fatores influenciam na escolha alimentar das pessoas. Essas escolhas geralmente estão vinculadas a questões como: o sabor do alimento, o preço, a busca por conveniência, questões envolvendo a saúde, entre outros fatores, (Monteschio; Vital, 2018); (Eiras, 2017).

A cultura e a crença de um povo também são consideradas fatores determinantes na escolha alimentar. Desta forma, pode-se dizer que a religião condiciona a aceitação e a escolha dos alimentos definindo o que pode ou não ser consumido, de que forma, em que momento, em que lugar, por quem e com qual significado. Algumas restrições alimentares vindas de crenças religiosas são bem específicas, como a proibição do consumo de certos tipos de carnes e de alimentos que contêm sangue, além de práticas de jejuns em algumas épocas do ano, conforme Carneiro (2017).

A entrega de alimentos para divindades é uma prática antiga da humanidade. A comida passa a ser um discurso com vocabulário, morfologia, sintaxe e retórica próprios de cada cultura sob a forma de preparo, serviço e consumo. As culturas indígenas, africanas e europeias mostram através de seus alimentos e comidas a importância cultural que os tipos identitários formadores das religiões trouxeram para a sociedade. Já que comer a comida dos outros é teoricamente mais fácil que entender sua língua, a cozinha seria então a porta de entrada para contaminações culturais (Chiella; Malacarne, 2014).

Em geral, os estudos na nutrição expressam a hegemonia do paradigma biomédico que, por sua vez, se manifesta nas práticas em saúde predominantes. Nesse sentido, o caminho restrito adotado pela área acaba por criar armadilhas teóricas que influenciam a prática profissional. Algumas reflexões de cunho filosófico e antropológico sobre o ato fisiológico e ao mesmo tempo cultural do comer permitiriam aprofundar os estudos no campo da nutrição humana, incorporando, na sua área de abrangência, a compreensão da linguagem e dos significados atribuídos pelos sujeitos sobre suas experiências com a alimentação, uma ação humana que é intrinsecamente marcada pela natureza e pela cultura. Dizendo de outra forma, nada é mais natural que comer e nada é mais cultural que as formas, as preferências e os sentidos da alimentação, Do Carmo (2021).



## **2. REFERENCIAL TEÓRICO**

### **2.1 Hábitos alimentares e religião**

O desenvolvimento dos seres humanos está vinculado às necessidades básicas de sobrevivência, sejam elas sociais, fisiológicas ou psíquicas segundo Novaes (2020). Ao se pensar sobre o consumo de alimentos, é possível distinguir o ato de comer e o de se alimentar, já que comer refere-se ao ato de suprir necessidades biológicas e fisiológicas e o ato de se alimentar parece estar mais relacionado a fatores espirituais e culturais (Pinto, 2020).

Os hábitos culinários de uma nação não decorrem somente do mero instinto de sobrevivência e da necessidade do homem de se alimentar. São expressão de sua história, geografia, clima, organização social e crenças religiosas. Existe íntima relação entre alimento e fé. As comidas e bebidas adotadas pelos ritos de uma religião, bem como a proibição de alguns deles, refletem a geografia e a cultura do território onde ele se originou.

Segundo Carvalho e colaboradores (2019), o alimento, objeto basilar do campo da nutrição embora seja apreendido, classicamente, de forma objetiva, explorando sua dimensão físico-química e sua importância biológica, traz em si também uma dimensão subjetiva, segundo elas a questão não é “somente ‘o que se ingere’, mas ‘como se come o quê’, o que confere às experiências vividas menos ‘objetividade’ do que se espera na tradição dos inquéritos nutricionais, levando a questão para a dimensão da subjetividade.”. Ao considerar a dimensão subjetiva do alimento, o campo da Nutrição aproxima-se do campo das ciências Humanas e Sociais, uma vez que a alimentação passa a ter sentido e significado.

A religião possui um papel fundamental, sendo considerado um dos sistemas de símbolos mais eficazes, pois está diretamente relacionada aos aspectos de fé que influenciam em vários comportamentos e dentre eles o alimentar, que são capazes de regular a fome, através das diferentes doutrinas alimentares para cada religião, Souza (2014).

A configuração da alimentação no Brasil acontece por meio da ancestralidade indígena, africana e portuguesa, das festas nacionais e regionais, das tradições e também do sincretismo religioso, conforme Santos (2011). Sendo assim, é fundamental a percepção de que a Nutrição não se limita a fisiologia da nutrição, ou as repetições de padrões fixos de dietas, mas perpassa por questões culturais dinâmicas, sendo também uma ciência de caráter

antropológico sendo importantíssima essa compreensão do conhecimento nutricional para os profissionais da área, Ferreira (2019).

## **2.2 Religiões de matriz afro-brasileiras**

Uma das dificuldades encontrada para o estudo das práticas alimentares afro-brasileiras se dá pela escassez de referências, visto que cada uma das religiões Batuque, Candomblé e Umbanda são subdivididas entre nações podendo se diferenciar entre si na alimentação ritual e nas diferentes regiões do Brasil. Na Bahia, Ogum recebe como oferenda o feijão preto, em Porto Alegre seu prato é o churrasco e nos terreiros da cidade os homens dançam vestidos com bombachas, traje típico gaúcho, em vez das calças brancas, comuns em outros lugares do Brasil segundo Silva (2010).

