



Coma com consciência

Uma análise sobre a moralidade
do consumo de animais

Gary L. Francione
Anna Charlton



Coma com consciência

Uma análise sobre a moralidade do consumo de
animais

Gary L. Francione
Anna Charlton

Tradução: Vera R. Cristofani
Revisão: Tibérius O. Bonates

EXEMPLA PRESS

Título original (Edição em inglês)

Eat Like You Care: An Examination of the Morality of Eating Animals

©2013, 2015 Gary L. Francione & Anna Charlton

Todos os direitos reservados

Primeira edição revisada

Livro impresso: ISBN-13: 978-1-4923865-1-3

Livro digital: ISBN-13: 978-0-9896167-0-6

Publicado pela Exempla Press

Edição em português

Coma com consciência: Uma análise sobre a moralidade do consumo de animais

©2014, 2015 Gary L. Francione & Anna Charlton

Todos os direitos reservados

Primeira edição revisada

Livro impresso: ISBN-13: 978-0-9967192-5-4

Livro digital: Amazon ASIN: B00MMBS14M

Publicado pela Exempla Press

“Exempla” é o plural de “exemplum”, ou uma história, que pode ser real ou fictícia, usada para tecer um ponto de vista moral. Literatura exemplar era um gênero que foi popular na literatura clássica, medieval e renascentista.

Website do livro *Eat Like You Care*:

www.EatLikeYouCareBook.com

Website dos autores:

www.AbolitionistApproach.com

-
Este livro destina-se a fornecer informações precisas com relação a este assunto; no entanto, em tempos de mudanças rápidas, garantir que toda a informação fornecida esteja continuamente precisa e atualizada de todo, nem sempre é possível. Portanto, autores e editora não se responsabilizam por imprecisões ou omissões e, especificamente, se isentam de qualquer responsabilidade, perdas ou riscos, pessoais, profissionais ou outras formas, que possam ser sofridos, como

consequência, direta ou indiretamente, através do uso e/ou aplicação de qualquer conteúdo deste livro.

Dedicado a aproximadamente 57 bilhões de animais terrestres e um trilhão de animais aquáticos que consumiremos no próximo ano.

Tanto sofrimento.

Tanta morte.

Tudo tão desnecessário.

Tudo tão errado.

Sumário

Agradecimentos

Introdução

Duas coisas antes de começarmos

I. Somos todos Michael Vick: nossa esquizofrenia moral

Lembra-se de Michael Vick?

O problema: somos todos Michael Vick

Pagar outra pessoa para fazer o trabalho sujo

Não há distinção moral entre a carne e os outros produtos animais

Lembra-se da Mary Bale?

Além de cães e gatos

II. “Mas...”: as desculpas que usamos e por que elas não funcionam

Mas... de onde você tira a sua proteína?

Mas... eu vou conseguir suficiente ferro, se não comer carne?

Mas... vou conseguir cálcio suficiente, se não consumir leite e outros produtos lácteos?

Mas... meus filhos conseguirão suficiente iodo?

Mas... fiquei sabendo de alguém que ficou doente após parar de comer produtos animais.

Mas... Deus não quer que comamos animais?

Mas... comer produtos animais não é “natural”?

Mas... e se todo mundo consumisse somente alimentos vegetais? Não haveria terra suficiente para cultivar comida!

Mas... e se eu estivesse numa ilha deserta morrendo de fome?

Mas... o que aconteceria a todos esses animais, se não os comêssemos?

Mas... nós trouxemos os animais à existência para serem comidos; é para isso que estão aqui.

Mas... os animais usados para comida não sofrem tanto quanto os animais usados nas rinhas.

Mas... os animais sentem dor da mesma forma que sentimos?

Mas... os peixes realmente sentem dor?

Mas... não há leis que requerem o tratamento “humanitário” dos animais?

Mas... e se melhorássemos o tratamento de animais que usamos para produzir comida?

Mas... e se tratássemos os animais usados para comida da mesma forma que tratamos nossos animais de estimação?

Mas... não temos que solucionar primeiro as questões de direitos humanos?

Mas... e Hitler? Ele era vegetariano.

Mas... e as plantas?

Mas... consumir produtos de origem animal é uma tradição.

Mas... estamos no topo da cadeia alimentar.

Mas... eu conheço pessoas que consomem uma dieta vegana que são pregadoras (ou hipócritas).

Mas... o que consumimos não é uma questão de escolha?

Mas... estou ocupado e comprar um hambúrguer rápido é mais conveniente.

Mas... os animais comem outros animais.

Mas... eu nunca conseguiria parar de comer [minha comida favorita].

Mas... a minha família e meus amigos ficarão aborrecidos se eu parar de consumir alimentos de origem animal.

Mas... meu parceiro não concordará com isso, mesmo que eu queira.

Mas... não é difícil e caro consumir uma dieta vegana?

Mas... eu estou velho demais para mudar.

Mas... eu sou jovem demais para mudar.

Mas... e se eu não conseguir parar de consumir todos os alimentos de origem animal imediatamente?

Mas... consumir alimentos de origem animal produzidos “mais humanitariamente” não é um primeiro passo bom?

Mas... tornar-se vegetariano não é um primeiro passo bom?

Mas... se aceitar que não posso continuar a consumir carne e outros produtos de origem animal, me comprometo a rejeitar todo uso de animais para qualquer propósito?

III. Conclusão

Leituras recomendadas

Sobre os autores

Notas finais

Agradecimentos

Agradecemos a Mariana C. Gonzalez, Aruna Lopez, Linda McKenzie e Melissa Resnick pela assistência e sugestões editoriais.

Agradecemos a Vincent Guihan pelo projeto da capa do livro e a Vincent Guihan, Mariana C. Gonzalez e Foppe de Haan pela assistência no processo de produção.

Introdução

O número de animais usados para comida é devastador. De acordo com a Organização das Nações Unidas para Agricultura e Alimentação (FAO—*United Nations Food and Agricultural Organization*), os humanos matam mais de 57 bilhões de animais por ano para comida. Um bilhão é equivalente a mil milhões. Os peixes e outros animais aquáticos que consumimos não estão incluídos nesse número. A quantidade estimada é de, no mínimo, mais um trilhão. Um trilhão é equivalente a mil bilhões.

É uma quantidade de sofrimento e morte absolutamente assombrosa.

Se você é como a maioria das pessoas, você gosta de animais. Na verdade, você pode até se considerar uma pessoa que “ama animais”. No entanto, você provavelmente também consome carne, laticínios, ovos e outros produtos de origem animal.

Você pensou sobre essa questão, e ela o incomodou. Você suspeita que o processo de criação e abate de animais é muito brutal e você não sabe ao certo como se posicionar em relação a isso.

A maioria de nós, quando criança, ficava horrorizada ao saber que estávamos comendo animais – seres que, pelos menos em termos abstratos, nós amávamos. Para nos deixar seguros, nossos pais contaram uma ou outra história, como, por exemplo, que Deus queria que comêssemos animais ou que ficaríamos fracos e doentes se não consumíssemos produtos de origem animal. E então crescemos confortáveis com a ideia de consumir esses produtos.

Quando ficamos mais velhos, mantivemos nossa apatia moral sobre o assunto, ao nos convencer de muitas das desculpas que são exploradas neste livro. A prevalência dessas desculpas, juntamente com o fato de que elas realmente não nos satisfazem, estabelece muito claramente que sabemos que algo não está certo.

E agora há uma mudança em progresso para lidar com a nossa preocupação, oferecendo um produto feito de animais “criados soltos”, outro de animais “livres de gaiola” e uma grande variedade de carnes e outros produtos animais “felizes”. Essa é a resposta? A resposta é continuar consumindo produtos animais que são supostamente produzidos “humanitariamente”? Ou a nossa reação da infância a todas essas iniciativas é a correta? Deveríamos parar completamente de consumir produtos animais?

O que *devemos* pensar sobre a questão de consumir animais e produtos

animais? É tudo tão complicado.

O propósito deste livro é tentar tornar essa questão menos complicada.

Nós defenderemos uma proposição simples:

*Se os animais importam moralmente de **alguma forma**, nós não podemos consumir animais ou produtos feitos a partir deles e estamos comprometidos a ter uma dieta vegana, ou uma dieta de hortaliças, frutas, grãos, leguminosas, castanhas e sementes, que exclui todas as carnes, peixe, leite, queijo, outros produtos lácteos e ovos.*

Nós não apresentaremos uma argumentação geral de direitos animais.

Nós não defenderemos a noção de que animais e humanos têm valor moral igual.

Nós focalizaremos dois princípios que você e todos *já* aceitam e esperamos demonstrar que, baseados simples e unicamente nesses dois princípios, não podemos justificar o consumo de produtos animais. Esses princípios nos comprometem a ter uma dieta vegana.

Esses princípios, que são intuições morais amplamente compartilhadas e constituem a nossa *sabedoria convencional* sobre a ética animal, são os que apresentamos a seguir:

O primeiro princípio é que temos uma obrigação moral de não impor sofrimento desnecessário aos animais.

Ninguém duvida disso.

Nós poderíamos, evidentemente, ter uma discussão interessante e longa sobre o significado de “necessidade” e sobre quando o sofrimento ou dano são necessários. Mas determinar o que significa necessidade, em termos absolutos, não é relevante para os nossos propósitos.

Tudo o que é necessário é que todos nós concordamos sobre o que *não* é necessário: todos nós concordamos que não é necessário infligir sofrimento aos animais por razões de prazer, diversão ou conveniência.

Assim, apesar de talvez discordarmos sobre se determinados casos de sofrimento animal são necessários, todos concordaríamos que o sofrimento imposto aos animais somente porque nos proporciona prazer, ou porque achamos divertido ou conveniente, não é necessário.

O segundo princípio é que, embora os animais importem moralmente, os humanos importam mais.

Alguns de nós acham que os humanos importam mais, porque eles são feitos à imagem de Deus e têm alma. Alguns de nós talvez não acreditem em Deus de forma nenhuma, mas ainda acham que os humanos importam mais em termos

gerais, ou porque eles têm certas habilidades – eles podem escrever sinfonias ou poesia, pintar quadros, ou projetar prédios ou bombas.

Na verdade, não importa por que a maioria de nós pensa que os humanos importam mais e não importa se essa ideia possa ser defendida. Apesar de acreditarmos que há motivos convincentes para questionar e rejeitar essa noção – e fizemos isso em outros livros, nos quais apresentamos e defendemos uma teoria extensa de direitos animais –, nós, para os propósitos presentes, apenas presumiremos que isso é verdadeiro.

Um corolário desse segundo princípio é que, se há um conflito quando necessitamos decidir entre um humano e um não humano, devemos favorecer os interesses do humano. Por exemplo, se estamos em um bote salva-vidas com outro humano e um cão, e somos confrontados com alguma emergência que nos obriga a atirar um deles para fora do bote, o cão perde. O cão importa, mas o humano importa mais.

Nós diríamos que não há praticamente ninguém que discordaria desses dois princípios ou duvidaria de que eles são intuições morais amplamente compartilhadas. Sim, há algumas pessoas que não têm preocupação moral com os animais. Mas, e daí? Há algumas pessoas que não têm preocupação moral com outros humanos. Da mesma forma que esse fato não nega nossa preocupação moral com outros humanos, o fato de algumas pessoas não terem preocupação moral com os animais não nega o fato de que a maioria das pessoas a tem e de que aquelas que não se preocupam representam uma perspectiva minoritária. Quase todas as pessoas acreditam que os animais têm *algum* valor moral e não os consideram simplesmente como coisas.

Então vamos recapitular. Nós sustentamos que a nossa sabedoria convencional sobre os animais é:

1. Nós temos uma obrigação moral de não impor sofrimento *desnecessário* aos animais; o sofrimento imposto meramente por prazer, diversão ou conveniência é, por definição, desnecessário.
2. Os animais têm algum valor moral, mas os humanos importam mais do que os não humanos; numa situação de conflito entre um humano e um animal, o animal perde.

Nós não questionaremos essas intuições morais amplamente compartilhadas. Nós as deixaremos no seu devido lugar e mostraremos que, se você concorda com essas intuições, elas lhe compelem a parar de consumir produtos animais mesmo sem pensar em direitos animais, ou, menos ainda, sem abraçar essa

noção.

Em resumo, esperamos persuadi-lo de que *aquilo em que você já acredita* faz com que deva adotar uma dieta apenas baseada em plantas, ou vegana.

Duas coisas antes de começarmos

Primeiro, se você consome produtos animais atualmente, você pode sentir como se estivéssemos lhe atacando. Nós não estamos e não queremos que você sinta como se estivéssemos fazendo isso.

Consumir produtos animais tem sido considerado normal, pela maioria de nós, durante toda a vida. Todos nós temos lembranças afetuosas de família e amigos nos feriados e outras ocasiões especiais, onde sempre havia vários pratos servidos com produtos animais.

O propósito deste livro não é condená-lo. Não se trata de julgamento. Em vez disso, ele tem a intenção de ajudá-lo a pensar claramente sobre algo que você observa ser uma questão moral que está lhe perturbando. Na medida em que algo que dissermos possa provocar ou aborrecer você, pedimos que tente, por favor, superar sua reação para que veja se o que dizemos faz sentido para você.

Segundo, para manter o texto compreensível, tanto em termos de estilo quanto de tamanho, nós evitamos o tipo de apresentação extensa que ocorre em estudos acadêmicos tradicionais. Também não incluímos muitas notas de rodapé. Contudo, as declarações factuais, que normalmente teriam citações, não são, em sua maioria, controvertidas e podem ser facilmente verificadas.

I. Somos todos Michael Vick: nossa esquizofrenia moral

Lembra-se de Michael Vick?

Você se lembra daquela comoção toda sobre o jogador de futebol americano Michael Vick, que era, na época, o *quarterback* do Atlanta Falcons, e de seu envolvimento com as rinhas de cães em sua propriedade na Virgínia?

É claro que sim. O caso foi coberto incessantemente pela mídia durante semanas, quando apareceu pela primeira vez em 2007 e, de novo, quando Vick saiu da prisão em 2009 e assinou um contrato com o Philadelphia Eagles. Ele financiou, participou e se beneficiou com as rinhas de cães. Ele não apenas estava envolvido com as rinhas de cães, mas pessoalmente matou vários cães que, para ele, não atuavam de forma satisfatória.

As pessoas não estavam somente aborrecidas; elas estavam *furiosas* com Vick e muitas ainda estão. Há pessoas fanáticas por futebol americano – fanáticas pelo Eagles – que boicotam o Eagles por causa do Vick. Vick sempre pede desculpas, mas as pessoas simplesmente não o perdoam. Ele continua aparecendo no noticiário.

Por que a nossa reação em relação a Vick é tão forte?

É por que os cães têm direitos, e não podemos fazer os cães sofrerem por nenhuma razão?

Não, não é por isso. Podemos não gostar da ideia de qualquer sofrimento de cães, mas pode haver circunstâncias em que tenhamos um bom motivo para prejudicar um cão. Por exemplo, se você está caminhando pela rua, cuidando da sua vida, e um cão o ataca, você pode estar numa situação em que deve prejudicar o cão para sua autodefesa. Você talvez seja a favor de usar cães em experimentos biomédicos, se achar que isso pode resultar na cura de alguma doença.

A chave para entender por que estávamos, e ainda estamos, muito furiosos com Vick é focar as palavras “boas razões”. Vick fez uma coisa bárbara: ele fez os cães sofrerem e morrerem, e a única razão que ele tinha era que apreciava isso; ele sentia prazer em assistir às rinhas de cães e em participar dessa atividade.

E *ninguém* aceitaria o prazer de Vick com as rinhas de cães como uma boa

razão que serviria para justificar o que ele fez.

Por que não?

Novamente, a resposta é simples.

Todos nós aceitamos que é errado infligir sofrimento ou danos *desnecessários* aos animais. Poderíamos discordar da existência de necessidade em uma situação específica. Você pode achar que a possibilidade de obter alguns dados em um experimento biomédico doloroso que usa um cão é justificável; outros (e nos incluímos aqui) discordariam.

No entanto, a grande maioria de nós concordaria que o desfrute ou o prazer *não podem* constituir necessidade ou servir como uma boa razão para infligir sofrimento aos cães.

Considere um exemplo dentro do contexto humano: se uma pessoa dissesse acreditar que é moralmente errado infligir sofrimento desnecessário às crianças, mas que bater em crianças por prazer é moralmente aceitável, nós ficaríamos, compreensivelmente, confusos. À parte se pensamos que é uma boa ideia impor sofrimento às crianças em algum momento, se o desfrute pode bastar como boa razão para bater em crianças, então não há nenhuma *má* razão para bater em crianças. *Toda* razão é uma *boa* razão para bater em crianças; *todo* sofrimento imposto às crianças pelas surras é, por definição, necessário. Se prazer ou desfrute podem justificar impor sofrimento às crianças, então o princípio de que é errado infligir sofrimento desnecessário às crianças não significa nada.

A mesma análise poderia ser aplicada se falássemos sobre alguém que batesse num cão em vez de em uma criança. Ninguém discordaria de que bater num cão por prazer é moralmente errado, mesmo que alguém acreditasse que é aceitável, por exemplo, bater num cão que urinou no carpete. E é precisamente por isso que todos nós nos opusemos ao que Michael Vick fez; ele não tinha uma boa razão para fazer o que fez.

Então a questão de Vick abrange as duas intuições morais que discutimos anteriormente. Vick impôs sofrimento aos animais e não tinha uma razão satisfatória. E, embora não achemos que os cães importem moralmente da mesma forma que os humanos – muitos, por exemplo, “sacrificariam” um cão para encontrar a cura de alguma doença –, não havia nenhum conflito entre humanos e animais que requeria que “sacrificássemos” os interesses dos cães. O único “conflito” que Vick tinha envolvia seu desejo de usá-los para seu prazer, o que era inconsistente com o conforto dos cães.

E esse não é o tipo de conflito que conta.

O sofrimento que Vick impôs foi totalmente desnecessário.

O problema: somos todos Michael Vick

O problema é que, em termos de análise moral, consumir animais e produtos animais não é diferente das rinhas de cães.

Matamos e comemos mais de 57 bilhões de animais por ano, sem contar os peixes e outros animais aquáticos, o que envolve provavelmente mais um trilhão de animais pelo menos. Um bilhão é equivalente a mil milhões. Um trilhão é equivalente a mil bilhões. Então, todos os anos, somos responsáveis por um número assombroso de mortes.

Ninguém duvida de que usar animais para comida resulta em sofrimento significativo, nas *melhores* das circunstâncias, e, como uma questão necessária, na morte dos animais. Embora muitos de nós achemos que as indústrias de laticínios e de ovos não envolvem matar os animais, isto é incorreto, como veremos em detalhe mais adiante.