Ao chegar ao Brasil, estas religiões recriaram sua própria África de acordo com os recursos disponíveis em cada região do país, e estão em constante readaptação conforme nossa situação política, econômica e social que muitas vezes interferem nos custos quanto às práticas alimentares (Evaristo, 2012).

A presença marcante dos Orixás para religião também possui uma relação íntima com a comida, já que são oferecidos aos mesmos, preparações e bebidas como oferendas como condição para a continuidade da vida (Fiori, 2014).

Em relação a alimentação, estas vão de acordo com o dia de trabalho em que é regido pela entidade, no quesito “quizila” como diz Gonçalves (2016: pág 44-45):

“...se pauta pela aquisição preparatória em dias de trabalho ou de situações específicas inerentes a cada terreiro. Por exemplo, em dias de gira devem ser evitados alimentos escuros ou demasiadamente industrializados. O álcool, assim como o tabaco, não é recomendado...”

## **2.3 Religiões cristãs**

No Brasil, a religião que predomina é a Católica; uma das religiões que possuem menos restrições alimentares, no entanto um dos mandamentos da Igreja Católica é abster-se de carne vermelha e observar o jejum nos dias por ela estabelecidos durante a quaresma. Essa convenção remonta ao século XI, quando o Papa Urbano II a determinou como prática de penitência segundo Paiva (2020) e Aires (2019).

Durante este período é recomendável substituir o consumo de qualquer tipo de carne pelo peixe na Quarta-Feira de Cinzas e nas Sextas-Feiras Santas que antecedem a Páscoa.

Esta data simboliza um período de privações e o jejum de carne significa um ato de fé e devoção para os católicos. Já os católicos do Oriente costumam ser mais rígidos e dispensam além da carne, ovos, produtos derivados de leite, bebidas alcoólicas e azeite de oliva; um dos significados por trás desses jejuns é se auto privar de prazeres e impulsos, Silva (2020) e Ferreira (2019). Até mesmo restaurantes modificam seus cardápios por respeito à religião, como por exemplo, churrascarias que passam a servir peixe na quaresma, os 40 dias que precedem a Páscoa e, principalmente, na sexta-feira Santa.

O adventismo possui uma das dietas mais restritivas. Entre as proibições estão as carnes, em especial a carne de porco, produtos de origem animal, condimentos e o açúcar, que também não é aconselhável, pois é visto como um alimento prejudicial para Carneiro (2019).

## **2.4 Outras religiões**

No Budismo, o jejum é uma prática comum, principalmente, entre os monges, que utilizam desta técnica com o intuito de conter os próprios desejos. Por causa disso, muitos Budistas interpretam esse ensinamento como uma proibição ao consumo de carnes de animais e por isso grande parte dos Budistas são adeptos do vegetarianismo (Reis, 2020).

Muitos hábitos alimentares demonstram esta questão de respeito espiritual. Um exemplo são os *Hare Krishna*, originários da religião hinduísta, que possuem uma alimentação totalmente naturalista, sem consumirem nenhum alimento de origem animal. Estes alegam que a carne, tanto branca quanto vermelha, é desnecessária para o corpo, e optam por uma vida saudável que lembra os primitivos, quando ainda não se utilizavam da caça. Para o hinduísmo, a vaca é um animal sagrado, pois oferta o seu leite, sendo considerada uma segunda mãe na vida do Homem segundo Fonseca e Fiori (2017).

No caso dos Judeus, o consumo da carne de porco é uma das proibições alimentares mais importantes, (Bankoff, 2020), pois no Judaísmo é proibido se alimentar de animais com sangue uma vez que o sangue representa a vida.

Pode-se também citar o Islamismo que - como forma de garantir a “purificação espiritual” - os fiéis devem se abster de bebidas alcoólicas (em alguns países são até proibidas por lei), carne de porco, de animais selvagens, de répteis e de anfíbios, além de frutos do mar, com exceção de peixes com escama e camarões. Durante o Ramadã (o mês durante o qual os

muçulmanos praticam o seu jejum ritual), também é proibida a ingestão de alimentos sólidos e líquidos, do nascer ao pôr do sol.

E por fim o Zoroastrismo, no qual seus seguidores não comem carnes de mamíferos, como: gado, porco e coelho; aves ou peixes ósseos de tamanho grande. Segundo os dogmas dessa religião, esses animais carregam significados espirituais importantes. No entanto, produtos derivados, como leite, ovos, queijo e manteiga são permitidos, desde que não haja confinamento, exploração ou maus-tratos por parte dos criadores, Henriques (2019).

### **3. JUSTIFICATIVA**

O tema exposto, se firma a partir da experiência como discente do curso de Nutrição, pois é perceptível que a temática sobre a capacitação de nutricionistas para o atendimento de indivíduos adeptos à religiões e que possuem alguma restrição alimentar é pouco evidenciado no meio acadêmico ou profissional principalmente por pouca sensibilidade e vontade por parte dos profissionais. A partir de tal contexto surgiu o problema da pesquisa e a seguinte pergunta: “Será que o profissional nutricionista está apto para ter um olhar inclusivo ao indivíduo durante o atendimento já que todos somos caracterizados como seres culturais?”

Dentro desse contexto, nota-se a importância da religião na formação dos hábitos alimentares das pessoas. Logo, a elaboração desse trabalho é de suma relevância para que seja aprimorada a compreensão dos profissionais de nutrição e toda a comunidade acadêmica no que diz respeito à antropologia da alimentação.

## **4. OBJETIVOS**

### **4.1 OBJETIVO GERAL**

- Investigar como a alimentação e a religiosidade são percebidas e abordadas por estudantes de graduação e nutricionistas durante o atendimento nutricional, a fim de identificar as práticas e desafios enfrentados na integração de aspectos religiosos nas orientações alimentares respeitando tais influências.

### **4.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- Pesquisar sobre o entendimento dos discentes e profissionais com relação ao tema.
- Investigar a percepção dos nutricionistas em relação à importância das crenças religiosas na alimentação de seus pacientes e como eles reconhecem essas influências durante a avaliação nutricional.
- Identificar os desafios enfrentados pelos nutricionistas ao lidar com questões religiosas na prática clínica e se desenvolvem ou não alguma estratégia para o atendimento.

## 5. METODOLOGIA

Considerando tais objetivos descritos, o projeto se iniciou a partir do levantamento das teorias das diferentes religiões e suas crenças entrelaçadas à alimentação. Essa etapa foi primordial para objetivar os fundamentos de diferentes religiões no Brasil, dentre elas, principalmente as que apresentam hábitos e significados que se relacionem com a alimentação.

Após o levantamento das teorias das diferentes religiões e suas crenças entrelaçadas à alimentação, vista a limitação de um projeto deste porte, fez-se necessária uma certa delimitação do desenho de estudo.

A escolha metodológica se deu através do problema de pesquisa sendo um dos objetivos específicos do projeto: “a percepção dos nutricionistas e discentes com relação a seu entendimento antropológico sobre as culturas e hábitos religiosos e desafios a serem enfrentados na prática clínica e avaliação nutricional”. Através disso, se iniciou uma análise quanti-quali onde se aplicou uma entrevista semiestruturada com um questionário proposto para o processo de coleta de dados de cada indivíduo.

O questionário foi adaptado de Nadalini (2009) e Cerqueira (2019) e foi submetido ao Conselho de Ética em Pesquisa da Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro, sendo aprovado e de número 6.764.149, antes de ser aplicado e todas as entrevistas foram precedidas pela leitura e assinatura, do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

Primeiramente, o possível participante foi devidamente informado sobre a pesquisa e recebeu o TCLE (Anexo 1) para que lesse e escolhesse ou não participar da pesquisa. Caso o indivíduo optasse por participar, o questionário com as perguntas era aberto e ao final da pesquisa poderia baixar o TCLE. Além disso, o TCLE foi enviado juntamente com informações da pesquisa para o e-mail cadastrado e como estratégia de mitigação, para solucionar ou atenuar a interrupção do questionário, deixando o participante à vontade para não responder alguma pergunta.

Foi utilizado como critério de inclusão: Profissionais nutricionistas e discentes do curso de graduação em nutrição. E como critério de exclusão: Profissionais afastados da atividade no período de coleta de dados por quaisquer motivos ou que recusaram o convite da pesquisa.

A pesquisa foi realizada de maneira online através da plataforma do *Google Forms* onde discentes e profissionais do Brasil todo puderam responder às perguntas. Podendo ser

compartilhado via *link* por redes sociais e meios de comunicação. O questionário adaptado para o projeto se encontra no Apêndice 1.

Os resultados foram discutidos, analisados através do método de Bardin que consiste em compreender as relações entre as proposições acrescentando as intenções e opiniões o autor ou dos participantes, além de tal análise, foram também tabulados em forma de gráficos e tabelas e as respostas abertas foram então trabalhadas individualmente a fim de entender a percepção e a abordagem de nutricionistas em relação às questões religiosas no contexto do atendimento nutricional e se os acadêmicos do curso de graduação possuem algum contato com o tema durante a formação.



## 6. RESULTADOS

Participaram do estudo 92 pessoas, representados principalmente por estudantes de Nutrição (67,1%) e a grande maioria, residente da região sudeste do país (91,3%).

Tabela 1. Perfil dos participantes, segundo ocupação e região de moradia / trabalho (n=92)

<b>Perfil dos participantes</b>		
<b>Descrição</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Estudante	62	67,1
Nutricionista	30	32,9
<b>Região onde mora/trabalha</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Norte	2	2,17
Nordeste	1	1,08
Centro-oeste	2	2,17
Sudeste	84	91,3
Sul	3	3,2

Fonte: Autora 2024

Na Tabela 2 observam-se as respostas sobre segmento religioso, no qual 84, ou seja, (91,3%) dos 92 participantes responderam e 8 (8,6%) se abstiveram da resposta e passaram para a próxima pergunta.

Tabela 2. Segmento religioso dos participantes da pesquisa (n=92)

<b>Segmento religioso</b>		
<b>Possui religião</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Sim	69	82,1
Não	15	17,8
Abstenção	8	8,6
<b>Se sim, qual?</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Espírita	17	24,6
Matriz afro-brasileira	15	21,7

Catolicismo	20	28,9
Cristã (evangélico)	11	15,9
Cristã (protestante)	5	7,2
Perfect Liberty	1	1,4

Fonte, Autora 2024

A partir de tais tópicos descritos cada participante era levado a uma seção do questionário onde respondia às perguntas de acordo com suas respostas anteriores sobre ser estudante de Nutrição (62 participantes) ou já nutricionista profissional (30 participantes). A tabela 3 destaca as respostas iniciais da seção dos estudantes sendo as mesmas, apenas as de múltipla escolha.