Então apliquemos a análise, que todos concordávamos que não era controversa, ao uso de animais para comida: temos uma boa razão? Há alguma necessidade envolvida nisso?

A resposta curta: não.

Mas, espere! Não precisamos consumir animais e produtos animais para sermos saudáveis?

Não.

Ninguém sustenta a ideia de que comer alimentos de origem animal seja medicamente necessário. As organizações de profissionais convencionais, como *Academy of Nutrition and Dietetics, American Diabetes Association, American Heart Association, British Dietetic Association, British Nutritional Foundation, Dietician's Association of Australia, Dieticians of Canada* e *Heart and Stroke Foundation*; instituições de pesquisa e ensino, como *Mayo Clinic, UCLA Health Center, University of Pennsylvania School of Medicine* e *University of Pittsburgh School of Medicine*; agências governamentais, tais como *British National Health Service, National Institutes of Health and Dietary Guidelines of the U.S. Department of Agriculture* e *U.S. Department of Health and Human Services*; e mesmo grandes organizações de saúde, tal como a *Kaiser Permanente*, todas reconhecem que uma dieta vegana balanceada é perfeitamente adequada à saúde humana e algumas dessas instituições afirmam que as dietas veganas podem, inclusive, trazer benefícios adicionais

significativos para a saúde em relação às dietas que contêm produtos de origem animal.^[1]

E médicos convencionais estão, cada vez com mais frequência, salientando que produtos animais são, na verdade, prejudiciais à saúde humana.

Poderíamos entrar agora numa longa discussão sobre os diversos estudos que mostram que os produtos animais estão prejudicando nossa saúde, mas não precisamos fazer isso, porque, se você concorda ou não que consumir produtos animais é prejudicial, não há certamente nenhum argumento no sentido de que alimentos de origem animal são *necessários* para termos uma ótima saúde. Isto é, mesmo que não acreditemos que seremos *mais* saudáveis nos alimentando com uma dieta vegana apropriada, não poderemos racionalmente acreditar que seremos *menos* saudáveis.

Há também amplo consenso quanto ao fato de que a criação animal é um desastre ecológico. Embora as estimativas variem, não há dúvida de que alimentos de origem animal representam um uso ineficiente da proteína vegetal, pois os animais têm que consumir vários quilos de grãos ou forragem para produzir meio quilo de carne. De acordo com os professores da *Cornell University*, David Pimentel e Marcia Pimentel,^[2] é preciso 13 Kg (um quilograma equivale a 2,2 libras) de grãos e 30 Kg de forragem para produzir um quilograma de carne bovina; 21 Kg de grãos e 30 Kg de forragem para produzir um quilograma de carne de carneiro; 5,9 Kg de grãos para produzir um quilograma de carne de porco; 3,8 Kg de grãos para produzir um quilograma de carne de peru; 2,3 Kg de grãos para produzir um quilograma de frango; e 11 Kg de grãos para produzir um quilograma de ovos. Nos Estados Unidos, a pecuária consome sete vezes mais grãos do que toda a população humana do país, e os grãos fornecidos ao gado poderiam alimentar 840 milhões de humanos que tivessem uma dieta baseada em plantas.

O estudo dos Pimentel afirma que um quilograma de proteína animal requer cerca de 100 vezes mais água do que 1 Kg de proteína de grãos. De acordo com outro estudo,^[3] um quilograma de carne bovina requer 15.415 litros de água (um galão possui 3,78 litros); carne de ovino (cordeiro e carneiro), 10.412 litros; carne de porco, 5.988 litros; e frango, 4.325 litros. Um quilograma de maçã requer 822 litros de água; banana, 790 litros; repolho, 237 litros; tomate, 214 litros; batata, 287 litros; e arroz, 2.497 litros. A maioria das estimativas varia entre 1.000 e 2.000 galões de água para produzir um galão de leite.

A Organização das Nações Unidas para Agricultura e Alimentação (FAO) afirma que a criação animal contribui com mais gases de efeito estufa na atmosfera, que estão ligados ao aquecimento global, do que a queima de combustíveis fósseis para transporte,^[4] De acordo com estimativa do Worldwatch Institute, a criação animal produz 51% do total de emissão de gases de efeito estufa no mundo proveniente da atividade humana. Além disso, uma quantidade significativa de energia fóssil é necessária para produzir um produto de origem animal. A quantidade média de energia fóssil para todas as fontes de proteína animal é de 25 quilocalorias da quantidade de energia fóssil para 1 quilocaloria de proteína animal produzida, que é 11 vezes maior do que para a produção de proteína derivada de grãos.^[5]

As técnicas de criação intensiva moderna, conhecidas como “fazendas (ou granjas) industriais”, evoluíram para produzir um grande número de animais para o mercado, a um ritmo mais rápido, a um custo mais baixo e usando muito menos terra. Isso, evidentemente, não leva em consideração a terra que deve ser usada para o cultivo de grãos e soja, que deve servir para alimentar esses animais, então as fazendas industriais não representam, de forma alguma, um uso eficiente da terra. Um acre de terra pode fornecer comida para muito mais pessoas que consomem uma dieta vegana do que para aquelas que consomem produtos animais.

Embora essas práticas produzam comida mais barata, as fazendas industriais, ou operação de alimentação de animais em confinamento (CAFOs —*concentrated animal feeding operations*), conforme a Agência de Proteção Ambiental dos Estados Unidos (EPA—United States Environmental Protection Agency) refere-se a elas, têm sérias implicações ambientais. Por exemplo, o Departamento de Agricultura dos Estados Unidos (USDA—*United States Department of Agriculture*) relata que 1,37 bilhão de toneladas de dejetos sólidos de animais são produzidos anualmente nos Estados Unidos (130 vezes mais do que os dejetos humanos produzidos no país). A quantidade excessiva de nitrogênio contida no dejetos pode ser facilmente convertida em nitratos, os quais, de acordo com a EPA, contaminam a água potável de aproximadamente 4,5 milhões de pessoas. Quando há nitratos na água subterrânea, isso pode ser fatal para os bebês.^[6]

O escoamento proveniente das fazendas industriais para água e solo é também responsável pela poluição da água subterrânea e pela ampla disseminação de

hormônios. Os antibióticos são rotineiramente adicionados à alimentação e à água das aves, do gado e dos porcos para estimular o crescimento e prevenir infecções causadas pelo confinamento intensivo e insalubre; aproximadamente

80% dos antibióticos produzidos são dados aos animais usados para comida. [7]

O uso de antibióticos na criação animal e a disseminação resultante dos antibióticos podem contribuir para a resistência aos antibióticos em humanos.

A criação animal é também responsável pela poluição da água, desmatamento, erosão do solo e todos os tipos de consequências ambientais desastrosas. Mais uma vez, você pode contestar alguns detalhes, mas *ninguém* pode confiavelmente sustentar que a criação animal não é desfavorável, no geral, no que diz respeito ao meio ambiente.

Então, no final, qual é a melhor justificativa que nós temos para impor sofrimento e morte a 57 bilhões de animais terrestres e a, pelo menos, um trilhão de animais aquáticos, os quais não precisamos consumir por questões nutricionais e uma vez que o resultado desse consumo é a devastação ambiental?

Os alimentos de origem animal são saborosos.

Nós desfrutamos do gosto da carne animal e dos produtos de origem animal.

Achamos conveniente comer alimentos de origem animal. *É um hábito.*

Então, como, exatamente, o consumo de produtos animais é, de algum modo, diferente das rinhas de cães de Michael Vick?

A resposta: não é.

Nós não temos nenhum conflito com os animais que queremos comer ou produtos animais que queremos consumir, da mesma forma que Michael Vick não tinha conflito com os animais que ele queria usar nas rinhas.

Vick gostava de ficar na frente da arena vendo animais lutarem. O resto de nós gosta de ficar na frente de uma churrasqueira assando cadáveres de animais que foram tratados tão mal quanto, se não pior ainda do que, os cães de Vick.

Não há diferença entre obter prazer com as rinhas de cães e o prazer do paladar que obtemos ao consumir produtos animais. Nos dois casos, existe um grande sofrimento. Nos dois casos, não existe necessidade.

Somos todos Michael Vick.

Pagar outra pessoa para fazer o trabalho sujo

A essa altura, você pode estar horrorizado e pensando, ou mesmo dizendo em voz alta, “Claro que há diferença! Vick participou diretamente das rinhas de cães e ele apreciou o sofrimento. Eu apenas compro produtos animais no mercado”. Nós certamente apreciamos os resultados do sofrimento e morte de animais, mas, diferentemente de Vick, não gostamos do *processo* real de sofrimento e morte.

Embora isso possa ser verdade, é irrelevante do ponto de vista moral.

Como qualquer estudante do primeiro ano do curso de direito dirá a você, a lei criminal é clara no sentido de que não importa se você apertou o gatilho ou se você contratou outra pessoa para apertar o gatilho. É assassinato nos dois casos. Pode ser verdade que a pessoa que aperta o gatilho, enfia a faca ou brande a machadinha é uma pessoa menos “gentil”, em algum sentido, do que aquela que apenas paga os honorários. Afinal de contas, é necessário um certo tipo de pessoa que participe do ato físico de matar outra pessoa. Alguém que, de fato, comete o ato pode ser um sádico que aprecia ver outros humanos sofrerem. No entanto, ainda é assassinato, tanto para a pessoa que age, e sadicamente aprecia isso, quanto para a pessoa que paga pelo homicídio. Tratamos os dois da mesma forma dentro da lei, porque, do ponto de vista moral, eles são iguais.

Similarmente, a pessoa que aprecia matar os animais ou assistir a eles se matando pode ser uma pessoa mais brutal pessoalmente do que aquela que paga outro para matar. Então, pode haver uma diferença psicológica entre a pessoa que paga o outro para matar e a pessoa que mata, mas, no que diz respeito à culpabilidade, *não* há diferença.

A sua avaliação sobre Vick seria diferente se ele financiasse o negócio de rinhas de cães, mas nunca participasse pessoalmente? Vick se torna uma pessoa mais brutal que, de fato, apreciava assistir às rinhas de cães e aparentemente participava diretamente na morte deles, mas essa é uma questão psicológica e não está relacionada com a sua culpabilidade moral. Não existe diferença entre a pessoa X, que mata o cão, e a pessoa Y, que diz para X: “mate o cão, mas espere até que eu saia porque eu sou impressionável”.

O fato de pagarmos outros para impor o sofrimento e a morte aos animais não nos livra da complicação moral.

Há algumas pessoas que dizem que a diferença entre Vick e aqueles que

apenas consomem produtos animais é que esses consumidores não conhecem verdadeiramente o sofrimento que os produtos animais representam.

Temos dificuldade de aceitar essa posição. Afinal de contas, nenhuma pessoa acima dos quatro anos de idade acha que a carne cresce em árvores. Mesmo que você não conheça o processo exato e não saiba de todas as coisas terríveis que acontecem com os animais, você sabe que os animais têm de ser abatidos para obtermos a carne e ninguém acha que um matadouro não seja um lugar de horror.

Muitos de nós vimos vídeos ou fotografias, ou mesmo apenas descrições escritas relacionadas aos horrores envolvidos na produção de carne, laticínios e ovos. E a reação é frequentemente de afastamento com uma resposta assim, “Não, não me mostre isso; não vou querer jantar”.

A questão fundamental é clara: todos nós sabemos que a produção de carne provoca sofrimento e morte. Ninguém duvida disso. Então, na verdade, a questão não é nem mesmo que aqueles que consomem animais não saibam do sofrimento. Claro que sabem. Sim, há uma diferença psicológica entre Michael Vick e uma pessoa que apenas consome produtos animais e nunca mataria um animal, mas essa é uma diferença psicológica, e não moral.

Segundo as informações, Vick tratava seus cães de forma horrível. Não há dúvida de que muitos deles sofreram muito. Mas, francamente, os animais cujos corpos muitos de nós comeremos esta noite no jantar sofreram exatamente da mesma forma, se é que não sofreram muito mais.

De modo similar, muitas pessoas que consomem carne são contra a caça. Quando perguntamos por que elas são contra isso, já que consomem carne, laticínios, ovos etc., elas frequentemente respondem: “Porque há algo pior em você matar um animal. Eu nunca seria capaz de olhar para um animal e atirar nele com uma bala ou uma flecha”.

Mais uma vez, essa resposta identifica um fato psicológico; não algo que é moralmente relevante. Na verdade, o animal que é criado e morto para fazer hambúrguer provavelmente teve, de uma forma geral, uma vida muito pior do que o animal morto pelo caçador. Então, embora matar o animal não seja necessário em ambas situações, se há alguma diferença entre as duas situações, é que a primeira é, de fato, pior, porque envolve *mais* sofrimento.

Não há distinção moral entre a carne e os outros produtos animais

Alguns de vocês estão provavelmente pensando que concordam conosco sobre a questão da carne. Você é vegetariano, ou está inclinado a ser. No entanto, você pergunta: “O que há de errado com os laticínios (leite, queijo, sorvete, iogurte etc.) ou com os ovos? Eles não matam os animais para obter esses produtos.”

A resposta curta: isso é um equívoco comum. No entanto, não deixa de ser um equívoco. Os animais usados para laticínios e ovos realmente sofrem, e todos eles são abatidos exatamente como aqueles animais usados apenas para carne. A maioria dos animais usados para laticínios e ovos é, como os animais usados exclusivamente para carne, mantida em confinamento intensivo e, da mesma forma, em condições horríveis das fazendas industriais.

A moderna indústria de leite do país utiliza primariamente os “*dry-lot dairies*”. Essas instalações são semelhantes aos currais de engorda para bovinos de corte, nos quais os bovinos usados para produção de carne são engordados e as vacas leiteiras são mantidas de pé ou deitadas em seu próprio estrume, em currais de confinamento insalubres. Ao contrário da crença popular, as vacas não produzem leite “automaticamente” e não consideram um grande favor que as ordenhemos. Elas têm de ficar prenhas primeiro. Elas são artificial e forçadamente fecundadas todos os anos para que estejam continuamente em lactação. Se tomamos o leite das vacas, então os bebês, para quem o leite é destinado, não estão tomando. Os bezerros recém-nascidos são logo separados de suas mães – às vezes imediatamente e, com frequência, no máximo um ou dois dias após o nascimento –, e ninguém discorda seriamente de que isso causa aflição à mãe e ao bebê igualmente. Muitas das bezerras serão vacas leiteiras (elas recebem alimento artificial para que não bebam o leite materno); o restante das bezerras, e todos os bezerros, serão usados para a produção de “carne”, sendo que alguns deles serão criados em condições de confinamento (bairros) e serão abatidos por volta dos seis meses de idade para serem vendidos como carne de vitela. Todos os bovinos, sejam criados para carne ou leite, terminarão no matadouro. Vacas leiteiras, que podem viver por 25 anos, são usualmente abatidas após quatro ou cinco anos, quando a produção começa a diminuir.

Como resultado dos métodos atuais das fazendas leiteiras (dieta, moradia), as vacas leiteiras sofrem de claudicação, mastite (uma inflamação dolorosa do

úbere), problemas reprodutivos e diarreias virais e bacterianas sérias. Elas frequentemente tomam medicamentos para que produzam mais leite. Todo gado leiteiro acaba sua vida no mesmo matadouro deplorável, como acontece com o gado de corte, e muitos bovinos leiteiros – por estarem muito doentes para caminhar para o matadouro – são, portanto, arrastados. Além disso, os bovinos leiteiros são mutilados; seus chifres são removidos e seus rabos são parcialmente cortados, ou totalmente amputados, sem anestesia. O corte do rabo é uma prática regular.

Com relação à indústria de ovos, após saírem do ovo, os pintinhos são separados em machos e fêmeas. Como os machos não podem botar ovos e como as galinhas poedeiras são uma raça específica de poedeiras que não são apropriadas para serem usadas como “carne”, somente nos Estados Unidos mais de 100 milhões de pintinhos machos são mortos todos os anos ao serem jogados vivos em máquinas de moer, sufocados dentro de sacos de lixo ou asfixiados com gás. Galinhas poedeiras são confinadas em minúsculas gaiolas de bateria onde elas têm, em média, 432.26 centímetros quadrados de espaço, ou cerca de uma única folha de papel tamanho carta para viver durante toda a sua vida. A maioria das galinhas poedeiras está sujeita à muda forçada – na qual as aves são submetidas à fome por um certo período de tempo, fazendo com que percam as penas e forçando seus processos reprodutivos ao rejuvenescimento – e passam pelo processo de debicação para evitar que as aves machuquem umas às outras. As galinhas que não são confinadas em gaiolas de bateria são criadas em circunstâncias “livres de gaiola” ou “soltas”, as quais ainda resultam em sofrimento terrível. E as galinhas poedeiras são todas abatidas quando a capacidade de produzir ovos diminui, geralmente após um ou dois ciclos de postura de ovos. Então se tudo o que você come são ovos, você ainda é responsável diretamente pelo sofrimento e morte de muitas galinhas.

A questão fundamental é: há tanto sofrimento num copo de leite ou num ovo quanto há num bife.

Lembra-se da Mary Bale?

Exemplos como o de Michael Vick são abundantes.

Voltemos nossa atenção para Mary Bale de Coventry, no Reino Unido, que jogou um gato numa lixeira, onde o infeliz animal ficou preso por aproximadamente 15 horas antes de ser solto. Seu ato insensível foi capturado em vídeo e espalhado na Internet.

O resultado foi, como no caso de Vick, não apenas raiva; foi *indignação*.

Abaixo da legenda de uma foto que afirmava que Mary Bale “tem sofrido calúnias desde que foi filmada, por uma câmera de segurança, colocando um gato numa lixeira”, uma reportagem do noticiário descreveu a reação pública desta forma:

A “mulher que jogou o gato na lixeira”, de Coventry, foi ofendida ao redor do mundo, recebeu ligações telefônicas abusivas e ameaças de morte de lugares tão distantes como a Austrália, depois do que ela descreveu como “um erro de julgamento cometido em uma fração de segundo” – imagem que foi capturada por câmera e enviada ao YouTube.

Milhares de pessoas disseram nas páginas do Facebook que “Mary Bale é pior do que Hitler” e pediram “Pena de Morte para Mary Bale” quando ela atraiu as manchetes de jornais que iam de “É um erro grave” a “Como ela pôde fazer isso?”^[8]

Bale foi processada pela RSPCA por causar “sofrimento desnecessário” a um animal e foi multada em 250 libras, mas também exigiram que ela pagasse uma taxa adicional e despesas à vítima, num total de 1.436,04 libras.

Pense nisso.

O público, a maioria do qual consome produtos animais e, deste modo, apoia e participa diretamente de conduta que não é moralmente diferente da que Mary Bale teve, condenou Mary Bale. E, novamente, as pessoas não apenas ficaram aborrecidas com ela. Elas ficaram, como no caso de Vick, ultrajadas com o que ela fez.

Por quê?