Tabela 3. Respostas dos estudantes de nutrição quanto à formação envolvendo conhecimentos relacionando religião e nutrição (n=62)

<b>Apenas Estudantes</b>		
<b>Já teve alguma formação ou educação específica sobre as práticas dietéticas associadas a diferentes religiões?</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Sim	8	11,9
Não	54	88,1
<b>Você acredita que a educação sobre a relação entre religião e nutrição deveria ser uma parte obrigatória do currículo de graduação em Nutrição?</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Sim	30	48,3
Não	9	14,5
Talvez	23	37,2

Fonte: Autora 2024

Além das questões objetivas, duas questões discursivas foram feitas para um entendimento mais individualizado, tais quais foram analisadas uma a uma e assim poder evoluir para as perguntas finais.

Os dados obtidos sobre cada resposta individualizada dos estudantes estão dispostos na tabela 4.

Tabela 4. Resposta sequencial

<b>Se você respondeu sim, por que?</b>
<i>“Porque isso influencia na configuração de um cardápio, visto que devemos considerar aspectos religiosos e sociais para atender a demanda do paciente de forma individual e personalizada.”</i>
<i>“Pois algumas religiões possuem restrições de alimentos ou mistura de alimentos entre si, além de preparações específicas, então seria interessante pelo menos o nutricionista ter uma noção para que possa oferecer um bom atendimento para qualquer indivíduo de qualquer religião.”</i>
<i>“Acredito que se enquadra na mesma forma que formulamos cardápios pelas tradicionais culinárias regionais. Além de que em determinadas datas algumas religiões exigem dietas específicas e é importante saber para que seja proposto um cardápio balanceado e nutritivo para todos.”</i>
<i>“Religiões que tenham regras alimentares devem ser abordadas, como a religião islâmica (consumo de carne de porco é tido como proibido), para que seja do conhecimento do nutricionista como moldar uma alimentação sem certos tipos de alimentos. Acredito que deva estar na grade como uma matéria optativa e que outras religiões sejam também abordadas, mesmo que de forma rápida, como uma forma mesmo que muito pequena de minimizar a intolerância religiosa. A religião e nutrição são interligadas, pois a religião rege a vida de quem a segue e entender essas escolhas no mundo alimentar possibilita que o nutricionista aja na manutenção da saúde dessas pessoas.”</i>
<i>“Sim, muitas religiões têm como base propósitos, crenças, tradições seguindo uma alimentação específica. Um nutricionista deve saber lidar com esse tipo de situação caso algum paciente esteja precisando de cuidados em sua saúde, mas tenha restrições na alimentação por conta da religião.”</i>

A última tabela da parte de respostas discursivas apresenta as respostas dos participantes que marcaram “não” na questão anterior.

Tabela 5. Resposta sequencial

<b>Se você respondeu não, por que?</b>
<i>“Porque religião não deveria ser um empecilho na Nutrição de qualquer pessoa.”</i>
<i>“Pq nada haver uma coisa com a outra”</i>
<i>“Porque creio que caso a religião tenha alguma restrição, como por exemplo na umbanda, basta o paciente informar o que não pode comer, que será adequado no plano alimentar. Creio que a opção religiosa não influencie na consulta.”</i>

Para finalizar a seção, a parte final desta parte de questionário conta com mais duas questões de múltipla escolha como mostra a Tabela 6.

Tabela 6. Respostas dos estudantes de nutrição quanto à formação envolvendo conhecimentos relacionando religião e nutrição (n=62)

<b>Apenas Estudantes</b>		
<b>Você se sente confiante em atender às necessidades dietéticas de pacientes com crenças religiosas específicas?</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Sim	8	11,9
Não	54	88,1
<b>Como você abordaria a situação de um paciente que segue uma dieta restrita devido às suas crenças e está preocupado com a falta de nutrientes essenciais?</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Ofereceria informações sobre fontes alternativas de nutrientes que se encaixem nas restrições religiosas, garantindo um plano alimentar equilibrado	50	80,6
Realizaria uma avaliação completa da dieta do paciente, identificando possíveis lacunas nutricionais e propondo ajustes	8	12,9

para garantir a obtenção adequada de nutrientes, não correlacionado com as restrições alimentares da crença religiosa

Consultaria e indicaria outro profissional da área especializado em nutrição religiosa visto que não saberia como atender o paciente	4	6,5
--	---	-----

Fonte: Autora 2024

Assim como na seção de apenas estudantes, a de apenas nutricionistas também foi dividida em três partes sendo duas de múltipla escolha e uma discursiva. A Tabela 7 apresenta as perguntas iniciais da seção.

Tabela 7. Respostas de nutricionistas quanto à formação envolvendo conhecimentos relacionando religião e nutrição (n=30)

<b>Apenas Nutricionistas</b>		
<b>Já participou de treinamentos ou cursos que abordem a interseção entre religião e práticas alimentares e dietéticas?</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Sim	4	13,3
Não	26	86,7
<b>Você acredita que a educação sobre a interseção entre religião e nutrição deve ser uma parte integral da formação de nutricionistas?</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Sim	21	70
Não	3	10
Talvez	6	20

Fonte: Autora 2024

Após resposta da última questão, assim como na seção de estudantes, vinham duas perguntas com respostas discursivas, tais respostas também foram analisadas uma a uma para um melhor entendimento das mesmas e assim poder evoluir para as perguntas finais da parte dos nutricionistas.

A Tabela 8 apresenta as respostas de alguns participantes que marcaram “sim” na pergunta anterior.

Tabela 8. Resposta sequencial

<b>Se você respondeu sim, por que?</b>
<i>“Sim, pois dado que o Brasil é um país culturalmente plural, o profissional de saúde deve ter conhecimento sobre práticas específicas para melhor atender seu público e pacientes.”</i>
<i>“Em toda minha carreira sempre se trata de um assunto delicado e que deveria ser discutido no meio acadêmico, as escolhas alimentares por causa da fé e a cultura alimentar; aprender sobre isso é essencial para termos esse olhar mais individualizado”</i>
<i>“Acredito que se enquadra na mesma forma que formulamos cardápios pelas tradicionais culinárias regionais. Além de que em determinadas datas algumas religiões exigem dietas específicas e é importante saber para que seja proposto um cardápio balanceado e nutritivo para todos.”</i>
<i>“Porque o respeito ao indivíduo deve ser integral, e caso sua prática religiosa prejudique sua saúde, dentro do âmbito científico, deve ser feita uma orientação sobre tais informações, porém sem obrigá-lo ou constrangê-lo.</i>
<i>“Sim, pois precisamos nos conectar com cada paciente. E entender toda a sua dinâmica de vida e rotina para sugerir mudanças efetivas na alimentação. Excluir a religião dessa análise, seria leviano e superficial.”</i>
<i>“Pois a religião é parte integrante fundamental nos hábitos alimentares e precisamos ensinar a multipluralidade do ser humano no atendimento integral”</i>
<i>“Por que precisamos compreender e respeitar as crenças de diversas religiões e saber conduzir o tratamento dietoterápico sem prejuízo a sua fé”</i>

Para finalizar a seção, a parte final do questionário conta com mais duas questões de múltipla escolha como mostra a Tabela 9.

Tabela 9. Respostas de nutricionistas envolvendo conhecimentos relacionando religião e nutrição (n=30)

<b>Apenas Nutricionistas</b>		
<b>Em sua prática, já encontrou ou encontra pacientes que seguem dietas específicas devido às duas crenças religiosas?</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Sim	23	76,7
Não	7	23,3
<b>Como você lidaria com situações em que as crenças religiosas de um paciente entram em conflito com as diretrizes nutricionais convencionais?</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Iniciaria uma conversa aberta com o paciente para compreender suas crenças e buscar um compromisso que atenda tanto às suas convicções religiosas quanto às diretrizes nutricionais essenciais	22	73,4
Colaboraria com um conselheiro religioso ou líder espiritual do paciente para encontrar soluções que respeitem tanto as crenças religiosas quanto as necessidades nutricionais.	8	26,6
Seguiria as diretrizes nutricionais convencionais sem correlacionar com as restrições alimentares da crença religiosa do paciente	0	0
Encaminharia o paciente a outro profissional visto que não possui nenhum entendimento sobre o assunto e não poderia fazer nenhuma prescrição dietética	0	0

Fonte: Autora 2024

## 7. DISCUSSÃO

Os resultados revelam a importância sobre a percepção e a abordagem da intersecção entre alimentação e religiosidade. A análise dos dados revelou tanto uma consciência crescente sobre a relevância das práticas alimentares religiosas quanto uma lacuna significativa na formação e na capacitação para lidar com essas questões de forma eficaz e sensível mesmo com uma parte mínima contra o estudo.

### **Percepção da Intersecção entre Alimentação e Religiosidade**

A maioria dos participantes reconheceu a influência significativa das crenças religiosas nas práticas alimentares dos indivíduos. Este reconhecimento é um passo crucial, pois evidencia uma conscientização sobre a necessidade de considerar a dimensão religiosa no planejamento nutricional, alguns artigos citados no referencial teórico corroboram essa percepção, apontando que a religião pode determinar escolhas alimentares, horários de alimentação, e até mesmo os tipos de alimentos a serem consumidos ou evitados.

As práticas alimentares não são imutáveis; elas variam conforme o contexto histórico e cultural. Conforme argumenta Gonçalves (2001), o ser humano é um ser histórico-cultural, cuja historicidade é refletida em suas experiências e nas ideias geradas a partir dessas experiências.

Franco (2001) apoia essa perspectiva ao mostrar como a alimentação humana envolve elementos como a cultura, os recursos típicos e disponíveis em uma região, e até mesmo as crenças comuns de uma comunidade que compartilha o alimento. Dado que a alimentação revela as misturas culturais entre povos, analisar o ato de comer também pode nos informar sobre as crenças de diferentes indivíduos. Assim, a fé, a moral e as inclinações filosóficas de cada indivíduo não podem ser desconsideradas ao se estudar sua forma de comer.

Durkheim (1912) define religião como um conjunto de rituais e crenças compartilhados por uma comunidade, que se conectam ao sagrado e que unem os indivíduos sob uma determinada orientação moral.