Pelo mesmo motivo que as pessoas estavam aborrecidas com Vick. Bale infligiu sofrimento ao gato e, simplesmente, não era justificável. Ela fez isso sem

nenhuma boa razão.

A questão não é se o que Mary Bale fez foi moralmente aceitável; claramente não foi. A questão é que não há distinção entre isso e o que o restante de nós faz. Na verdade, se é distinguível, é porque aquilo que apoiamos e de que participamos todos os dias é *pior* do que Mary Bale fez.

Então, a dedução é bem clara aqui: nós condenamos – de forma bastante intensa – pessoas como Vick e Bale por fazerem coisas que são indistinguíveis do que o restante de nós faz.

Além de cães e gatos

E a nossa sabedoria convencional não se aplica apenas aos cães e gatos. Aplica-se aos animais que usamos para diversão como também para comida.

Pense nas touradas. Embora haja pessoas que apreciem esse “esporte” e apoiem sua continuidade, a maioria das pessoas acha que é repulsivo e que deveria ser banido. Quando, em 2010, o toureiro espanhol Julio Aparicio levou uma chifrada que entrou pelo pescoço e saiu pela boca, muitas pessoas, e não apenas os defensores dos direitos animais, afirmaram que Aparicio teve o que merecia. [\[9\]](#)

Por quê?

As touradas são eventos muito violentos. Um touro é atormentado através da inserção de lanças nos músculos das costas e ele é, finalmente, morto quando uma espada é introduzida em seu coração. E a única justificativa para esse evento horrível é prazer, na forma de entretenimento.

Sim, alguns defensores afirmam que a tourada é uma forma de arte no nível da pintura, escultura, dança e música. No entanto, isso é apenas outro modo de dizer que é uma forma de entretenimento. Não há necessidade; essa atividade não é necessária. Não há conflito entre os humanos e os animais que justifique o sofrimento dos touros.

Somos contra as touradas porque elas violam a sabedoria convencional; elas envolvem a imposição de sofrimento desnecessário a um animal.

Mas, de novo, não há diferença entre touradas e usar touros e outros animais para comida. *Nenhum dos usos é necessário.* Os dois usos servem apenas para satisfazer o prazer dos humanos. Na realidade, touros e vacas que terminam em matadouros têm vidas e mortes que são tão brutais quanto a vida e a morte de um touro criado para touradas.

De fato, na maioria dos casos, os touros mortos na arena são cortados e a carne é distribuída para os pobres. A diferença entre as duas situações é que numa situação o abate não é coreografado; na outra, ele é.

E essa é a *única* diferença.

Ironicamente, quando focalizamos os animais para “comida” como indivíduos, particularmente em situações nas quais eles estão sofrendo ou em perigo, reagimos a elas exatamente da mesma forma que reagiríamos se fosse um cão ou

um gato.

Todos já ouvimos sobre situações em que animais, que não eram animais de estimação, estavam em perigo e pessoas realizaram grandes esforços para ajudá-los. Por exemplo, não muito longe de onde moramos, uma vaca caiu num pequeno lago e ficou presa na lama. A polícia e os bombeiros passaram o dia seguinte ao acontecimento, que era um feriado, tentando resgatar a vaca. Eles conseguiram; e se esforçaram, não apenas para resgatar a vaca, mas também para mantê-la calma e confortável durante e após o resgate.

Se esses bombeiros e policiais não estivessem envolvidos no resgate da vaca naquele dia, eles provavelmente estariam participando de um churrasco no qual os corpos de vacas estariam sendo grelhados. Mas quando confrontados com uma situação na qual viram a vaca indefesa, eles agiram exatamente como agiriam se o animal impotente fosse um cão. Se alguém tivesse visto a vaca e, ao invés de ajudá-la, tirasse vantagem da sua inaptidão de se mover e a torturasse de forma horrível, não há dúvida de que veríamos uma fúria pública como a que houve contra Vick e um processo criminal pela violação das leis anticrueldade.

Pense em como muitas pessoas ficaram aborrecidas no Reino Unido quando souberam que havia carne de cavalo nos produtos processados de carne bovina. Elas estavam objetando o fato de que na carne delas havia carne.

É espantosamente confuso quando pensamos nisso.

* * *

Então, a que conclusões podemos chegar sobre o que vimos até agora?

A maioria de nós concorda que, embora os animais não tenham o mesmo valor moral que os humanos, eles realmente têm valor moral e temos uma obrigação moral de não impor sofrimento desnecessário a eles. A maioria de nós concorda que a imposição de sofrimento aos animais por razões de prazer, diversão ou conveniência não constitui necessidade. Olhamos para pessoas como Michael Vick e Mary Bale, ou para práticas como as touradas, e condenamos todas elas porque fazem os animais sofrerem sem nenhuma boa razão.

O problema é que toda vez que consumimos produtos animais, estamos participando da inflicção de sofrimento aos animais sem nenhuma boa razão. No que diz respeito aos animais, somos todos Michael Vick. Somos todos Mary Bale. Todos nós temos uma conduta que é indistinguível das touradas.

No que diz respeito aos animais, nós sofremos de *esquizofrenia moral*.

A esquizofrenia clínica envolve pensamento delusório. Nosso pensamento

moral sobre os animais é literalmente delusório. Pensamos que os animais têm valor moral; pensamos que temos obrigação de não impor sofrimento desnecessário aos animais. Somos contra a imposição de sofrimento aos animais quando não há nenhuma razão convincente. Mesmo assim, continuamos impondo sofrimento terrível a bilhões de animais sem nenhuma razão que seja mais convincente do que prazer, diversão ou conveniência.

A essa altura, temos apenas três opções.

A primeira opção é determinar que, apesar de *dizermos* que é moralmente errado infligir sofrimento aos animais sem uma justificativa adequada, não queremos realmente dizer isso. É perfeitamente aceitável infligir sofrimento aos animais por qualquer razão, incluindo prazer, diversão ou conveniência. Nosso aborrecimento com Vick, Bale e as touradas não é realmente nada mais do que hipocrisia, que agora reconhecemos e aceitamos.

A segunda opção é que conseguimos convencer você a parar de consumir produtos animais ou, pelo menos, a resolver fazer isso. Se esse é o caso, então você pode parar de ler agora e começar a procurar receitas veganas rápidas, fáceis, baratas e saudáveis, que estão disponíveis aos milhares na Internet.

A terceira opção é que você está preocupado e acha que existe algum fundamento em nossa argumentação, porém você está dizendo “Mas” e pensando em *outros* motivos que fizessem você manter a convicção de que os animais realmente importam, mas que é aceitável que você continue consumindo-os.

Examinaremos esses “Mas” na seção seguinte.

II. “Mas...”: as desculpas que usamos e por que elas não funcionam

Sim, você acha que infligir sofrimento aos animais requer uma boa razão – algum tipo de necessidade. Não, prazer não é uma boa razão. Sim, você acha que o que Michael Vick fez foi terrível. Sem dúvida.

No entanto, você diz “Mas...”

Então, nessa seção, exploraremos os “Mas” que usamos para tentar distinguir nosso consumo de alimentos de origem animal das rinhas de cães e de outras formas de “abuso” animal. Esses “Mas” são as desculpas que usamos para fingir que o que a maioria de nós faz todos os dias – sem mesmo pensar duas vezes – é diferente do que Michael Vick fez.

Uma prévia: nenhuma delas funciona.

Mas... de onde você tira a sua proteína?

Esse e outros “Mas” semelhantes, como “Mas você se sente saudável sem consumir carne e laticínios?”, são partes da nossa tentativa desesperada, mas fútil, de apegar-se à noção de que devemos continuar a consumir carne e outros produtos animais ou correr o risco de morrer de desnutrição. Isto é, esses “Mas” sustentam que realmente existe alguma *necessidade* envolvida em consumir animais.

Como mencionamos anteriormente, autoridades da medicina convencional reconhecem, agora, que uma dieta vegana é saudável. Enquanto uma absorção adequada de proteína é uma das razões mais comuns para contrariar uma dieta vegana, numerosos estudos e relatórios ao longo dos anos, nos Estados Unidos, no Reino Unido, no Canadá, na Nova Zelândia e na Austrália, têm confirmado que uma dieta vegana fornece muita proteína. Além disso, o Departamento de Agricultura dos Estados Unidos (USDA—*United States Department of Agriculture*) sustenta, explicitamente, que uma dieta vegana é capaz de fornecer quantidades adequadas de proteína.

Deixe-nos ser claros e concisos: *não há evidência verossímil – nenhuma – de que uma dieta vegana não possa suprir a mesma qualidade de proteínas como aquela das fontes animais.* A questão fundamental é clara: “Alimentos de origem vegetal contêm proteínas suficientes”. [\[10\]](#)

Mas... eu vou conseguir suficiente ferro, se não comer carne?

Sim.

Precisamos de ferro para a formação do sangue. As mulheres precisam de mais ferro do que os homens; mulheres em pré-menopausa e especialmente mulheres grávidas precisam de mais ferro do que mulheres em pós-menopausa. O ferro é uma parte central da hemoglobina, que transporta o oxigênio dos pulmões para os tecidos. Ele é também um constituinte de certas enzimas. O ferro é encontrado em duas formas: o ferro heme, que corresponde a 40% do ferro encontrado na carne bovina, aves e peixes, e o ferro não-heme, que compõe os outros 60% do ferro no tecido animal e todo o ferro presente nos alimentos vegetais. O ferro heme é mais facilmente absorvido do que o não-heme e isso leva algumas pessoas a terem medo de que uma dieta vegana não tenha suficiente ferro.

Não tenha medo.

Os estudos mostram que a anemia pela deficiência de ferro não é mais comum entre veganos do que entre a população em geral. Muitos alimentos vegetais são, na verdade, superiores em ferro aos alimentos de origem animal. Espinafre possui 15,5 mg de ferro por 100 calorias; um bife possui 0,9 mg por 100 calorias. Lentilhas possuem 2,9 mg por 100 calorias; uma bisteca de porco possui 0,4 mg por 100 calorias. Grãos integrais, frutas secas, castanhas, vegetais de folhas verdes, sementes e leguminosas são também boas fontes vegetais de ferro. Além do mais, as dietas veganas tendem a ser mais ricas em vitamina C, o que aumenta a absorção de ferro não-heme.

É *fácil* obter todo o ferro de que você necessita numa dieta vegana, seja você homem, mulher (na pré- ou pós-menopausa, ou grávida) ou criança. Na realidade, é mais fácil conseguir todo o ferro necessário em alimentos vegetais do que em alimentos animais, e você certamente terá que consumir menos calorias de alimentos vegetais para conseguir o ferro de que precisa.

Mas... vou conseguir cálcio suficiente, se não consumir leite e outros produtos lácteos?

Sim. Na verdade, se você não consumir laticínios e estiver atento à necessidade de obter cálcio de alimentos vegetais, você pode certamente *reduzir* suas chances de ter osteoporose.

“O quê?”, você indaga. “Mas nos dizem que precisamos do leite e de outros produtos lácteos para ter ossos fortes.” Sim, isso é dito – pela indústria do leite. Mas não significa que seja verdade. Não precisamos tomar leite produzido por outras espécies; na realidade, somos a única espécie que faz isso. Com o intuito de perpetuar a noção lucrativa de que precisamos do leite de vaca, estamos sujeitos à desinformação nutricional.

Precisamos de cálcio para ossos fortes. A indústria do leite diz que o leite de vaca é a única ou a essencial fonte de cálcio. No entanto, o leite de vaca não é a única, ou a melhor fonte de cálcio. Muitos alimentos vegetais são excelentes fontes de cálcio: melão, amêndoa, figo, semente de girassol germinada, semente de gergelim, tofu processado com sulfato de cálcio, tofu coagulado com cálcio, couve chinesa, brócolis, repolho chinês, couve, folhas de mostarda, quiabo, feijões e leites fortificados de soja, amêndoa, coco, cânhamo e arroz.

Além disso, não apenas o leite de vaca não é, de forma alguma, a única fonte de cálcio, mas também não é a melhor. O corpo precisa de magnésio para absorver o cálcio e o leite de vaca não contém magnésio suficiente para dar sustentação ao seu nível de cálcio. Isso resulta em acúmulo excessivo de cálcio no organismo e pode levar ao desenvolvimento de depósitos de cálcio nas articulações e nos rins.

O consumo de proteína animal, incluindo a proteína encontrada nos laticínios, causa acidificação do nosso sangue, que resulta na lixiviação de cálcio dos ossos e, por fim, na excreção do cálcio do nosso corpo. Então o consumo de laticínios não apenas não previne a osteoporose, mas pode, na realidade, causá-la! No *The China Study*, o doutor T. Colin Campbell descobriu que uma proteína encontrada no leite de vaca – a caseína – estimulou o câncer. O doutor Joel Fuhrman também afirma, no livro *Eat to Live*, que há uma forte correlação entre a lactose do laticínio e a doença cardíaca.

Os veganos precisam se certificar de consumir suficientes alimentos vegetais ricos em cálcio para assegurar que tenham um nível de cálcio adequado? Sim. Mas, como mais de 60% dos americanos que consomem leite sofrem de

deficiência de cálcio, diligência não é uma questão apenas para os veganos. Na verdade, devido a outras questões relacionadas ao leite de vaca e proteínas contidas nele, os veganos, mais uma vez, contam com vantagens nutricionais.

Mas... meus filhos conseguirão suficiente iodo?

A BBC fez uma reportagem sobre um estudo que, de modo aparente, mostrava que mulheres com muito pouco iodo enquanto estavam grávidas tiveram filhos com QI e notas de leitura mais baixos. A solução? “Os acadêmicos aconselham que as mulheres na fase da gravidez mantenham o iodo na dieta, por meio do consumo de laticínios e peixe. As mulheres foram aconselhadas a não tomar comprimidos à base de algas marinhas, porque eles contêm iodo demais.”^[11]

Primeiro, os comprimidos à base de algas marinhas *podem* ter iodo demais. Segundo, consumir pequenas quantidades de algas pode fornecer todo o iodo de que precisamos. Outras fontes vegetais de iodo são batata assada e feijão branco. Sal fortificado (ou iodado) também supre o iodo.

As mulheres em fase de amamentação precisam de 250 microgramas de iodo por dia; outros adultos precisam de 150 microgramas. Os alimentos vegetais podem suprir essas quantidades.

Mas... fiquei sabendo de alguém que ficou doente após parar de comer produtos animais.

E todas as pessoas que você conhece que comeram produtos animais e tiveram câncer, doenças cardíacas etc.?

Esse “Mas” é mais uma tentativa tentativa de caracterizar o consumo de produtos animais não como uma questão de prazer, mas de necessidade física. Como mencionamos anteriormente, mesmo as organizações tradicionalmente conservadoras, incluindo órgãos profissionais e governamentais e serviços de saúde, concordam que uma dieta vegana “apropriadamente planejada” pode ser completamente saudável. E *não* há evidência contrária.

Claro que é possível ficar doente comendo apenas alimentos vegetais, da mesma forma que é possível (e mais provável, na verdade) ficar doente comendo produtos animais. Embora uma quantidade de vitamina B12 seja produzida por bactérias no corpo humano, essa produção não é suficientemente confiável para suprir nossas necessidades, e os hábitos não saudáveis, que os humanos têm, impedem a produção e absorção máximas da B12 endógena. Dessa forma, é necessário suplementar a B12 com fontes externas, tanto se você consome uma dieta vegana *como* uma dieta com alimentos animais. Então, *todos* os humanos precisam obter sua B12 de algum outro lugar fora do corpo. Nós obtemos a vitamina B12 da levedura; onívoros a obtêm por meio da carne. Mas *toda* B12 vem de bactérias – seja ela encontrada no estômago de animais ruminantes, que a obtêm da fermentação de material vegetal na porção caudal do tubo digestivo, ou em algumas variedades de levedura nutricional. Então, se você adotar uma dieta vegana, mas não consumir uma fonte alternativa de B12, como a levedura nutricional, sim, você *pode* ficar doente. No entanto, há muitas pessoas que têm deficiência de B12 apesar de consumirem alimentos de origem animal.

E com relação ao DHA e ao EPA, ácidos graxos de cadeia longa que não são encontrados em alimentos vegetais e que, para obtê-los, as pessoas comem peixe? A maioria das pessoas pode converter os ácidos graxos de cadeia curta, encontrados nas sementes de chia, nozes, vegetais de folhas verdes escuras e óleo de canola, em ácidos graxos de cadeia longa. Ou você pode obter DHA e EPA de cadeia longa diretamente da fonte da qual os peixes obtêm – algas. Atualmente, existem muitos suplementos DHA/EPA que são derivados de algas.

Ocasionalmente, ouvimos sobre pais que foram processados por homicídio culposo porque o filho morreu devido a uma dieta “vegana”. Mas quando os fatos são revelados, ficamos sabendo que os pais alimentaram a criança apenas com alface americana (ou algo similar) e nada mais, por um período prolongado.

Se os pais alimentassem a criança apenas com bife três vezes ao dia por um período prolongado, a criança também ficaria doente. Mas ninguém diria que a criança morreu ou ficou doente por comer carne. Eles diriam que os pais praticaram abuso ao alimentar a criança com uma dieta inadequada. O mesmo é verdade com relação a uma dieta composta apenas de alface. Essa não é uma dieta vegana; é uma dieta absurdamente inadequada.

Ao longo dos 30 anos em que temos sido veganos, ouvimos sobre várias pessoas que supostamente ficaram doentes consumindo dieta vegana. Uma dieta vegana inadequada fará com que você fique doente porque é inadequada, e não porque é de base vegetal. Não coma nada mais do que salsão e iogurte de soja e você não se sentirá muito enérgico. Grande surpresa.

Nós também encontramos pessoas que dizem que os seus corpos “dizem a elas” que devem comer carne ou peixe ou frango ou laticínios ou o que seja. Mas tais afirmações não são diferentes de dizer “Eu gosto do sabor da carne (ou o que seja)”. Em outras palavras, são afirmações sobre o prazer do paladar e nada mais. Uma questão relacionada é a “necessidade” de comer carne ou outros produtos animais baseada no tipo de sangue. A denominada “dieta do tipo sanguíneo” foi desmascarada como pseudociência.

Mas... Deus não quer que comamos animais?

Um “Mas” frequentemente levantado, particularmente nos Estados Unidos, é que Deus quer que comamos animais, ou que Deus colocou os animais na Terra para comermos.

A forma mais comum desse “Mas” é que *Gênesis*, o primeiro livro do Velho Testamento, que é comum tanto na tradição judaica como na cristã, diz que Deus criou o mundo e deu domínio e controle sobre os animais aos humanos.

Isso não quer dizer que Deus quer que comamos produtos de origem animal?

Espere apenas um minuto; é um pouco mais complicado do que isso.

A primeira coisa a fazer é ler o *Gênesis*. O texto simplesmente não diz o que todos que usam esse “Mas” parecem pensar.

No *Gênesis*, é dito que Deus criou o mundo e deu “domínio” sobre ele aos humanos, mas – e aqui está a surpresa – *ninguém estava comendo ninguém no início*. Deus disse aos humanos: “Eu vos dou todas as ervas que dão semente, que estão sobre toda a superfície da Terra, e todas as árvores em que há fruto que dê semente; isso será vosso alimento”.^[12] E então Deus disse a todos os animais e pássaros: “Eu dei toda erva verde para alimento: e assim se fez”.^[13]

Então, no início, antes que Adão e Eva desobedecessem a Deus, ao comerem o fruto da árvore proibida e serem expulsos do Jardim do Éden, todos – humanos e animais igualmente – comiam *apenas* alimentos vegetais. Foi somente após Deus destruir o mundo com o dilúvio que ele disse a Noé que os humanos tinham permissão de comer “tudo o que se move, e vive”.^[14]

Começamos em harmonia com Deus, como seres que consumiam plantas. Quando rompemos relações com Deus e fomos expulsos do Éden, Deus *permitiu* que matássemos os animais como uma acomodação do nosso estado de imperfeição. O Velho Testamento, pelo menos, sugere que deveríamos voltar ao estado ideal.

Quando o profeta Isaías fala sobre a vinda do Messias e do restabelecimento do reino de Deus na Terra, como ele os descreve? Primeiro, haverá paz entre humanos, que “quebrarão suas espadas, transformando-as em relhas, e suas lanças, a fim de fazerem podadeiras: uma nação não levantará a espada contra outra nação nem se aprenderá mais a fazer guerra”.^[15] Mas a paz também se estenderá para e entre os não humanos: “O lobo e o carneiro comerão juntos, e o

leão comerá feno como o novilho: e pó será o alimento da serpente. Não se fará mal, nem destruição em todo o meu monte santo, diz o Senhor”^[16].

No entanto, nós não somos eruditos bíblicos e não queremos exagerar sobre esse caso aqui. Aachamos que usar o Velho Testamento como argumento irrefutável para não consumir produtos animais não seria confiável. Mas também não seria confiável dizer que o Velho Testamento fornece apoio irrefutável à visão de que Deus está nos dando aprovação para matar e comer o que quisermos porque gostamos do sabor ou porque é mais fácil parar e apanhar uma porção de frango frito do que fazer arroz e feijão ou uma das muitas outras receitas veganas que podem ser preparadas de forma muito fácil e rápida.

O Velho Testamento, assim como quase todas as escrituras religiosas, é ambíguo, na melhor das hipóteses, e contém contradições. De fato, todo o problema em usar documentos, a exemplo do Velho Testamento, como apoio para *qualquer coisa* é que o Velho Testamento pode ser lido para apoiar *tudo*, incluindo todos os tipos de coisas que todos nós reconhecemos como terríveis, como a escravidão humana, o assassinato e o estupro.

Considere a história de Ló, que também está no *Gênesis*. Dois anjos foram à casa de Ló, que os recebeu como convidados. Os homens de Sodoma foram à casa de Ló e, achando que os anjos eram homens humanos, pediram para que Ló lhes trouxesse seus convidados para que pudessem, bem, sodomizá-los. Ló respondeu que os homens da vila não poderiam ter os seus convidados, mas que eles poderiam, em vez disso, levar as suas duas filhas virgens e fazer o que bem entendessem com elas.^[17] E Ló é um dos bons rapazes do Velho Testamento!

A Bíblia proíbe todo tipo de coisas, tais como: arredondar a extremidade do cabelo (costeletas) ou cortar as pontas das barbas;^[18] fazer tatuagem;^[19] usar vestimentas com mistura de linho e lã;^[20] ter contato com uma mulher em período de menstruação;^[21] às mulheres, proíbe de falarem em igrejas,^[22] e aos homens que não tenham seus testículos e pênis intatos, de ir à igreja.^[23] Segundo a Bíblia, se dois homens estiverem brigando e a esposa de um deles tentar ajudar seu marido, agarrando os testículos ou o pênis do homem que está espancando seu marido, a mão dela deverá ser cortada.^[24] E a pena de morte é prescrita não apenas para assassinio de outra pessoa, mas para outros crimes,

como amaldiçoar os próprios pais. [25]

A verdade é que mesmo a pessoa mais fundamentalista não segue, literalmente, as escrituras de sua religião. Então está claro que não podemos depender exclusivamente desses textos para solucionar cada problema moral em particular.

Parece que o máximo que a pessoa pode argumentar é que os humanos são mais importantes porque eles são feitos à imagem de Deus e têm almas, ou têm almas “especiais”. Essa visão é evidentemente apenas um aspecto da nossa sabedoria convencional. Isto é, a maioria das pessoas acha que os animais importam moralmente, mas que os humanos importam mais do que os animais. As pessoas religiosas podem acreditar que os humanos são mais importantes, porque Deus criou os animais como seres espiritualmente inferiores. No entanto, muitas pessoas, que não são religiosas, e de fato talvez sejam ateístas, acham que os humanos importam mais porque eles são cognitivamente mais sofisticados.

Mesmo que você acredite que você tem alma e os animais não, e que devemos preferir os interesses de um humano em qualquer situação na qual devemos escolher – isto é, em qualquer situação de conflito legítimo –, isso nos leva diretamente de volta ao fato de que, quando você está decidindo o que comer esta noite, não há conflito. Há apenas uma escolha. Se você escolher o produto animal, você está participando do sofrimento e da morte na ausência de qualquer tipo de conflito ou compulsão. A única justificativa é que você gosta de consumir produtos animais ou que é mais conveniente para você fazer isso.

Pense nisso dessa forma: imagine se Michael Vick dissesse que as rinhas de cães são aceitáveis porque os cães não têm alma. Você concordaria com isso? Imagine se Vick dissesse que Deus quer que façamos as rinhas de cães porque eles não têm alma. Você concordaria com isso?

Você responderia a Vick que o fato de Deus ter nos criado à sua imagem significa que, em situação de conflito entre humanos e não humanos, deveríamos proteger o interesse dos humanos acima do interesse do animal. Então, no caso de uma pessoa estar em situação de emergência *verdadeira*, tal como estar em uma situação em que está morrendo de fome, sem alimentos vegetais para comer, faria sentido, se ela for uma pessoa religiosa, dizer que Deus quer que ela mate e coma um animal e que ela deveria fazer isso.

No entanto, dizer que Deus quer que comamos alimentos de origem animal quando *não* estamos numa situação de emergência, não é diferente de dizer que Deus quer que façamos rinhas de cães. Se você acha que a situação das rinhas é

objetável – talvez ofensiva –, você também deveria ter a mesma opinião acerca do consumo de produtos animais.

Mas... comer produtos animais não é “natural”?

Esse “Mas” é como dizer que Deus quer que comamos animais, mas que não precisamos nos incomodar com Deus. Algo mais, que é grandioso e importante – a natureza –, quer que comamos animais. Se não comermos animais, estamos agindo contra a natureza. Estamos nos comportando de maneira *não natural*. Isso é uma coisa poderosa – mesmo que você seja um ateu. De fato, “Mas Natural” é como “Mas Deus” sem Deus. Procura estabelecer necessidade, só que sem Deus.

Mas por que pensamos que a natureza deseja, o que quer que isso signifique, que comamos animais? A resposta habitual é dizer que somos fisicamente adaptados a comer carne e outros produtos animais.

Deixando de lado que muitas pessoas são intolerantes à lactose e que muitos médicos estão salientando que os produtos animais são prejudiciais à saúde humana, o *máximo* que podemos dizer é que *podemos* comer produtos animais; não há nada em nosso corpo que sugere que ele é projetado para fazer isso.

Os humanos são comparáveis fisicamente muito mais com os herbívoros do que com os carnívoros. Os carnívoros têm garras bem desenvolvidas. Nós não temos garras. Nós também não temos os caninos afiados de que animais carnívoros precisam. Apesar de ainda termos os dentes caninos, eles não são afiados e não podem ser usados da forma como os animais carnívoros usam seus dentes caninos afiados. Temos dentes molares planos (vistos em herbívoros como as ovelhas), os quais usamos para triturar.

Os carnívoros têm um trato intestinal curto para que possam expelir rapidamente a carne em deterioração. Os herbívoros têm um trato intestinal muito mais longo, como os humanos também têm. Os herbívoros e os humanos têm ácido estomacal fraco, se comparado aos carnívoros que têm forte concentração de ácido clorídrico no estômago para digerir a carne.

Os animais herbívoros possuem glândulas salivares bem desenvolvidas para pré-digerir frutas e grãos e possuem saliva alcalina que é necessária para pré-digerir os grãos, assim como os humanos. Os animais carnívoros não têm glândulas salivares semelhantes e possuem saliva ácida.

Os defensores da dieta paleolítica dizem que deveríamos comer como os nossos “ancestrais” comiam. Mas como eles comiam? Como o biólogo Rob Dunn escreveu na revista *Scientific American*: “na maior parte dos últimos vinte

milhões de anos de evolução dos nossos corpos, através da maioria das grandes mudanças, estávamos comendo frutas, castanhas, folhas e um bocadinho ocasional de inseto, rã, pássaro ou rato. Embora alguns de nós aceitem o leite, alguns talvez passem melhor do que outros com amido e alguns se dêem melhor ou pior com o álcool, todos temos o maquinário básico para consumir frutas ou castanhas sem problemas”. [26]

E, como afirmamos anteriormente, a evidência é bem clara de que não precisamos de produtos animais para ter uma ótima saúde. Você poderia pensar que, se estivéssemos destinados a comer produtos animais, aqueles de nós que não comem (e não têm comido por décadas) sofreriam efeitos prejudiciais de saúde. Mas não sofremos. Estamos bem. Temos que nos certificar em obter a vitamina B12, que os humanos não produzem, ou, pelo menos, não produzem em quantidades confiáveis. Mas todos os humanos têm que obter a B12 de algum lugar. Os carnívoros a obtêm da carne; os veganos a obtêm da levedura nutricional, de outros alimentos fortificados ou de suplementos. Mas toda B12 provém de microorganismos.

Como afirmamos anteriormente, os humanos também precisam de ácidos graxos, que eles não produzem. A maioria das pessoas obtém os ácidos graxos essenciais através do consumo de peixe. Os peixes os obtêm através do consumo de algas. Nós conseguimos esses ácidos graxos diretamente de um suplemento de algas. Nós também consumimos sementes de linhaça e nozes, que fornecem esses nutrientes.

Então, embora haja evidência considerável de que alimentos animais são prejudiciais à saúde humana, não queremos nos envolver aqui num debate de estudos para convencê-lo de que é mais saudável não consumir produtos animais. Contudo, queremos deixar claro que o melhor que uma pessoa que consome produtos animais pode dizer, é que sua dieta não é melhor do que aquela de uma pessoa que consome uma dieta balanceada sem produtos animais.

Em resumo, não há evidência de que nossa natureza requer que comamos produtos animais. Na verdade, a evidência existente indica o contrário.

Mas... e se todo mundo consumisse somente alimentos vegetais? Não haveria terra suficiente para cultivar comida!

Esse “Mas” afirma que, se todos nós comêssemos apenas alimentos vegetais, não haveria espaço suficiente para cultivar toda a produção necessária. Assim, comer carne e outros produtos animais é, diferente do que foi dito, necessário. Isso distingue consumir animais das rinhas de cães.

Esse “Mas” não está apenas errado; está *muito* errado.

De acordo com a Agência de Proteção Ambiental dos Estados Unidos (EPA —*U.S. Environmental Protection Agency*), aproximadamente 80 por cento de todo o milho plantado nos Estados Unidos é consumido pelo gado, aves e peixes e “mais de 30 milhões de toneladas de alimentos de soja são consumidas como

alimento para o gado em um ano”.^[27] Além disso, de acordo com o Departamento de Comércio dos Estados Unidos (*U.S. Department of Commerce*), “enquanto 56 milhões de acres das terras nos Estados Unidos estão produzindo feno para o gado, apenas 4 milhões de acres estão produzindo vegetais para o consumo humano”.^[28]

Essas estatísticas ilustram claramente como estamos usando ineficientemente os recursos do nosso planeta – incluindo a terra, a água e a energia – ao consumir carne e outros produtos animais. Todavia, a produção de carne e de laticínios continua subindo no mundo. A demanda nos Estados Unidos e na Europa é tão alta que não pode ser cumprida dentro das fronteiras nacionais. Essas indústrias da carne têm precisado da América Latina para suprir a demanda, e, pelo menos, 20 por cento da floresta Amazônica já foi convertida em pasto e em produção agrícola para alimentação. Essas práticas suprem os Estados Unidos e a Europa, de forma ineficiente e barata, enquanto desperdiçam a agricultura eficiente e natural dessas nações em desenvolvimento.

Os oponentes da agricultura baseada em plantas dizem que a expansão da produção da safra resultaria na destruição completa da terra arável, porque o empobrecimento do solo se tornaria tão severo, que a terra seria incapaz de manter nossos métodos atuais de monocultura, ou das repetidas colheitas da mesma safra. Contudo, esse argumento ignora completamente os efeitos das práticas atuais. Nos Estados Unidos, o gado é o causador de mais da metade da

erosão do solo.

Os pesquisadores no Reino Unido notaram que lá a terra arável é incapaz de fornecer quantidades adequadas de algumas culturas de substituição de carne, tais como soja, lentilha e grão-de-bico. Mas eles também notaram que o cultivo de diferentes sementes, como vários outros feijões e ervilhas secas, eliminaria tais preocupações.

Independentemente de alternativas de colheitas viáveis existirem ou não no Reino Unido, isso não seria uma nova preocupação enfrentada pelos países europeus. Atualmente, o continente tem, em sua totalidade, a capacidade de terra arável para alimentar sua população inteira com proteína vegetal, mas não tem nem mesmo essa capacidade aproximada para alimentar todos os animais de fazenda. A Comunidade Europeia (European Union) descobriu que apenas 20 por cento do que os animais de fazenda na Europa comem vem do continente, enquanto o restante precisa ser importado. Como a maioria dessa importação esgota a terra de países em desenvolvimento, esse método baseado em animais para suprir a Europa contribui diretamente para a escassez de recursos das nações em desenvolvimento, contribuindo, assim, para seu empobrecimento continuado.

Essencialmente, o que isso quer dizer é que a nossa produção de comida, independentemente do que seja, tem um grande impacto ecológico. Na medida em que nossa população continua a crescer, se persistirmos em consumir a quantidade de produtos animais que consumimos, esse impacto continuará a causar um dano exponencialmente maior ao nosso planeta do que causaria se produzíssemos apenas alimentos vegetais.

E os ratos do campo, cobras, pássaros e outras criaturas que são mortas quando as safras são plantadas e colhidas? Mataríamos *mais* animais se tivéssemos uma dieta vegana do que se comêssemos animais e produtos animais?

A resposta é claramente “não”. É preciso mais terra para cultivar plantas com que alimentamos os animais que comemos do que seria preciso, se consumíssemos as plantas diretamente. E a produção de carne tem maior impacto na destruição da biodiversidade mundial devido ao seu papel com relação à poluição, desmatamento, erosão do solo, degradação da terra, emissão de gases de efeito estufa e assim por diante.

Algumas pessoas argumentam que, mesmo que tenhamos menos acres de cultivo, seja qual for a cultura substitutiva que consumirmos, isso resultará em mais mortes de animais porque mais animais selvagens são mortos na produção

da safra do que na criação de animais no pasto. Mas essa posição ignora que a terra usada para produção da safra pode fornecer até 10 vezes a quantidade de proteína que pode ser produzida por animais criados no pasto. Então *mesmo que* mais animais selvagens sejam mortos na produção da safra do que na criação de animais no pasto, o número de animais selvagens mortos *por consumidor* na produção da safra será uma fração do número de animais mortos na criação no pasto, porque um acre da safra pode produzir proteína para muito mais pessoas do que um acre de pasto usado para criar animais.

Mas... e se eu estivesse numa ilha deserta morrendo de fome?

A resposta curta para a pergunta desse “Mas” é que você não está. Tampouco está no meio do oceano, à deriva num bote salva-vidas, com outro humano e uma vaca e alguém tem de ser jogado para fora do bote. Tampouco está passando por uma casa em chamas onde há dois ocupantes, um humano e um animal, e você tem tempo de salvar apenas um deles.

Esse “Mas”, e outros semelhantes a ele, busca identificar uma situação em que consumir animais possa ser necessário, mas na qual você *não* está inserido e, então, generaliza para situações nas quais você *está* inserido e em que não há necessidade de consumir produtos animais. Isso não funciona.

Por algum motivo, muitos de nós parecem querer formular princípios morais gerais em ilhas desertas, botes salva-vidas e enquanto estão de pé em frente de casas em chamas. Esses são lugares notoriamente ruins para tentar criar regras morais porque eles geralmente requerem que escolhamos entre muitas alternativas moralmente insatisfatórias em uma situação de emergência. Nós, então, buscamos generalizar aquela escolha para cobrir situações nas quais a emergência que limitou as escolhas não existe.

Mas vamos à ilha deserta. Você está lá, morrendo de fome e não tem nem um coco ou uma cenoura disponível. Contudo, há coelhos (apesar de não estarmos certos sobre o que eles estão comendo, se não há nenhuma vegetação na ilha). É moralmente aceitável matar e comer um coelho nessas circunstâncias?

Vamos supor que seja.

E daí? O que isso diz sobre se é moralmente aceitável comer um filé esta noite para aqueles de nós que não estão morrendo de fome numa ilha deserta?

Não nos diz *nada*. Na primeira situação, há conflito; na segunda, não há. Nossa intuição moral nos diz que, *numa situação de conflito verdadeiro*, os humanos prevalecem. Assim, comer o coelho na ilha deserta é moralmente aceitável de acordo com essa intuição. Mas essa intuição não tem *nenhuma* relação com situações em que não há conflito.

Vamos pensar sobre a situação no contexto humano. Você está preso numa ilha deserta com João e Maria. Vocês todos estão morrendo de fome, mas o João está, além disso, doente e morrerá em breve. Você e a Maria matam e comem o João.

Sim, é uma ideia repugnante, mas coisas assim aconteceram. Ainda é assassinato e ainda é crime, mas é frequentemente punido menos severamente

porque entendemos que, em termos morais, matar e comer o João em tal circunstância é diferente do assassinato comum. Comer o João em uma circunstância como essa, embora errado, seria, pelo menos, compreensível e não mereceria o tipo de condenação moral evocada por outros atos de homicídio não provocado. Afinal de contas, se você está morrendo de fome, você realmente não tem escolha, e uma condenação moral requereria que você fosse capaz de escolher de forma diferente, mas não o fez, tendo escolhido fazer a coisa errada.