Já Giddens (2003) aponta para uma diversidade de grupos que cabem nessa definição religiosa, e coloca a importância de estudar suas raízes ao afirmar que “temos de reconhecer a diversidade das crenças religiosas e dos modos de conduta, mas devemos igualmente analisar a natureza da religião como fenômeno de caráter geral”.

No entanto, a lacuna entre a percepção da importância e a efetiva aplicação prática desse conhecimento sugere uma necessidade de intervenções educativas. Nota-se através das respostas obtidas pelos participantes que apesar de uma maioria reconhecer a importância,



apenas uma parcela menor se sente verdadeiramente preparada para abordar o tema durante o atendimento. Este achado é consistente e pode indicar que a educação nutricional vem se concentrando sobretudo em aspectos biomédicos e dietéticos.

### **Abordagem durante o Atendimento**

A análise revelou uma abordagem variada em relação à religiosidade durante o atendimento nutricional. Enquanto alguns profissionais integram de forma proativa questões religiosas logo na anamnese, outros só abordam o tema se o paciente mencionar. Este padrão aponta para uma abordagem reativa, que pode levar a um atendimento insatisfatório para pacientes com necessidades religiosas específicas.

A inclusão de módulos específicos sobre religiosidade e alimentação nos currículos acadêmicos, assim como programas de educação continuada para nutricionistas já em prática, poderiam preencher essa lacuna. Tal inclusão poderia abranger desde os fundamentos das principais religiões e suas práticas alimentares até estratégias práticas para a incorporação dessas informações no atendimento nutricional.

### **Desafios e Dificuldades**

Os desafios relatados pelos participantes, como a falta de conhecimento específico ou o medo de ofender os pacientes destacam barreiras práticas e emocionais no tratamento dessa questão. A falta de conhecimento específico sobre as práticas alimentares de diferentes religiões é uma barreira particularmente crítica, uma vez que pode levar a recomendações nutricionais inadequadas ou insensíveis.

Segundo o Guia Alimentar da População Brasileira, “Alimentação diz respeito à ingestão de nutrientes, mas também aos alimentos que contêm e fornecem os nutrientes, a como alimentos são combinados entre si e preparados, a características do modo de comer e às dimensões culturais e sociais das práticas alimentares. Todos esses aspectos influenciam a saúde e o bem-estar.” Sendo assim, Nutricionistas devem ser equipados não apenas com conhecimento técnico, mas também com habilidades de comunicação que lhes permitam abordar questões sensíveis com respeito e compreensão (Brasil, 2014).

### **Necessidade de Formação e Capacitação**

A forte demanda por formação adicional expressa pelos participantes reforça a necessidade de desenvolvimento de programas educativos focados em religiosidade e

alimentação. Instituições de ensino e conselhos profissionais de Nutrição devem considerar a implementação de cursos, workshops e materiais educativos que abordem as complexidades das práticas alimentares religiosas.

Formações práticas, incluindo estudos de caso, role-playing e palestras com líderes religiosos e comunidades diversas, podem proporcionar uma experiência de aprendizado mais rica e contextualizada. Essas abordagens educativas não apenas aumentariam o conhecimento técnico, mas também fortaleceriam a confiança dos profissionais em abordar questões religiosas de maneira sensível e eficaz.

## **7.1 IMPLICAÇÕES PARA OS(AS) NUTRICIONISTAS**

A compreensão da intersecção entre alimentação e religiosidade traz importantes implicações para a prática dos nutricionistas, tanto no atendimento individual quanto na nutrição coletiva e cultural. Reconhecer e integrar esses aspectos pode resultar em um atendimento mais eficaz e culturalmente sensível, promovendo uma melhor adesão às recomendações nutricionais e um maior bem-estar dos pacientes.

### **- Importância do Conhecimento sobre Alimentação e Religiosidade**

**Personalização do Atendimento:** Entender as práticas alimentares religiosas permite que nutricionistas personalizem ainda mais seus planos dietéticos, respeitando as crenças e restrições dos pacientes.

**Adesão às Recomendações:** Pacientes que se sentem compreendidos e respeitados em suas crenças são eventualmente mais propensos a seguir as recomendações nutricionais. O conhecimento sobre religiosidade pode, portanto, aumentar a adesão e a eficácia dos planos alimentares.

**Prevenção de Conflitos:** Ao estar ciente das práticas alimentares religiosas, o profissional pode evitar a recomendação de alimentos que possam causar desconforto ou ofender o paciente, prevenindo conflitos e garantindo um atendimento com mais empatia.

### **- Implicações para a Nutrição Coletiva e Cultural**

**Planejamento de Programas Coletivos:** Em programas de nutrição coletiva, como aqueles implementados em escolas, hospitais, ou comunidades, a consideração das práticas alimentares religiosas se faz crucial para garantir a inclusão e a participação de todos os membros da comunidade.

**Educação Nutricional:** Incluir a dimensão religiosa nos programas de educação nutricional pode enriquecer o conteúdo e torná-lo mais relevante para diversos grupos. Isso pode envolver a criação de materiais educativos que considerem as práticas alimentares de diferentes religiões.

**Promoção da Diversidade Cultural:** Ao valorizar e integrar a diversidade cultural e religiosa nas práticas nutricionais, os profissionais contribuem para uma sociedade mais inclusiva e respeitosa. Essa abordagem pode ajudar a reduzir estigmas e preconceitos, promovendo um entendimento mais profundo entre diferentes grupos culturais.