Similarmente, no exemplo envolvendo o coelho, eu tenho a escolha de morrer de fome ou matar o coelho. Essa não é, na verdade, uma boa escolha. De fato, não é, de forma alguma, uma escolha.

Então por que deveríamos aplicar a análise que faria sentido numa situação em que *não* há escolha a uma situação em que *há* escolha? Não diríamos que, mesmo que um ato de canibalismo numa situação extrema de isolamento e fome seja moralmente desculpável, comer outro humano é aceitável quando quer que tenhamos fome e escolhemos comer outro humano porque isso é o que preferimos. O que é moralmente tolerável na situação em que não temos escolha não é necessariamente tolerável numa situação em que há escolha. De modo similar, o fato de dizermos que é moralmente aceitável comer um coelho numa circunstância extrema semelhante, não significa que é aceitável fazer isso quando há escolha.

Agora suponhamos que você tenha sido resgatado da ilha deserta. Você está agora caminhando pela rua e passa por uma casa em chamas onde há um humano e um cão. A nossa intuição moral nos diz que, em situações de conflito real, os humanos ganham e os animais perdem. Prometemos não contrariar nossas intuições morais e estamos cumprindo essa promessa. Então, quem você salva? Você salva o humano. Após esse incrível ato de heroísmo, você vai para casa jantar. O que sua escolha de salvar o humano lhe diz sobre a moralidade de comer frango no jantar?

Nada. Absolutamente *nada*. Nossa intuição moral talvez nos diga que em situações de conflito genuíno entre humanos e animais, os humanos ganham. No entanto, nossa intuição também nos diz que em situações em que não há conflito, não podemos infligir sofrimento aos animais simplesmente porque desfrutamos disso.

Mais uma vez, para ver isso claramente, tudo o que precisamos fazer é levar em conta o que pensaríamos se dois humanos estivessem na casa em chamas. Você não conhece nenhum dos humanos, mas um é muito mais velho do que o outro e sua intuição moral lhe diz que deveria salvar a pessoa mais jovem,

simplesmente porque ela é mais jovem. Você concluiria a partir disso que seria moralmente aceitável torturar pessoas mais idosas, começar a criá-las em fazendas ou começar a usá-las em pesquisa biomédica?

Claro que não. Sua intuição moral talvez o conduza a salvar a pessoa mais jovem precisamente porque você somente poderia escolher uma para salvar e, nessa situação infeliz, você escolheu salvar a pessoa mais jovem. Mas essa escolha deixa completamente intocada sua outra intuição, de que machucar alguém – qualquer um – necessita de uma justificativa moral.

Há uma tendência em usar esses cenários da ilha deserta, do bote salva-vidas e da casa em chamas para demonstrar que – como nossa intuição moral é de que os animais têm valor moral, mas menos valor moral do que os humanos, e como escolheríamos o humano ao invés do animal numa situação de conflito genuíno – os animais *não* têm valor moral e podemos infligir sofrimento a eles mesmo quando não há conflito.

No entanto, isso é simplesmente incompatível e explica por que muitos de nós se sentem profundamente incomodados em continuar a consumir produtos animais na ausência de qualquer necessidade. Mesmo que achemos que os animais têm menos valor moral do que os humanos, o propósito deste livro é que, se eles têm *qualquer* valor moral que seja, não podemos justificar a imposição de *qualquer* sofrimento a eles porque desfrutamos disso. Do mesmo modo, apenas porque escolheríamos um humano ao invés de outro, numa situação de emergência, isso não significa que apoiariamos a ideia de que é aceitável sujeitar alguns humanos a qualquer sofrimento apenas porque apreciamos isso.

Se os animais importam moralmente de alguma forma, se eles não são meras coisas, impor *qualquer* sofrimento a eles, porque apreciamos isso ou os resultados disso, não pode ser moralmente aceitável. Então o fato de que você comeria o coelho na ilha deserta ou jogaria a vaca para fora do bote salva-vidas não afeta, de forma alguma, o princípio moral de que impor sofrimento desnecessário é moralmente errado, e sofrimento por causa do prazer do paladar é, por definição, desnecessário.

Uma variação desse “Mas” envolve pessoas que moram em locais onde elas não têm escolha do que comer. Há alguns exemplos de povos indígenas em partes remotas do Canadá, ou no continente africano (Quênia), que consomem uma dieta de carne em que há pouco, ou nenhum, alimento que não seja de origem animal. A ideia é que tais situações são semelhantes ao cenário da ilha deserta onde a pessoa pode escolher entre comer animais ou morrer.

Não precisamos de uma investigação factual sobre as pessoas no Canadá ou na África e sobre se elas realmente não têm escolha e devem comer alimentos animais ou perecer. A posição que estamos discutindo aqui é que, em qualquer situação em que realmente não haja escolha, o uso do animal poderia ser considerado moralmente aceitável sob a regra convencional de que não deveríamos impor sofrimento desnecessário. Em situações em que realmente não há escolha, há um tipo de necessidade que remove a conduta de condenação por parte da regra moral geral.

Mas nossa suposição é a de que, da mesma forma que não há ninguém que esteja lendo este livro preso numa ilha deserta, ou à deriva num bote salva-vidas, não há ninguém que esteja lendo este livro que viva em algum lugar onde não tenha realmente a capacidade de conseguir alimentos que não sejam de origem animal.

A questão permanece: para qualquer pessoa que *tenha* escolha – e isso inclui quase todas as pessoas que estão lendo este livro agora –, uma escolha de impor sofrimento, na ausência de necessidade, viola o que afirmamos ser o princípio moral que todos nós aceitamos.

Mas... o que aconteceria a todos esses animais, se não os comêssemos?

Esse é fácil: se parássemos de consumir alimentos de origem animal, parariamos de trazer animais domesticados à existência.

Ponto final.

O que faríamos com os animais que estão aqui agora? Bem, depende do que você acha que são nossas obrigações morais para com esses animais. Não é uma opção simplesmente soltar esses animais num ambiente selvagem. As vacas, porcos, galinhas, perus etc. que vemos hoje em dia não são animais selvagens. Eles foram domesticados por nós para serem animais para produção de “comida”.

Se você considera que os animais têm um valor maior do que nossa sabedoria convencional permite, você talvez ache que deveríamos cuidar dos animais que estão aqui agora até que eles tenham uma morte natural, e não trazer mais animais à existência. Alternativamente, você talvez pense que deveríamos apenas comer os animais e produtos animais que temos agora, mas parar de trazer mais animais à existência.

A resposta final é, contudo, a mesma em um ou outro (ou qualquer) cenário: se achamos que deveríamos parar de consumir os animais, deveríamos parar de trazer os animais domesticados à existência.

Há três “Mas” responsivos.

Mas... e a diversidade natural?

Um “Mas” responsivo é salientar que, se não tivéssemos animais domesticados, nós, de alguma forma, perderíamos uma parte da diversidade natural. É como se ter um mundo vegano fosse uma grande violação da Lei de Espécies em Perigo de Extinção (Endangered Species Act).

É mais do que absurdo, em pelo menos dois níveis, usar a palavra “natural” em qualquer contexto que envolva animais domesticados.

Primeiro, os animais têm sido tão manipulados geneticamente, que muitos nem mesmo se parecem com os animais que tínhamos 100 anos atrás. As vacas têm úberes enormes; os porcos e perus desenvolvem um peso corporal tão maciço que eles não conseguem andar. Os animais domesticados não são, em nenhum sentido, naturais.

Segundo, os animais domesticados, tanto um longo tempo atrás como agora, são apenas isso: seres que têm sido domesticados. Eles não são parte do mundo “natural”. Eles são parte de um mundo que *nós* criamos. Eles são seres que fizemos com que fossem desenvolvidos e produzidos para nossos propósitos.

O mundo “natural” será muito mais “natural” sem os animais domesticados. Não há “extinção” quando o assunto é animal domesticado.

Mas... e o direito deles de viver?

Outro “Mas” responsivo é que, ao eliminar a domesticação, nós, na verdade, tornaremos a situação dos animais pior do que se eles vivessem e morressem em circunstâncias desagradáveis.

Essa resposta supõe que é melhor para os animais ter até mesmo uma vida e morte desagradáveis do que nunca viver de forma alguma. Então, ao termos uma dieta vegana, prejudicamos os animais em geral, porque eles não existiriam se fôssemos todos veganos. Estamos fazendo algum tipo de *favor* aos animais ao consumi-los. De fato, nós estaríamos *prejudicando* os animais, se não os consumíssemos.

Além de pedir que façamos uma estimativa completamente especulativa e essencialmente infundada sobre se os animais escolheriam, se eles pudessem, não viver de forma alguma em vez de ter uma vida horrível e sofrer uma morte terrível, essa posição nega completamente nossa intuição de que os animais importam moralmente e que não deveríamos fazê-los sofrer a menos que seja necessário. Essa posição diz, na realidade, que usar animais para comida é desnecessário e resulta em enorme dor, sofrimento e morte, mas que é melhor ter sofrimento e morte desnecessários do que não ter. Então, se adotarmos essa posição, nós, de fato, descartaremos nossa intuição moral de que os animais importam e que causar sofrimento a eles por razões frívolas é imoral.

Colocando o problema de outra forma: se isso funcionar para os animais que consumimos, funcionará para os cães de Michael Vick. É claro que eles sofreram e muitos morreram. É claro que a rinha de cães é um uso completamente frívolo de animais. Mas os cães de Vick estavam melhor vivendo e sofrendo do que se não vivessem de forma alguma, e então rinhas de cães são aceitáveis. Na verdade, essa posição nos permite participar de uma ampla variedade de tortura animal com a visão de que a vida com alguma tortura – mesmo uma quantidade significativa de tortura – é melhor do que não viver de forma alguma. Nós precisamos realmente explicar o resultado horrendo que vem dessa forma de

pensamento?

Então, além de quaisquer outros problemas que essa posição apresente, não podemos sustentá-la ao mesmo tempo em que sustentamos que precisamos de uma boa razão para infligir sofrimento e morte aos animais e que prazer, entretenimento ou conveniência não podem bastar como uma boa razão. Se adotarmos essa posição, nós, de fato, endossaremos a noção de que os animais são apenas coisas que podemos usar, fazer sofrer e matar somente porque apreciamos isso.

Mas... e o direito deles de se reproduzirem?

Um terceiro “Mas” responsivo é que, se não tivermos mais animais domesticados, violaremos seus direitos de reprodução.

Esse “Mas”, em essência, serve para argumentar que, se não continuarmos consumindo animais, iremos, de alguma forma, violar os direitos deles, fornecendo, assim, um exemplo extraordinário de como ficamos desesperados quando queremos justificar o consumo de alimentos de origem animal.

Deixando de lado que, para a maioria dos animais domesticados, sexo e procriação são experiências desagradáveis e assustadoras, é absolutamente bizarro que pessoas que não acreditam em direitos animais e que consomem carne e outros produtos animais estejam preocupadas com o direito dos animais de se reproduzirem.

Mas... nós trouxemos os animais à existência para serem comidos; é para isso que estão aqui.

E?

Primeiramente, se isso é relevante, o que há de errado com as rinhas de cães? Afinal de contas, *todos* os animais domesticados, sejam cães, gatos, vacas, ovelhas, porcos, galinhas, perus, ou mesmo peixes criados em fazendas, foram trazidos à existência por nós. Então se isso justifica o consumo de animais, justifica o uso de animais para rinhas, touradas e tudo o mais.

Isto é, aceitar esse “Mas” é, de fato, dizer que os animais não têm nenhuma importância moral; que eles são somente coisas e que *não* precisamos de uma boa razão para infligir sofrimento a qualquer animal domesticado. Aceitar isso é dizer que não aceitamos a moralidade convencional que afirmamos aceitar.

Segundo, se realmente temos obrigações morais para com os animais, mas o fato de termos alguma responsabilidade de trazê-los à existência nos deixa fora da implicação moral, então onde isso coloca nossos filhos? Eles não existiriam se não fosse por nós. Isso significa que podemos justificar prejudicá-los por prazer, entretenimento ou conveniência?

***Mas...* os animais usados para comida não sofrem tanto quanto os animais usados nas rinhas.**

Esse “Mas” busca distinguir a situação de Michael Vick da situação do consumo de animais, sugerindo que animais usados para comida sofrem menos do que animais usados para rinhas.

Na realidade, os animais usados para comida são, sob as condições mais “humanitárias”, tratados horrivelmente; eles são literalmente *torturados*. Eles sofrem menos do que sofreram os cães de Michael Vick? Os animais usados para comida, seja para carne, laticínios ou ovos, estão, em termos da prática rotineira da indústria, sujeitos à dor, ao sofrimento e à aflição durante a vida inteira. E a morte deles em matadouros é sempre extremamente assustadora e horrivelmente violenta. Portanto, o caso parece ser o de que os animais usados para comida sofrem *mais* do que os cães usados para rinhas.

Mas essa não é a questão.

A questão é que nossa sabedoria convencional diria que *qualquer* sofrimento não pode ser justificado sem uma boa razão – alguma necessidade –, e prazer não basta como uma justificativa aceitável. A questão não é se cães usados para rinhas sofrem mais do que vacas, galinhas, perus, porcos, peixes ou outros animais usados para comida. *Todos* eles sofrem e todos eles sofrem significativamente. Não estamos falando sobre “sofrer” ao levar um tapinha. Isso é claro. A criação animal, particularmente na escala requerida para alimentar bilhões de pessoas, resulta, necessariamente, em sofrimento horrível sob as condições mais “humanitárias”.

E, como discutimos, não há mais justificativas para consumir animais do que há justificativas para rinhas de cães. Os dois comportamentos servem um interesse primário: o nosso prazer. Não há nada de necessário nos dois usos de animais.

Então mesmo que, de um modo geral, os animais usados para comida sofressem menos do que os cães usados para rinhas, o que isso significaria? *Nada*.

Nossa sabedoria convencional é de que não podemos justificar a inflição de qualquer nível de sofrimento aos animais sem uma boa razão, e prazer não é uma boa razão. Dizer que os animais usados para comida sofrem muito, mas que

talvez sofram menos do que cães usados para rinhas, não muda o fato de que animais usados para comida sofrem muito, sob as melhores das circunstâncias e em condições as mais “humanitárias”. Se determinássemos que os cães de rinha de Michael Vick sofreram menos do que os animais que consumimos, algum de nós acharia que as rinhas de cães são moralmente aceitáveis? *Não*.

Deveríamos dizer também que rejeitamos a noção de que podemos falar com algum acerto sobre quem sofre mais em qualquer circunstância em particular. As vacas sofrem mais do que os peixes? Nem mesmo sabemos o que essa pergunta significa quando estamos falando sobre indivíduos da *mesma* espécie. Se dois humanos estivessem sofrendo de uma doença, o que significaria perguntar se um está sofrendo mais do que o outro? Algum de nós acharia essa pergunta importante? Não podemos nem mesmo fazer avaliações significativas sobre a dor física ou o sofrimento, ou a aflição emocional, quando membros da nossa própria espécie estão envolvidos.

Tentar fazer essa pergunta quando envolve espécies diferentes torna uma situação impossível ainda mais impossível. Podemos ser capazes de reconhecer mais o sofrimento de vacas, porque as vacas, como nós, são mamíferos. Podemos entender o sofrimento em mamíferos mais facilmente do que, por exemplo, num pássaro ou num peixe. Mas isso não significa que o pássaro ou o peixe sofram *menos*. Significa que o pássaro ou o peixe sofrem de forma *diferente*. Entretanto, de novo, isso é irrelevante. A ideia, por trás dessa noção de que não deveríamos sujeitar os animais ao sofrimento desnecessário, não é que apenas o sofrimento semelhante ao nosso é relevante. A questão é reconhecer uma regra moral de que os animais não são coisas; de que eles têm algum valor moral e que precisamos de uma justificativa para os prejudicar.

E dizer que um animal é menos prejudicado do que outro animal não significa dizer que é aceitável prejudicar o que sofre menos. Sim, é pior impor 10 unidades de sofrimento do que 5 unidades de sofrimento. Mas temos que justificar *ambas* as imposições. Na realidade, temos que justificar impor até mesmo *uma* unidade de sofrimento. E concordamos que prazer não pode ser uma justificativa suficiente para impor dor e sofrimento aos animais. Deve haver uma compulsão; uma necessidade.

Mas... os animais sentem dor da mesma forma que sentimos?

Talvez sim; talvez não. Mas não importa se eles sentem ou não.

A única questão que importa é se eles podem sentir dor; qualquer ser que pode sentir dor tem um interesse – uma preferência ou desejo – de não sentir dor. Não importa se o animal sente dor da mesma forma que um humano ou mesmo de modo igual que outros membros da mesma espécie sentem dor.

Parte da nossa sabedoria convencional é que os animais não humanos, assim como nós, sentem dor e que todos nós temos interesse em não sofrer dor. Embora haja pessoas que dirão coisas como: “os animais não sentem dor”, ou “os animais não têm sentimentos”, ninguém, de fato, acredita nisso. Afinal de contas, temos tido leis que requerem que tratemos os animais “humanitariamente” há centenas de anos. Essas leis podem ser bastante ineficientes, mas elas fazem parte da legislação, porque todos nós reconhecemos que os animais sentem dor, que eles podem sofrer e que eles têm sentimentos. Afinal de contas, não temos leis requerendo o tratamento “humanitário” de pedras ou árvores.

Há, contudo, pessoas que dirão que embora os animais sintam dor, eles não sentem da mesma forma que os humanos.

E daí? Não sabemos se todos os humanos sentem dor da mesma forma. Você pode não sentir dor da mesma forma que seu amigo, mas ambos têm um interesse em não experimentar dor, independentemente de como cada um de vocês vivencia essa dor. E isso é o que importa: que você é capaz de ter uma experiência que você não quer ter. Não importa se outro humano sente a dor de forma diferente de você. O que importa é que ele também é capaz de experimentar aquilo que não quer ter que experimentar. Você e ele são parecidos – qualquer que seja a diferença de dor que vocês experienciam – porque vocês dois podem experimentar algo que nenhum de vocês quer experimentar. Vocês têm o mesmo interesse, mesmo que a experiência em si seja diferente.

O mesmo é verdadeiro para os animais. Na verdade, os humanos e todos os animais que rotineiramente exploramos para comida, com a *possível* exceção de moluscos, como as amêijoas e ostras, são todos *sencientes*. Isto é, eles têm consciência perceptiva subjetiva; eles têm a capacidade de sentimentos ou sensações. Os humanos e não humanos são todos semelhantes em relação a isso: eles todos são capazes de experimentar a dor; eles todos são seres que têm um

interesse em não experienciar a dor. Esse interesse é o mesmo, ainda que as experiências em si sejam diferentes.

Deveríamos acrescentar que há uma tendência em achar que os humanos sofrem mais porque eles são, intelectualmente, mais sofisticados. Talvez sim; talvez não. Pode bem ser o caso de que os animais sofram mais por causa das diferenças cognitivas em relação aos humanos. Uma visita ao dentista, embora dolorosa, pode apresentar muito menos sofrimento e aflição do que a visita de um cão ao veterinário. O humano sabe que a dor terminará em breve e entende o motivo pelo qual a dor está sendo causada; o cão não, e isso pode piorar o sofrimento dele.

Finalmente, considere que, quando nos opomos ao que Michael Vick fez, não fazemos isso porque achamos que os cães sentem dor exatamente da mesma forma que os humanos. Sabemos que os cães sentem dor e nossa indignação moral com relação ao que Vick fez não é motivada por pensar que os cães e os humanos experienciam a mesma dor. Tudo o que importa é *que* os cães podem sentir dor, e não *como* eles sentem dor. Nossa sabedoria convencional diz que essa dor não pode ser moralmente justificada, a menos que tenhamos uma boa razão para a infligir. A nossa obrigação moral não está ligada à similaridade da experiência; está apenas ligada à similaridade do interesse. E todos os seres sencientes têm o mesmo interesse em não querer experienciar dor e sofrimento, qualquer que seja a forma diferente que a experiência possa ter. E a obrigação de não impor dor e sofrimento sem uma boa razão não está aliada, de forma alguma, à experiência real de um ser em particular; é uma obrigação moral de respeitar um interesse que todos os seres sencientes têm.

Mas... os peixes realmente sentem dor?

Sim.

Muitas pessoas que participam de pescaria acham que os peixes não sentem dor. No entanto, cientistas provaram que essa visão é errada. ^[29] Há locais receptores na cabeça dos peixes que respondem ao estímulo de dano, e os peixes mostram reações às substâncias prejudiciais.

E as amêijoas, ostras, mexilhões e vieiras? Esses moluscos são capazes de sentir dor? Não está claro se podem ou não. Preferimos, por segurança, não comê-los, porque a evidência não é conclusiva de uma forma ou de outra. Mas outros moluscos, como a lula e o polvo, estão entre os mais avançados neurologicamente de todos os invertebrados, e eles são claramente sencientes. As lagostas e os caramujos também são sencientes.

Lembre-se, a questão não é se os peixes ou os moluscos sentem dor da mesma forma que os humanos. A única questão é se eles podem sentir dor; qualquer ser que possa sentir dor tem um interesse – uma preferência ou desejo – de não sentir dor. É esse interesse que nós consideramos como moralmente significativo, quando dizemos que precisamos de uma boa razão para ignorar esse interesse e impor essa dor.

Mas... não há leis que requerem o tratamento “humanitário” dos animais?

Sim, há leis que supostamente requerem que tratemos os animais “humanitariamente” e que não inflijamos sofrimento “desnecessário” a eles. Elas existem em todos os estados dos Estados Unidos; elas existem em nível federal; e quase todos os países do mundo têm alguma lei requerendo esse tratamento “humanitário”.

Apesar de quaisquer diferenças, todas essas leis compartilham uma característica em comum: elas são *inúteis*.

Primeiro, essas leis não proíbem *usos* que são desnecessários; elas supostamente proíbem apenas *tratamento* que não é necessário para alcançar determinado uso. Vimos que comer animais e produtos animais não é necessário para a saúde humana. Sendo assim, *todo* o sofrimento decorrente do uso de animais para comida é desnecessário! *Isso tudo* se opõe ao que afirmamos abraçar como um princípio moral inquestionável: que os animais importam moralmente e que precisamos de alguma justificativa para impor sofrimento e morte a eles – e o prazer do paladar não pode ser suficiente como justificativa para consumir produtos animais, exatamente como o prazer de assistir às rinhas de cães não pode justificar o que Michael Vick fez.

Então se pensamos que a existência de leis requerendo o tratamento “humanitário” é, de alguma forma, relevante, nós não compreendemos bem a questão. Mesmo que essas leis fossem eficientes, as quais, como explicaremos abaixo, não são, ainda haveria muito sofrimento animal sob o melhor dos cenários. E a situação de menos sofrimento *desnecessário* ainda está em conflito com a noção, que afirmamos aceitar, de que podemos apenas justificar sofrimento *necessário*. E sofrimento necessário requer algum conflito; alguma compulsão. O prazer do nosso paladar fracassa nesse contexto exatamente como a diversão de Vick em assistir às rinhas de cães fracassou.

Toda ênfase a essa questão é pouca porque são tantas as pessoas que, quando confrontadas com o argumento de que não podemos justificar comer animais ou produtos animais, reagem quase que espontaneamente com esse “Mas”. O que elas não entendem é que, no momento em que começamos a falar sobre uma lei que proíbe impor sofrimento desnecessário no contexto de uma atividade que não é em si mesma necessária, estamos dizendo disparates. Uma regra proibindo sofrimento “desnecessário” ou requerendo tratamento “humanitário” no contexto

das rinhas de cães não faria sentido, porque *todo* sofrimento ocorrido nas rinhas de cães é desnecessário. Então falar sobre tratamento “humanitário” de animais que comemos ou usamos para produzir carne, laticínios, ovos ou outros produtos animais é falar sobre reduzir o sofrimento; mas onde *nenhum* sofrimento é necessário, tal abordagem não compreende o cerne da questão!

Vamos considerar um exemplo no contexto humano. Suponha que temos uma regra que proíba o sofrimento “desnecessário” de vítimas de estupro e requeira que recebam tratamento “humanitário”. Agora, se a pessoa X decide que vai estuprar a pessoa Y, é sempre melhor que ela prejudique Y menos do que mais. É melhor se X não espancar Y, além de cometer o estupro. Mas se alguém propusesse uma lei que proibisse a infligência de sofrimento “desnecessário” às vítimas de estupro e exigisse o tratamento “humanitário”, todos nós concordaríamos que isso não faria sentido e seria moralmente ofensivo. É, evidentemente, sempre melhor fazer algo moralmente errado de uma forma menos prejudicial do que de uma forma mais prejudicial. Mas isso não significa que fazer algo imoral de uma forma menos prejudicial torne o ato imoral moral.

Segundo, dadas as realidades econômicas do mundo, a noção de tratamento “humanitário” é – como as ideias do Papai Noel ou da Fada do Dente – confortante de alguma forma, pelo menos para o consumidor, mas uma completa fantasia.

Os animais são *propriedade*. Eles são *bens econômicos*, são *mercadorias*; eles têm um *valor de mercado*. Podemos sentimentalmente valorizar os cães, os gatos e outros animais que vivem em nossa casa. Mas em relação à lei, eles são apenas nossa propriedade. Podemos levá-los a um abrigo ou ao veterinário, onde eles podem ser mortos quando nós quisermos.

Propriedade animal é, evidentemente, diferente das outras propriedades que possuímos, pois os animais, ao contrário dos carros, computadores, máquinas e outras mercadorias, são sencientes e têm interesses. Todos os seres sencientes têm interesse em não sofrer dor ou outras privações e em satisfazer os interesses peculiares à sua espécie.

No entanto, custa dinheiro proteger os interesses dos animais. De um modo geral, só gastamos dinheiro para proteger os interesses dos animais quando isso se justifica em termos econômicos – apenas quando obtemos um benefício econômico fazendo isso. Isto é, a lei geralmente proíbe impor sofrimento ao animal apenas quando obtemos benefício econômico fazendo isso.

Considere a Lei do abate humanitário (*Humane Slaughter Act*), nos Estados Unidos, promulgada originalmente em 1958, que requer que animais de grande

porte destinados ao abate para produzir comida sejam atordoados e não estejam conscientes ao serem agrilhoados, pendurados e conduzidos à sala de abate. Essa lei protege os interesses que os animais têm no momento do abate, mas faz isso apenas porque é economicamente vantajoso fazer. Os animais de grande porte que estão conscientes, pendurados de cabeça para baixo e agitados ao serem mortos irão machucar os empregados do matadouro e incorrer em um dispendioso dano às carcaças. Portanto, atordoar, ou imobilizar os animais de grande porte, faz todo sentido em termos econômicos. Fazer isso reduzirá o dano aos empregados e à carcaça, o que resulta em preços de mercado mais baixos. Evidentemente, esses animais têm muitos outros interesses durante toda a vida, não apenas, com certeza, o interesse em evitar o sofrimento no momento do abate, mas esses interesses não são protegidos porque não é economicamente eficiente fazer isso.

Curiosamente, a Lei do abate humanitário (*Humane Slaughter Act*) não se aplica aos frangos, que são abatidos aos bilhões anualmente e compõem cerca de 95% dos animais que abatemos. Por que não? Porque em 1958 não acharam que inserir os frangos nessa lei forneceria qualquer benefício econômico. Muitos defensores de animais argumentam que as aves deveriam ser cobertas pela lei e a argumentação deles é baseada, em parte, na noção de que a maneira supostamente “humanitária” de matar os frangos, que envolve asfixiá-los com gás antes de serem decapitados e depenados, é economicamente eficiente e reduzirá os custos da produção. Os trabalhadores são frequentemente machucados durante o processo de abate atual, e, devido ao fato de que as aves se debatem antes de morrer, há uma grande quantidade de dano às carcaças dos animais.

Em geral, ou as leis de bem-estar isentam, explicitamente, o que se considera como práticas “normais” ou “costumeiras” do uso institucionalizado de animais, e, em particular, isentam no caso dos animais que criamos e matamos para produzir comida, ou os tribunais interpretam a dor e o sofrimento, que são impostos conforme essas práticas, como “necessários” e “humanitários”. Isto é, a lei delega à indústria o estabelecimento dos padrões de cuidado “humanitário”. Essa deferência é baseada na suposição de que quem produz produtos animais – dos criadores aos fazendeiros e aos operadores de matadouros – não irá impor mais danos aos animais do que o necessário para produzir aquele determinado produto, assim como o proprietário racional de um carro não pegaria um martelo para danificar seu veículo sem razão. Seja como for, o efeito da maioria das leis de bem-estar animal é fazer com que o processo de produção seja mais eficiente.

Além da economia na eficiência da produção, as leis de bem-estar animal que requerem o tratamento “humanitário” não têm, de fato, a ver com os animais; elas têm a ver com os humanos e com fazer com que os humanos se sintam mais à vontade para usar os animais. Podemos nos confortar com a ideia de que estamos agindo de uma maneira “humanitária”.

Vamos ser claros: as leis que requerem o tratamento “humanitário” permitem a *tortura* – e estamos usando esse termo literal e deliberadamente – dos animais que criamos e matamos para produzir carne e outros produtos animais. A maioria da carne, laticínios e ovos que comemos é produzida a partir de animais que são mantidos em confinamento intensivo em fazendas industriais, como discutimos anteriormente. E as fazendas industriais não são nada além do que grandes câmaras de tortura.

Mas... e se melhorássemos o tratamento de animais que usamos para produzir comida?

Vamos supor que todos nós concordássemos que os animais usados para produzir comida têm vidas horríveis e mortes horríveis, e que as leis que requerem o tratamento “humanitário” são, em sua maioria, inúteis. E se, no entanto, mudássemos tudo isso e transformássemos as fazendas industriais no Sítio do Seu Lobato e abolíssemos o confinamento intensivo a favor de melhores condições? Não poderíamos fazer isso?

Isso é exatamente o que alguns defensores de animais propõem. De fato, a maioria das grandes organizações de defesa animal nos Estados Unidos, Grã-Bretanha e em outros lugares fazem campanhas para requerer gaiolas maiores para as galinhas poedeiras, mais espaço para o cuidado de porcos e vitelos e para matadouros que sejam mais “humanitários”. Muitas dessas organizações de defesa animal endossam e promovem vários esquemas de rotulagem que informam aos consumidores que eles estão supostamente comprando um produto de “bem-estar superior”.

Há duas considerações relevantes.

Primeiro, assim como o “Mas” anterior, relacionado às leis de tratamento “humanitário”, este “Mas” falha na compreensão da questão. Mesmo que as reformas propostas pelos defensores de animais melhorassem significativamente o bem-estar dos animais, o que, como explicaremos abaixo, não é o caso, o que isso significaria é que o sofrimento animal seria reduzido. No entanto, como o uso de animais para produzir comida não é, de forma alguma, necessário, isso ainda não tornaria o consumo de animais consistente com o princípio moral que afirmamos aceitar: que impor qualquer sofrimento e morte aos animais requer alguma necessidade, alguma compulsão.

Se reformássemos as rinhas de cães para serem menos violentas, talvez houvesse uma redução do sofrimento dos cães, mas ninguém que acha que o que Michael Vick fez foi errado mudaria de ideia e apoiaria as rinhas de cães. As rinhas de cães são erradas porque, como prática, resulta em sofrimento e morte desnecessários. Consumir alimentos de origem animal é errado porque, como prática, resulta em sofrimento e morte desnecessários. Tornar qualquer uma dessas práticas mais “humanitária” não resulta, em nenhuma das práticas, em adequação às nossas intuições morais sobre a necessidade de justificar o sofrimento animal. O fato de que os defensores de animais estão se aliando à

indústria para apoiar e promover a carne, os ovos e os laticínios “felizes” não significa que o consumo desses produtos seja moralmente aceitável, da mesma forma que uma pessoa religiosa declarar que perpetrar um ato de violência seja um desejo de Deus não torna moralmente certo matar.

Segundo, as reformas propostas pelas organizações de defesa animal dificilmente significariam a abolição das fazendas industriais ou um retorno às fazendas familiares do século XIX. Pelo contrário, a maior parte do que as organizações de defesa animal estão propondo envolve reformas que aumentam a eficiência da produção ou envolve, no máximo, apenas aumentos pequenos no custo da produção, os quais não terão qualquer efeito significativo no mercado. Por exemplo, asfixiar as aves com gás (em vez de decapitá-las) reduz o dano à carcaça e lesões aos trabalhadores; aumentar o espaço dos porcos e vitelos resulta em animais menos estressados, que têm contas veterinárias mais baixas. Essas reformas são *muito* modestas. Elas são, para a ética animal, o que as pranchas estofadas de simulação de afogamento, em vez de pranchas sem estofamento para serem usadas na baía de Guantánamo, são para os direitos humanos.

Os animais *mais* “humanitariamente” criados ainda são mantidos e mortos em circunstâncias horríveis. Ponto final. Toda essa conversa em torno de produtos animais “felizes” é sobre *nós*; trata-se de nos deixar mais confortáveis quanto a fazermos algo que está nos importunando. Trata-se de evitar que nós tenhamos que reconhecer que somos todos Michael Vick para podermos continuar consumindo produtos animais. Realmente não tem *nada* a ver com os animais. Eles continuam sofrendo de modo horrível, independentemente de qual selo “feliz” – “criados soltos”, “livres de gaiolas”, “orgânico”, “Certificação de Criação e Manejo Humanitário dos Animais” ou “Comida da Liberdade” – seja colocado sobre seus corpos ou sobre os produtos que fazemos a partir deles. E é ainda pior quando as grandes organizações de proteção animal elogiam e apoiam esses produtos “felizes”.

Como discutimos acima, custa dinheiro proteger os interesses dos animais. Sem dúvida, é possível, *em teoria*, que todos nós estejamos dispostos a pagar muito mais por produtos animais, e os padrões possam melhorar quanto a aspectos significativos. Mas isso é apenas teoria. Pouquíssimas pessoas poderiam comprar produtos animais produzidos de um modo que fornecesse significativamente mais proteção aos interesses dos animais.

E sejamos totalmente claros: mesmo que eliminássemos *completamente* todo e qualquer vestígio de fazendas industriais, *o que é uma impossibilidade*

econômica, e voltássemos a um sistema que enxergamos, como a fazenda familiar idílica, ainda haveria muito sofrimento animal. A imagem da criação animal no livro de contos é uma fantasia, desenhada para fazer com que as crianças se sintam confortáveis em comer criaturas que parecem exatamente com os animais de pelúcia que elas amam.

Além disso, é provável que qualquer um que se importasse o bastante para pagar o custo significativamente mais alto por essa produção, se importaria o bastante para não consumir nenhum produto animal. Além do mais, dada a realidade econômica e as regras do livre-comércio, mesmo que os padrões de bem-estar fossem significativamente elevados em um lugar, a demanda por produtos de preço mais baixo, de menor nível de bem-estar, forçaria os produtores de bem-estar mais elevado à falência, exceto, talvez, para servirem a um mercado de nicho muito pequeno e abastado.

Mas... e se tratássemos os animais usados para comida da mesma forma que tratamos nossos animais de estimação?

Essa pergunta é uma variação do “Mas... e se melhorássemos o tratamento dos animais usados para comida?”. Ela reconhece que não é possível tratar os animais “humanitariamente” enquanto tivermos as fazendas industriais, ou até mesmo as fazendas menores. Daí a pergunta: se tivéssemos uma vaca ou algumas galinhas criadas no nosso quintal, tratadas exatamente da mesma forma que nossos cães, gatos ou outros animais de companhia, que consideramos como membros de nossa família, e as abatêssemos sem dor, o que haveria de errado em comê-las ou consumir produtos feitos a partir delas?

Há quatro respostas para essa pergunta.

Primeiro, seria preponderantemente impossível, em termos práticos, criar e abater animais sem que alguma dor e sofrimento significativo fossem causados, mesmo sob a circunstância mais ideal. Isso nos leva de volta à ideia de que menos sofrimento é certamente melhor do que mais sofrimento, mas, se consideramos que os animais têm valor moral, precisamos ser capazes de justificar *qualquer* dor e sofrimento que impomos a eles.

Segundo, essa proposta, em termos psicológicos, é muito irrealista. Não comeríamos os animais se pensássemos neles da forma como pensamos em nossos cães, gatos e outros animais de companhia.

Nós conhecemos um casal que decidiu que queria continuar a consumir produtos animais, mas que iria produzir sua própria carne, leite e ovos numa pequena fazenda que eles possuíam. Declararam triunfantemente que eles poderiam criar e matar os animais sem fazê-los sofrer mais do que sofriam seus cães e gatos, os quais eles amavam e cujos interesses sempre buscavam proteger.

Estávamos céticos exatamente porque sabíamos que, quando eles tratassem as vacas, os porcos e as galinhas com o mesmo tipo de atitude que caracterizava o tratamento que tinham em relação a seus cães e gatos, eles seriam incapazes de comer os animais, assim como não comeriam os cães e os gatos. E foi exatamente o que aconteceu.

Após cerca de dois anos, eles desistiram da fazenda e pararam de consumir todos os produtos de origem animal. “Eles se tornaram família; não poderíamos, de forma alguma, consumi-los”, foi assim que relataram. Para aqueles de nós

que vivem com animais de companhia, pensar em comê-los nunca passa pela nossa cabeça. Se começássemos a nos relacionar com os animais usados para comida da forma como nos relacionamos com nossos companheiros não humanos, também não os comeríamos.