**Políticas Públicas:** A inclusão da religiosidade nos estudos e nas políticas de saúde pública pode orientar a formulação de políticas alimentares que sejam mais inclusivas e representativas da diversidade cultural e religiosa da população.

## **8. CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Na prática da Nutrição, conhecer e considerar hábitos alimentares como os apresentados, conversa com um dos princípios fundamentais da profissão, em que “o nutricionista tem o compromisso de conhecer e pautar sua atuação nos princípios universais dos direitos humanos e da bioética”, sendo a livre prática religiosa um direito fundamental. Por tanto, promover esse tipo de pesquisa relaciona-se à área de Nutrição, principalmente desde o ensino.

Ademais, a integração do conhecimento sobre religiosidade e práticas alimentares na formação e prática dos nutricionistas pode beneficiar profissionais que atuam em Nutrição Clínica e Saúde Coletiva assim como graduandos de Nutrição. Dado que o Brasil possui uma vasta diversidade religiosa, os praticantes de diversas crenças procuram os serviços de saúde, tornando impossível dissociar a religião de seus modos de vida durante os tratamentos tornando essencial para promover um atendimento mais humanizado, inclusivo e eficaz. Ao reconhecer e respeitar as crenças religiosas dos pacientes, os profissionais podem não apenas melhorar a adesão às recomendações nutricionais, mas também contribuir para o bem-estar integral dos indivíduos e para a construção de uma sociedade mais justa e respeitosa.

## 9. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Batista RSS. **Quaresma e seu código alimentar: limites e possibilidades dos alimentos.** [dissertação]. São Leopoldo: Faculdades EST; 2018.

Beig BB. **A prática vegetariana e os seus argumentos legitimadores: viés religioso.** Nures. 2009; 1 (11): 1-15.

Brasil. **Guia alimentar para a população brasileira: promovendo a alimentação saudável.** Brasília: Ministério da Saúde; 2006.

Brasil. **Guia alimentar para a população brasileira – 2. ed.** Brasília: Ministério da Saúde; 2014.

Carneiro, H. **Comida e sociedade: uma história da alimentação.** Elsevier Brasil.2017.

Carneiro, J. L. **Religiões afro-brasileiras: uma construção teológica.** Editora Vozes Limitada. 2019.

Calvo, D. **Redes de cuidado: enfrentamento da Covid-19 nas religiões afro-brasileiras.** PLURA, Revista de Estudos de Religião/PLURA, Journal for the Study of Religion, 12.1: 121-135. 2021.

Dos Santos, C. S. **Sacralização de animais no Brasil: um preconceito à prática das religiões de matriz africana.** Revista Relegens Thréskeia, 11 (1), 184 - 207.2022.

Durkheim E. **Les formes élémentaires de la vie religieuse.** Paris: Alcan; 1912.

Ferrari ES. **Religiões e hábitos alimentares: uma construção histórica.** Rev Eletrônica de Teologia e Ciências das Religiões. 2016; 4 (2): 72-83

Ferreira, G. B. **Hábitos alimentares como consequência da fé** (Bachelor's thesis). 2019

Kochewad, S. A., Gadekar, Y. P., Meena, L. R., & Kumar, S. Meat production in India - A review. International Journal of Animal Veterinary Sciences, 4, 24–29. 2017.

Franco A. **De caçador a gourmet: uma história da gastronomia/Ariovaldo Franco – 2<sup>a</sup>** ed. São Paulo: Editora SENAC São Paulo; 2001.

Giddens A. **A constituição da sociedade.** São Paulo: Editora Martins Fontes; 2003.

Kardec A. **O livro dos espíritos – 7<sup>a</sup>** ed. Rio de Janeiro: Fundação Espírita Brasileira; 2004.

Montanari, Massimo. **Comida como cultura.** São Paulo: Editora Senac, 2008.

Nadalini AP. **Comida de santo na cozinha dos homens: um estudo da ponte entre alimentação e religião.** [dissertação]. Curitiba: Universidade Federal do Paraná; 2009.

Nogueira, S. **Intolerância religiosa.** Pólen Produção Editorial LTDA, 2020

Oliveira, D. C., & Gonçalves, F. S. **Comida e o processo de trans territorialização no candomblé, umbanda e quimbanda em bocaiúva, Minas Gerais, Brasil (Food and the process of transterritorialization in candomblé, umbanda and quimbanda in bocaiúva, Minas Gerais, Brasil).** Revista GeoNordeste, (2), 107 - 126. 2018

Silva SCCG. **Desafios da família na atualidade: perspectivas sobre a educação e religião. Religare.** 2018; 15 (1): 26-47.

Soares, F. D. S. C., Marques, A. N. O., de Pinho, C. R. P., & de Figueiredo, M. P. M. **Itinerários terapêuticos e religião: Candomblé, Umbanda, Ebó e a busca pela cura do corpo e da alma Therapeutic Itineraries and religion: Candomblé, Umbanda, Ebó and the search for the healing of the body and soul.** Brazilian Journal of Development, 7 (9), 87954 - 87968. 2021.

Souza, P. R. **Candomblé's eating myths: religion stated in food language.** Body and Religion, 2(2), 167 – 189. 2018.