Essa é a questão. Se tomamos consciência e vemos que somos todos Michael Vick, a coisa a fazer é parar de ser Michael Vick e parar de consumir produtos animais. A solução não é reestruturar as coisas para tratar os animais que vamos consumir como tratamos cães e gatos.

Terceiro, essa questão, em termos filosóficos, supõe que, se *fôssemos* capazes de usar os animais sem fazê-los sofrer, a morte indolor de um animal, por si só, não equivaleria a prejudicar o animal.

Isso está em notório contraste com relação ao que pensamos sobre os humanos. Sim, o sofrimento é ruim, mas vemos a morte, mesmo indolor, como algo ruim. Nós humanos temos um interesse em continuar a viver. A morte frustra esse interesse, que é separado do interesse de não sofrer. Não queremos sofrer; também não queremos morrer. Muitos dizem que os animais não querem sofrer, mas que eles não se importam em morrer, a menos que o ato de matar envolva sofrimento; é o sofrimento que é o problema para o animal, não a morte.

Essa ideia, de uma forma ou de outra, existe há centenas de anos. A intuição moral, que todos nós aceitamos agora, de que os animais importam moralmente, mas menos do que os humanos, e que podemos usar os animais quando é necessário, contanto que minimizemos o sofrimento, foi uma ideia que emergiu no século XIX. Presumia-se que era aceitável usar os animais quando necessário porque, diferentemente dos humanos, eles não são autoconscientes e não têm interesse em continuar a viver; isto é, eles não preferem, ou desejam, ou querem permanecer vivos.

Essa ideia, que, sem dúvida, nos faz sentir melhor quanto a matar animais para produzir comida, era absurda no século XIX. É absurda agora.

Dizer que qualquer ser senciente não é prejudicado pela morte é muito estranho. A senciência não é uma característica que foi desenvolvida para servir como um fim em si mesma. Ao contrário, é uma característica que permite que os seres identifiquem as situações que são prejudiciais e que ameaçam a sobrevivência. *Senciência é um meio para o objetivo da existência continuada.* Os seres sencientes, pela virtude de serem sencientes, têm um interesse em continuar vivos; isto é, eles preferem, querem ou desejam permanecer vivos.

Dizer que um ser senciente não é prejudicado pela morte é o mesmo que negar que o ser tenha o interesse preciso que a senciência está a serviço de perpetuar.

Seria o mesmo que dizer que um ser com olhos não tem interesse em continuar a ver ou não é prejudicado ao ser forçado a ficar cego. Os jainistas da Índia expressaram isso bem há muito tempo: “Todos os seres valorizam suas vidas, gostam do prazer, odeiam a dor, evitam a morte, gostam da vida, anseiam viver. Para todos, a vida é preciosa”. [30]

A noção de que os animais não são autoconscientes é baseada em nada mais do que na estipulação de que a única forma de ser autoconsciente é ter a autoconsciência de um adulto humano normal. Essa é certamente *uma* maneira de ser autoconsciente. Não é a única maneira. Como o biólogo Donald Griffin, um dos mais importantes etólogos cognitivos do século XX, observou em seu livro, *Animal Minds*: se os animais estão conscientes de algo, “o próprio corpo do animal e suas próprias ações devem estar dentro do âmbito da sua consciência perceptiva”. Mesmo assim, nós negamos a autoconsciência dos animais porque afirmamos que eles não podem “ter pensamentos como ‘Sou *eu* que estou correndo, ou trepando nessa árvore ou perseguindo aquela mariposa’”. Griffin observa que, “quando um animal percebe conscientemente o correr, o trepar ou o perseguir a mariposa de um outro animal, ele também deve estar consciente sobre quem está fazendo essas coisas. E, se o animal é perceptivamente consciente de seu próprio corpo, então fica difícil descartar o reconhecimento semelhante de que ele mesmo está correndo, trepando ou perseguindo”. Ele conclui que “se os animais têm a capacidade da consciência perceptiva, negar-lhes algum nível de autoconsciência pareceria uma restrição arbitrária e injustificada”. [31]

Parece que *qualquer* ser senciente deve ser autoconsciente, pois ser senciente significa ser um tipo de ser que reconhece que é aquele ser, e não algum outro, que está consciente. Quando um ser senciente está experienciando dor ou aflição, este ser necessariamente reconhece que é ele, e não um outro, que está experienciando dor ou aflição. Há *alguém* que está consciente de estar com dor e que prefere não ter essa experiência.

Mesmo que os animais vivam num tipo de “presente eterno”, o que temos dúvida de que seja o caso, isso, todavia, não quer dizer que eles não sejam autoconscientes, que eles não tenham interesse em existência continuada ou que a morte não lhes prejudique. Apenas significa que a autoconsciência deles é diferente. Os animais ainda teriam um sentido de si mesmos *em cada momento em particular*. Eles ainda gostariam de chegar ao próximo momento do presente. O seu sentido de autoconsciência pode ser diferente daquele do humano adulto

normal, mas não seria correto dizer que eles não são autoconscientes ou que eles são indiferentes à morte.

Vemos isso quando os humanos estão envolvidos. Se um humano sofre de uma doença mental e não está autoconsciente da mesma forma que um humano normal, não achamos que esse humano não tem interesse na vida ou que a morte não é um dano para ele. Ela ou ele pode ser autoconsciente de uma forma diferente dos outros, mas ainda é autoconsciente de uma forma moralmente relevante, de modo que consideraríamos tratar ela ou ele exclusivamente como um recurso, que é como tratamos os não humanos que usamos para comida, moralmente errado.

Em suma, se um ser é senciente – isto é, se ele é perceptivamente consciente –, então ele tem um interesse em continuar a viver, e a morte o prejudica. Não é necessário ter um sentido autobiográfico, que associamos com humanos adultos normais, para ser autoconsciente. E um sentido de autoconsciência semelhante ao do humano não é necessário para ter um interesse em continuar a viver.

Quarto, vamos voltar a questões práticas. Mesmo que tudo o que acabamos de dizer estivesse completamente errado e fosse possível ter criação animal com animais sendo tratados como cães e gatos e sem sofrer de forma alguma, e que a eles fosse permitido morrer de velhice, a realidade é que os produtos feitos a partir desses animais simplesmente não estão disponíveis *agora* no mundo em que vivemos. Assim, que diferença isso faz com relação à escolha do que comer esta noite?

A resposta é clara: *nenhuma*.

Há algumas pessoas que, quando descobrem que não consumimos leite (ou qualquer coisa de qualquer um que tenha olhos ou mãe), nos contarão a história sobre a vaca dos seus bisavós, que era tratada como um membro da família.

Embora não aceitemos, como uma questão empírica, que uma vaca numa situação de fazenda familiar não sofra, nosso procedimento usual não é discutir essa questão, mas perguntar o que aconteceu com os bezerros que nasceram como resultado de ter essa vaca regularmente grávida para que continuasse a produzir leite. O motivo pelo qual fazemos essa pergunta é que sabemos a resposta: os machos foram vendidos como vitelos para carne, assim como algumas fêmeas. O restante das fêmeas se tornou vaca leiteira. Isso enfraquece o argumento de que não há sofrimento em situação de fazenda familiar de uma forma que a maioria das pessoas possa entender.

No entanto, há sempre alguém que responde: “Todos os bebês puderam viver na fazenda e nunca foram enviados para o abate. Estou dizendo a você, essas

vacas nunca sofreram”. Novamente, há muitas coisas que poderiam ser ditas em resposta a essa caracterização desordenadamente fantástica, mas, entre os argumentos mais eficientes, em termos de tempo, cabe perguntar: “Você tem qualquer acesso ao leite produzido dessa forma agora?”.

A resposta é sempre: “não”.

Nossa réplica é sempre: “Mesmo que tudo isso fosse verdade, que relevância teria em relação à sua decisão de consumir leite agora?”

A resposta é sempre um reconhecimento de que a situação hipotética é insignificante em termos do nosso comportamento moral atual ou uma declaração expressando irritação – o que indica o fato de que fizemos uma pergunta que não pode ser respondida de forma satisfatória.

Um “Mas” responsivo relacionado que ocorre a essa altura é: “Mas... e se eu resgatasse e adotasse uma galinha e a tratasse como trato meu cão ou gato. Seria aceitável comer os seus ovos?” Deixando de lado que esse sistema não poderia suprir ovos para muitas pessoas (a menos que todos nós adotássemos galinhas), a realidade é que, como as galinhas têm sido criadas para botar um número bastante anormal de ovos, seus corpos ficam empobrecidos de nutrientes e elas, frequente e usualmente, comerão seus próprios ovos quando perceberem que não estão fertilizados. E as galinhas frequentemente ficam muito aflitas quando seus ovos são apanhados. Então, na melhor das hipóteses, a qual, sem dúvida, não poderia suprir qualquer quantidade de ovos em termos comerciais, nós acabamos tirando os ovos que as galinhas precisam para si mesmas e as colocamos em situações em que ficam aflitas. E, a menos que as mantenhemos até que morram de causa natural, que pode ser um período de 10 anos ou mais depois que a produção diminuir, acabaremos matando-as.

A questão fundamental é clara: não há maneira de produzir produtos animais – seja carne, laticínios ou ovos – sem sofrimento, nas circunstâncias mais favoráveis, e morte. Não é possível fazer isso. E, se não é necessário consumirmos produtos animais, então não podemos justificar nem mesmo uma grande redução do nível de sofrimento e uma morte mais “humanitária” no inexistente Sítio do Seu Lobato – da mesma forma que concordamos que um negócio mais “humanitário” de rinhas de cães não tornaria a conduta de Michael Vick justificável.

Mas... não temos que solucionar primeiro as questões de direitos humanos?

Esse é um “Mas” ouvido com frequência. Explicamos os motivos pelos quais não podemos justificar o consumo de produtos animais e alguém pergunta: “Sim, mas e o problema das mulheres espancadas?”

Isso não é diferente de estar discutindo o problema da solução inadequada do sistema legal para o problema de mulheres espancadas, para que alguém simplesmente responda: “Mas e o problema da pedofilia?” Há sempre algo mais que poderia ser abordado!

E notamos que, quando perguntamos às pessoas que fazem esse questionamento o que *elas* estão fazendo para administrar as questões de direitos humanos que elas afirmam serem mais importantes do que a questão da exploração animal na qual estamos trabalhando, em nove de cada dez vezes, a resposta é, em geral, que elas não estão fazendo nada.

Mas no caso de você ser uma pessoa que realmente está preocupada em dedicar tempo, dinheiro ou energia para os problemas de direitos humanos, queremos explorar esse “Mas” um pouco mais.

Nessa questão está evidentemente implícita a noção de que humanos importam mais, num sentido moral, do que os animais, e que, então, deveríamos focar nos problemas dos humanos e não nos problemas dos animais. Como afirmamos no início, não vamos questionar a sabedoria convencional de que, embora os animais importem moralmente, os humanos importam mais. Contudo, esse “Mas” ainda não chega a lugar nenhum.

Primeiro, ninguém está pedindo que alguém pare de trabalhar ou de se preocupar com as questões de direitos humanos. Pelo contrário, concordamos que há uma quantidade terrível de racismo, sexismo, heterossexismo, ableísmo, classismo e todos os tipos de outras injustiças e achamos ótimo que as pessoas se importem com isso e trabalhem nessas questões.

Mas o que isso tem a ver com o que estamos falando neste livro, que é simplesmente que, se você concorda que os animais importam de alguma forma, você está comprometido a não consumi-los mais?

A resposta: *nada*.

Mesmo que você ache que qualquer ou todas as questões de direitos humanos sejam mais importantes do que a questão da exploração animal, você tem que comer enquanto luta por essas grandes causas. De que forma comer tofu, por

exemplo, em vez de bife impede sua habilidade de lutar pelas causas de direitos humanos? Não impede. No mínimo, uma dieta vegana saudável proporcionará a você mais energia para engajar-se nessas causas.

E é onde essa análise se insere.

Você sai da sua reunião matinal com a organização local para proteção à criança, de acordo com seus esforços para conseguir melhor proteção para elas, e agora você está pronto para almoçar. Onde está o conflito entre você e a vaca que justifique consumir um hambúrguer? Na verdade, se você come o hambúrguer, então acaba, por meio da sua ação, de rejeitar o princípio que você afirma aceitar: que infligir sofrimento aos animais requer uma justificativa moral.

Você não tem uma justificativa.

Segundo, mesmo que você esteja apenas preocupado com as questões de direitos humanos, você também deveria estar preocupado com a exploração animal, porque ela está diretamente ligada a uma importante questão de direitos humanos. Como discutimos anteriormente, a quantidade de recursos necessários para produzir alimentos de origem animal é muitas vezes maior do que a que é necessária para produzir alimentos de origem vegetal. Embora haja certamente questões políticas que atrapalham a distribuição de alimentos, o que acontece também é que a criação animal e uma dieta de alimentos de origem animal são cada vez mais uma ameaça de fome no mundo, ameaça ao nosso suprimento de água, à superfície do solo etc.

Mas... e Hitler? Ele era vegetariano.

Não, ele não era.

Mas não vamos nos preocupar com algo tão insignificante como a questão de fatos históricos estarem errados. Vamos supor que Hitler não consumia produtos de origem animal. O que isso diria com relação a não consumir produtos de origem animal?

Absolutamente nada.

O pensamento por trás da questão “Mas... e Hitler?” é que ele se importava com os animais e isso o teria levado a menosprezar os humanos e, como consequência, a fazer coisas horríveis com eles. Assim, se você se importa com os animais, você menosprezará os humanos e fará coisas horríveis com eles. Então continue a consumir produtos de origem animal. Leve as crianças para comer vorazmente uma porção de frango frito esta noite; você não quer que elas se tornem nazistas.

Deixando de lado o evidente contrassenso dessa posição, lembre-se de que Joseph Stalin matou milhões de pessoas, como o fez também o presidente Mao. Ambos comiam produtos de origem animal. Pol Pot do Camboja, Hirohito do Japão, Rei Leopoldo II da Bélgica e Francisco Franco da Espanha também foram responsáveis por atrocidades assustadoras. Todos eles consumiam produtos de origem animal. Então, na medida em que você acha que o que você consome o influenciará a ser um assassino em massa, é melhor ser aconselhado a não comer alimentos de origem animal, devido à correlação entre ser um assassino de pessoas em massa e ser um consumidor de alimentos de origem animal.

Há um sentido no qual o tópico “Mas... e Hitler?” tem a função de estabelecer uma associação desfavorável: Hitler possuía uma característica – era vegetariano (e ele não era) – e Hitler era um homem perverso, então deveríamos rejeitar qualquer característica associada a ele. Mas Hitler também tomava banho. Então, não deveríamos tomar banho, porque não queremos ser como Hitler. Ele também usava roupas e bebia água. Se você não quer ser como Hitler, pare de usar roupas e beber água.

Você entende a ideia.

Mas... e as plantas?

A cena: estamos num jantar festivo. Estamos cuidando da nossa vida comendo nossa refeição vegana. Alguém pergunta por que não estamos comendo a carne e os laticínios que os outros convidados estão comendo. Eles perguntam se isso tem relação com a saúde. Dizemos, “Não, é sobre ética”. E, então, ouvimos quase que imediatamente, “Mas, e as plantas?”

Esse “Mas” frequentemente é combinado com o alimento de origem vegetal em particular que estamos comendo, por exemplo: “E esses brócolis que você está comendo? Eles não sentiram dor quando foram cozidos?”

Próximo ao “Mas... e Hitler?”, esse é o “Mas” mais infundado de todos.

Ninguém realmente acha que as plantas são iguais aos animais. Se alguém comesse seu tomate e seu cão, ninguém consideraria esses dois atos semelhantes.

Vamos ser claros aqui: *não* há evidência científica de que as plantas pensam ou exibem qualquer tipo de atividade mental para que possamos dizer que as plantas têm interesses. *Não* há evidência científica de que as plantas têm qualquer tipo de mente que prefere, ou deseja, ou quer alguma coisa. *Não* há evidência científica de que jogar os brócolis em água fervente é, de qualquer forma relevante, igual a abater uma vaca, um porco ou uma galinha, ou jogar uma lagosta viva em água fervente.

Poderíamos apresentar uma discussão sobre botânica aqui, mas isso não é, na verdade, necessário, porque ninguém *efetivamente* sustenta que as plantas são sencientes e possam experimentar dor, ou que elas tenham consciência perceptiva sobre qualquer coisa. A preocupação com as plantas começou em 1973, quando um jornalista e escritor, que focava em ciência alternativa, escreveu *The Secret Life of Plants (A vida secreta das plantas)*, baseado nos experimentos desacreditados de Cleve Backster, entre outros. Backster era originalmente um perito em interrogatório da Agência Central de Inteligência (Central Intelligence Agency) e, em 1968, publicou suas pesquisas no *International Journal of Parapsychology*, afirmando que as plantas tinham pensamentos e emoções e podiam ler a mente humana.

Mas espere. No seu livro escrito em 2012, *What a Plant knows: A Field Guide to the Senses*, o cientista da Universidade de Tel Aviv, Daniel Chamovitz, relata que as plantas podem ver, sentir cheiro, pensar e sentir. Ele é um cientista reconhecido e parece dizer que estamos errados, certo?

Errado. A revista *Scientific American* entrevistou Chamovitz e perguntou a ele

à queima roupa: “Você diria, então, que as plantas ‘pensam’?” Chamovitz respondeu: “Não, eu não diria isso”. Ele adicionou: “Da mesma forma que uma planta não pode sofrer uma dor subjetiva por causa da ausência de um cérebro, eu também não acho que ela pense”.

[32]

Chamovitz e pessoas como o filósofo Michael Marder – que, em seu livro publicado em 2013, *Plant-Thinking: A Philosophy of Vegetal Life*, defende “a ética das plantas” – apontam exemplos em que plantas reagem a estímulos. Ninguém duvida que elas reajam. Elas estão vivas. Elas realizam várias atividades, algumas das quais são muito complexas, em nível celular. Mas elas não realizem *nada* em nível cognitivo ou de consciência porque elas carecem inteiramente de consciência e cognição.

As plantas *reagem*; elas não *respondem*.

A planta virará na direção do sol? Claro. Ela também fará isso mesmo que, virando nessa direção, ela seja cortada? Claro. Algum animal se comporta dessa forma? Não. Os animais *respondem*; as plantas *reagem*.

Uma campanha reagirá se houver eletricidade sendo conduzida através do fio ao qual está conectada. Isso significa que a campanha está respondendo? Não. Isso significa que a campanha é consciente? Senciente? Não, claro que não. As campanhas reagem; as plantas reagem. Nem estão conscientes; nem são sencientes; nem respondem a nada. Elas não são tipos de coisas que podem responder; elas são somente tipos de coisas que podem reagir. Na verdade, elas são *coisas*.