Vaz, Diana Souza Santos; Bennemann, Rose Mari. **Comportamento alimentar e hábito alimentar: uma revisão.** Revista Uningá Review, Maringá, v. 20, n. 1, jan. 2014. ISSN

2178-2571.

Disponível

em:

<http://revista.uninga.br/index.php/uningareviews/article/view/1557/1168>.

Vicenzo G. **Membros de religiões afro na zona leste de SP buscam driblar preconceito por tradição.** Folha de São Paulo. 23 Ago 2019; Disponível em: <https://www.folha.uol.com.br/cotidiano/2019/08/membros-de-religioes-afro-na-zona-leste-de-sp-buscam-driblar-preconceito-por-tradicao.shtml>.

Wettstein, Marília Fernandes. **Bioética e restrições alimentares por motivações religiosas: tomada de decisão frente ao tratamento da saúde.** 2010. 55 f. (Dissertação em Ciências Médicas) – Programa de Pós-Graduação, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2010. Disponível em: <https://www.lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/26904/000762339.pdf?sequence=>

Wettstein, Marília Fernandes; ALVES, Lia Vieira Branco Nunes Ferreira; GOLDIM, José Roberto. **Restrição alimentar por motivação religiosa e coerção: dados preliminares.** Revista do Hospital das Clínicas de Porto Alegre, Porto Alegre, v. 30, n. 3, p.290-293, 2010. Disponível em: <http://www.lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/159350/001016439.pdf?sequence=>

# APÊNDICES

## APÊNDICE 1 - QUESTIONÁRIO

### Dados gerais

Idade

Sua resposta \_\_\_\_\_

Região onde mora/trabalha

- Sul
- Sudeste
- Centro-oeste
- Nordeste
- Norte

Você possui alguma religião?

- Sim
- Não

Se você disse sim, qual a sua religião?

Sua resposta \_\_\_\_\_

Como você classifica sua alimentação atualmente?

- Onívora (consome todas as proteínas animais diariamente)
- Ovolactovegetariana (consome ovos, leite e derivados)
- Ovovegetariana (consome ovos)
- Lactovegetariana (consome leites e derivados)
- Vegetariana estrita / Vegana (NÃO consome nenhum alimento de origem animal)
- Flexitariana (consome proteínas animais ocasionalmente)

Você é estudante ou nutricionista?

- Estudante
- Nutricionista



RESPONDA APENAS SE FOR ESTUDANTE

Qual período você está cursando?

Sua resposta \_\_\_\_\_

Você já teve alguma formação ou educação específica sobre as práticas dietéticas associadas a diferentes religiões?

- Não  
 Sim

Você acredita que a educação sobre a relação entre religião e nutrição deveria ser uma parte obrigatória do currículo de graduação em Nutrição?

- Sim  
 Não  
 Talvez

Se você respondeu sim, por que?

Sua resposta \_\_\_\_\_

Se você respondeu não, por que?

Sua resposta \_\_\_\_\_

Você se sente confiante em atender às necessidades dietéticas de pacientes com crenças religiosas específicas?

- Sim  
 Não  
 Talvez

Como você abordaria a situação de um paciente que segue uma dieta restrita devido às suas crenças e está preocupado com a falta de nutrientes essenciais?

- Ofereceria informações sobre fontes alternativas de nutrientes que se encaixem nas restrições religiosas, garantindo um plano alimentar equilibrado  
 Realizaria uma avaliação completa da dieta do paciente, identificando possíveis lacunas nutricionais e propondo ajustes para garantir a obtenção adequada de nutrientes, não correlacionado com as restrições alimentares da crença religiosa  
 Consultaria e indicaria outro profissional da área especializado em nutrição religiosa visto que não saberia como atender o paciente

Quando você pensa em "Nutrição e Religião" cite uma palavra que vem na sua cabeça

Sua resposta \_\_\_\_\_

RESPONDA APENAS SE FOR NUTRICIONISTA

Você já participou de treinamentos ou cursos que abordem a interseção entre religião e práticas alimentares e dietéticas?

- Sim  
 Não

Você acredita que a educação sobre a interseção entre religião e nutrição deve ser uma parte integral da formação de nutricionistas?

- Sim  
 Não  
 Talvez

Se você respondeu sim, por que?

Sua resposta \_\_\_\_\_

Se você respondeu não, por que?

Sua resposta \_\_\_\_\_

Em sua prática, já encontrou ou encontra pacientes que seguem dietas específicas devido às duas crenças religiosas?

- Sim  
 Não

Como você lidaria com situações em que as crenças religiosas de um paciente entram em conflito com as diretrizes nutricionais convencionais?

- Iniciaria uma conversa aberta com o paciente para compreender suas crenças e buscar um compromisso que atenda tanto às suas convicções religiosas quanto às diretrizes nutricionais essenciais
- Colaboraria com um conselheiro religioso ou líder espiritual do paciente para encontrar soluções que respeitem tanto as crenças religiosas quanto as necessidades nutricionais.
- Seguiria as diretrizes nutricionais convencionais sem correlacionar com as restrições alimentares da crença religiosa do paciente
- Encaminharia o paciente a outro profissional visto que não possui nenhum entendimento sobre o assunto e não poderia fazer nenhuma prescrição dietética

Quando você pensa em "Nutrição e Religião" cite uma palavra que vem na sua cabeça

Sua resposta \_\_\_\_\_