Uma prova contundente nesse contexto é que aqueles que defendem a “ética das plantas”, quando confrontados com o fato incontestável de que as plantas não são sencientes, começam a afirmar que, embora não sejam sencientes, elas são – usando uma expressão que Marder empregou num debate que tivemos com ele, patrocinado pela Columbia University Press – capazes de “intencionalidade não consciente”.

[33]

“Intencionalidade não consciente.” O que será que isso significa? Como alguém pode ter a intenção de fazer algo de um modo não consciente? A consciência não é necessária para se ter intenção? As plantas realizam atividades que geram certos resultados? Sim. Mas falar sobre “intencionalidade” nesse contexto é incorrer em petição de princípio. Nesse exato momento, há inúmeros processos biológicos acontecendo em nossos corpos. Esperamos que esses processos sejam conduzidos para certos fins, por exemplo, a renovação celular, e não para outros fins, por exemplo, a formação de tumores. Mas podemos falar

sobre a “intencionalidade” das células cancerígenas? Apenas se incorreremos em petição de princípio e aceitarmos que as reações celulares têm um componente cognitivo. Poderíamos dizer que as partículas eletricamente carregadas que percorrem o fio estão com a intenção não consciente de fazer a campainha tocar. Isso seria absurdo, mas não mais absurdo do que dizer que uma planta carnívora, não conscientemente, tem a intenção de fechar suas “mandíbulas” numa mosca.

Os defensores da “ética das plantas” argumentam, com frequência, que simplesmente não podemos dizer se as plantas são sencientes. Elas talvez sejam sencientes de uma forma que não podemos reconhecer ainda. Nós não sabemos. Por exemplo, embora Chamovitz reconheça que as plantas não podem pensar, ele adiciona: “mas talvez seja aí que eu ainda esteja limitado em meu próprio pensamento!” Há três respostas simples aqui.

Primeiro, você poderia dizer a mesma coisa sobre qualquer assunto. Você poderia, por exemplo, afirmar que não podemos realmente saber se uma folha de grama é Einstein reencarnado. Pode muito bem ser Einstein; nós somente ainda não temos as ferramentas para reconhecer que é ele. Fazer afirmações absurdas e dizer que talvez não sejam absurdas porque é possível que elas não sejam absurdas é um esforço absurdo.

Segundo, a menos que queira ignorar o princípio da evolução, você precisaria explicar *por que* as plantas desenvolveriam uma característica que seria completamente inútil para elas. Se as plantas pudessem sentir dor, não há nada que poderiam fazer, exceto sofrer aquela dor. As plantas não podem fugir.

Terceiro, mesmo que, ao contrário de tudo o que sabemos, as plantas fossem sencientes, ainda matamos mais plantas quando consumimos animais do que quando consumimos as plantas diretamente. Então, quando uma pessoa que está comendo um bife de quase meio quilo pergunta a você sobre as plantas que está comendo, você pode lembrá-la de que a vaca da qual foi retirado o bife foi uma vez um mamífero senciente que tinha sistema nervoso muito parecido com o nosso e que, inquestionavelmente, era senciente. Para produzir o bife de meio quilo, cerca de 8 quilos de proteína de plantas foram necessários. Então, temos um mamífero senciente que morreu juntamente com 8 quilos de plantas supostamente sencientes.

Assim, mesmo que as plantas fossem sencientes, a pessoa que está comendo o bife e a pessoa que está comendo alimentos vegetais diretamente estão participando de atos diferentes, e o ato de quem está comendo bife é muito pior. Portanto, se a pessoa que está comendo o bife tivesse realmente uma preocupação moral com as plantas, ou com o sofrimento de seres sencientes em

geral, ela estaria consumindo as plantas diretamente.

Embora a preocupação com a senciência das plantas seja absurda, esse “Mas”, como o “Mas... e Hitler?”, é uma indicação de que a pessoa com quem você está falando reconhece que há algo de errado, ou pelo menos questionável, sobre o consumo de alimentos de origem animal. Da mesma forma que ninguém *realmente* acha que o regime alimentar de Hitler é relevante para qualquer coisa, ninguém *realmente* acha que os brócolis sofreram quando foram cortados ou fervidos. E, assim como “Mas... e Hitler?”, “Mas... e as plantas?” é um “Mas” que, apesar de sua superficialidade, é, mesmo assim, frequentemente usado por pessoas inteligentes. De qualquer forma, o fato de que alguém está oferecendo um “Mas”, particularmente um “Mas” muito tolo como esse, pode ser uma forte indicação de que a pessoa está inquieta e está incomodada em consumir alimentos de origem animal.

***Mas...* consumir produtos de origem animal é uma tradição.**

Há uma palavra que, quando ouvimos no contexto de um argumento a favor de alguma posição, sabemos com certeza que a pessoa que a está usando para defender uma posição não tem nada de substancial para dizer. Essa palavra é *tradição*.

Usar a tradição ou a cultura para justificar qualquer coisa é apenas outra forma de dizer que temos feito algo por muito tempo e que, por isso, temos uma justificativa para continuar a fazer. Em outras palavras, não oferece o mínimo de suporte para a prática que está sendo questionada.

Nós *sabemos* que as pessoas têm consumido alimentos de origem animal por muito tempo. Essa é a questão. Estamos questionando esse comportamento como sendo inconsistente com nossa sabedoria convencional de que devemos ser capazes de justificar a imposição de sofrimento e morte aos animais. Então repetir o fato de que as pessoas têm consumido alimento de origem animal por muito tempo é completamente inútil, quando se trata de avançar na discussão. Isso meramente reafirma o problema que está sendo discutido, e não fornece qualquer tipo de solução para ele.

Praticamente qualquer coisa sobre a qual vale a pena conversar, do ponto de vista moral, tem acontecido por muito tempo e é parte da tradição de *alguém*.

Considere a mutilação genital feminina, por exemplo.

Essa prática absolutamente horrível envolve a remoção parcial ou total da parte externa da genitália feminina, com o propósito de assegurar virgindade pré-conjugal e inibir conduta sexual extraconjugal. Embora alguém possa muito bem ser contra a circuncisão masculina, a mutilação genital feminina é muito mais severa e, além de reduzir ou eliminar qualquer prazer que a mulher tem na relação sexual, gera riscos consideráveis e efeitos colaterais, incluindo hemorragia fatal, cistos, infecções, dor crônica e uma gama completa de complicações ginecológicas e obstétricas. A faixa de idade para essa mutilação é entre vários dias após o nascimento até a idade de 15 ou 16 anos. Às vezes, ela é feita mais tardiamente.

Há muita oposição a essa prática, e alguns órgãos internacionais, incluindo a Organização das Nações Unidas (United Nations), têm buscado acabar com ela. O argumento é bastante direto: fazer isso com qualquer pessoa levanta questões sérias de direitos humanos; fazer com bebês, garotas e adolescentes, que não

podem fornecer qualquer consentimento informado, é monstruoso.

Apesar dos esforços que têm sido feitos há vários anos, essa prática persiste.

Por quê? Qual é a justificativa possível?

Deixando de lado os motivos completamente ilógicos relacionados a preocupações inválidas – como que uma mulher com a genitália intacta não pode manipular, com segurança, a comida, ou que o clitóris de uma mulher é perigoso para o pênis do homem ou para a cabeça do bebê – o motivo fundamental é simples: é uma tradição. É parte da cultura de locais na África, no Oriente Próximo e Médio e no sudeste da Ásia. Eles têm feito isso por muito tempo. A mutilação genital feminina remonta ao Egito antigo.

Então, o que podemos concluir com isso?

Podemos concluir que algo horrível tem acontecido por muito tempo.

Não podemos, contudo, inferir que a prática é moralmente aceitável porque tem acontecido por muito tempo.

A mesma falácia é usada para defender as touradas. Se criticarmos as touradas em lugares como a Espanha, aqueles que a defendem bradarão a você sobre o fato de que é uma tradição honrada. De novo, o que isso significa?

Significa que as pessoas têm torturado touros por diversão por muito tempo.

E daí?

Há um sentido em que devemos ser sensíveis aos argumentos da tradição. Eles são frequentemente feitos *para* pessoas em sociedades que têm sido exploradas ou oprimidas *por* aqueles que as exploraram ou as oprimiram. Assim, alguns defensores da mutilação genital feminina reagirão quando pessoas dos Estados Unidos ou da Europa Ocidental, que não têm um bom histórico no que diz respeito à África, criticarem os africanos por essa prática. Ou povos indígenas que vivem no norte do Canadá reagirão, quando canadenses não indígenas ou aqueles dos Estados Unidos criticarem a matança de focas ou baleias.

Nós deveríamos, evidentemente, ser sensíveis com relação a essas preocupações e com os efeitos de outras práticas injustificáveis, como, por exemplo, a colonização. Mas isso não quer dizer que as pessoas tenham o caminho livre para realizar outras práticas moralmente injustificáveis. Dois erros não fazem um acerto.

Finalmente, o uso da tradição para justificar o consumo de animais é particularmente absurdo. *Todos*, incluindo as pessoas de *todos* os grupos étnicos, podem afirmar que alimentos de origem animal são parte da tradição cultural. Um dos motivos que faz com que “Mas... e a tradição?” ressoe em outros contextos é que esse argumento é geralmente feito para defender uma prática que

um número bem pequeno de pessoas considera como sagrada, tal como a mutilação genital feminina ou as touradas.

No entanto, quando usamos a tradição para justificar algo como o consumo de alimentos de origem animal, que todos fazem, é como usar a tradição para justificar o sexismo, ou racismo, ou algo que todos fazem. Nesse caso, o uso da tradição é particularmente ilógico e não acrescenta nada, além da afirmação de que a prática é antiga. Não há afirmações válidas de que o consumo de animais, como uma atividade, seja algo que é parte da identidade de um grupo específico de qualquer forma especial.

Sim, as pessoas podem afirmar que seus alimentos étnicos de origem animal em particular são parte da identidade do grupo, mas isso é como dizer que um tipo de pornografia em particular é parte da identidade de um grupo que pratica o sexismo. Quando falamos de comportamentos disseminados, universais, como consumir alimentos de origem animal ou sexismo, usar a tradição não é nada mais do que dizer que algo que está sendo criticado tem acontecido por muito tempo, e, em vez de lamentar que algo moralmente errado tem acontecido por tempo demais, o argumento da tradição diz, “Temos feito por muito tempo, então podemos fazer mais”.

Mas... estamos no topo da cadeia alimentar.

Que cadeia alimentar?

Esse “Mas” é outra forma de perguntar se nosso poder e habilidade de explorar os animais torna isso moralmente certo. Nós veríamos o problema imediatamente, se esse “Mas” fosse levantado num contexto envolvendo os humanos. Por exemplo, afirmava-se que europeus ocidentais brancos eram naturalmente superiores aos africanos, porque tinham a capacidade de escravizar os africanos.

Não existe tal coisa por aí como uma “cadeia alimentar”. Esse é um conceito que inventamos para fazer com que a exploração animal pareça ter alguma base no mundo natural. Não tem. A proclamação de que estamos no topo da cadeia alimentar é equivalente a proclamar que somos capazes de oprimir e explorar todas as outras espécies do planeta. Isso pode ser verdade, mas não apresenta nenhum significado moral.

Os humanos são diferentes dos não humanos? Certamente. Os humanos têm habilidades que os não humanos não têm? Certamente. Mas os animais têm todos os tipos de habilidades que os humanos não têm. Sim, os humanos podem escrever sinfonias (embora, a propósito, a maioria não faça isso). Contudo, os pássaros podem voar sem estarem em um avião, e os peixes podem respirar debaixo d’água sem um tanque de oxigênio. O que, à parte nossa proclamação de autointeresse, faz as habilidades dos animais valerem menos, em termos morais, do que as habilidades humanas? A resposta: nada.

Mas, no início, nós prometemos que não questionaríamos aquela parte da sabedoria convencional que concorda que, embora os animais sejam importantes moralmente, eles não são tão importantes quanto os humanos. Nossa sabedoria convencional considera que, mesmo que os animais importem menos, eles têm *alguma* importância, e machucar ou matá-los requer que tenhamos uma justificativa. Responder à necessidade dessa justificativa dizendo que estamos no topo de alguma cadeia, que não existe, é uma forma de dizer que é aceitável machucar ou matar os animais sem nenhuma justificativa moral.

E essa é apenas uma maneira de dizer que você não acha que os animais importam moralmente de forma alguma e que nós podemos fazê-los sofrer e matá-los, porque somos capazes de fazer isso. Na verdade, se você parar e pensar sobre isso por um minuto, verá que nosso poder e nossa habilidade de explorar os animais não humanos nos dão a responsabilidade de protegê-los da

exploração!

Mas... eu conheço pessoas que consomem uma dieta vegana que são pregadoras (ou hipócritas).

Nós também conhecemos. Em ambos os casos.

E daí?

Há pessoas, defensoras de todos os tipos de questões morais, que são meras pregadoras – isto é, elas pregam em vez de ensinar. Também há pessoas que defendem uma questão moral, seja qual for, e então participam daquilo que aconselham que você não faça.

Algum desses atributos nega a validade da posição moral que elas defendem?

Mas... o que consumimos não é uma questão de escolha?

Consumir produtos de origem animal é uma “escolha” apenas na medida em que a sociedade permite que você escolha fazer coisas que são obviamente e indiscutivelmente erradas moralmente. Você é livre para escolher ter opiniões racistas? Sim. Assim, dizer que algo é uma “escolha” não diz *nada* sobre a moralidade do assunto.

Não podemos justificar moralmente o consumo de produtos de origem animal. Ponto final. Consumir esses produtos pode ser uma questão de “escolha”, mas apenas no sentido mais superficial. Não é uma questão de escolha para qualquer pessoa que leve a moralidade a sério. Nós talvez possamos escolher prejudicar os outros, mas isso não quer dizer que podemos, num sentido moral, escolher fazer isso.

Para colocar a questão de outra forma, não faz sentido dizer que é moralmente errado infligir sofrimento desnecessário aos animais e, então, dizer que infligir sofrimento desnecessário aos animais é simplesmente uma questão de escolha. Podemos ter a liberdade, na acepção da lei, de escolher fazer algo que reconhecemos como imoral. Contudo, em termos morais, nós não temos escolha.

Mas... estou ocupado e comprar um hambúrguer rápido é mais conveniente.

Conveniência não é, na verdade, diferente de prazer e diversão no que tange às desculpas absurdas, se os animais importam moralmente de alguma forma.

Outro exemplo da vida real explicará essa questão.

Mitt Romney provavelmente perdeu a eleição presidencial de 2012, pelo menos em parte, por causa do que fez a Seamus. [\[34\]](#)

Seamus era o *setter* irlandês que Romney colocou numa jaula e amarrou no teto de seu carro para uma viagem de 12 horas da família ao Canadá, em 1983. Seamus, ao que parece, defecou porque, muito provavelmente, estava aterrorizado. Romney parou num posto de gasolina, deu um banho de mangueira em Seamus e o colocou de novo na jaula para continuar a viagem. De acordo com os filhos de Romney, Seamus fugiu quando a família chegou ao Canadá.

As pessoas ficaram com muita raiva por causa do que Romney fez a Seamus. Podemos perdoar quase tudo, mas não podemos perdoar prejudicar os animais intencionalmente, sem haver uma boa razão. Parafraseando uma citação famosa de Gandhi: “A grandeza moral de um candidato à presidência pode ser julgada pela forma como ele trata seu cão”.

A conveniência não é uma boa razão para infligir sofrimento a um animal. Ficamos aborrecidos com Romney porque ele não se importou o suficiente para ter certeza de que Seamus estava sendo transportado de forma segura, na qual não estivesse aterrorizado por horas. Romney deixou sua conveniência, seu desejo de não querer alugar um *trailer* ou um veículo maior, determinar a questão. E isso não é certo.

Embora as leis anticrueldade não façam muito, uma das poucas áreas em que elas têm sido usadas eficientemente envolve situações em que as pessoas negligenciam os animais simplesmente porque acham inconveniente cuidar deles. Se você deixar seu cão, cavalo ou vaca faminto ou deixá-lo morrer devido à exposição ao tempo porque você acha inconveniente demais cuidar do animal, você pode muito bem enfrentar acusações penais. Então, o que isso nos diz?

Diz que nosso reconhecimento de que os animais têm algum valor moral exclui a conveniência como uma explicação para infligir sofrimento aos animais. Os animais importam moralmente; você não pode fazê-los sofrer porque obtém prazer ou se diverte com isso, como Vick fez, ou porque acha conveniente, como

Romney fez.

Os animais talvez não importem tanto, mas, se eles importam de alguma forma, nossa conveniência não é uma razão suficiente para fazê-los sofrer.

Isso significa que você será forçado ao fardo de abrir e esquentar uma sopa enlatada ou fazer uma salada em vez de comer um hambúrguer que leva queijo, bacon e contém mais gordura saturada e sal do que você deveria consumir em um mês, e que é servido num pão que contém açúcar o suficiente para ser qualificado como um bolo. Se os animais importam de alguma forma, e se você tem qualquer preocupação com a sua saúde, então livre-se do hambúrguer.

Mas... os animais comem outros animais.

Nossa sabedoria convencional diz que, embora os animais importem moralmente e precisemos ser capazes de justificar impor sofrimento e morte a eles, os humanos importam mais por causa de características como a habilidade de ter um raciocínio moral e, em situações de conflito genuíno, os animais perdem e os humanos ganham. No entanto, quando nos confrontamos com o fato de que nosso consumo de animais não pode ser justificado porque não existe conflito e que consumimos animais e produtos animais simplesmente porque apreciamos o sabor, dizemos: “Mas espere – os animais comem uns aos outros, então por que não podemos comê-los?”

Alguns animais, de fato, comem outros animais. Isso é, certamente, verdade. Mas que relevância isso tem na questão sobre se deveríamos consumir produtos animais?

Essa é uma questão retórica; a resposta é clara: *não* tem relevância.

Primeiro, embora alguns animais comam uns aos outros na natureza, muitos não fazem isso. Muitos animais são veganos. Além disso, há muito mais cooperação na natureza do que aquilo que imaginamos como a “crueldade da natureza”.

Segundo, se os animais comem outros animais, isso não vem ao caso. Como seria relevante se os animais comem outros animais? Alguns animais são carnívoros e não podem existir sem comer carne. Não estamos nessa categoria; podemos passar bem sem comer carne e outros alimentos de origem animal, e cada vez mais as pessoas estão assumindo a posição de que tanto a saúde quanto o meio ambiente se beneficiariam com a eliminação da dieta de produtos de origem animal.

Terceiro, os animais fazem todo tipo de coisas que os humanos não consideram moralmente apropriadas. Por exemplo, os cães copulam e defecam na rua. Isso significa que deveríamos seguir o exemplo deles ou que os humanos têm justificativa para se comportarem da mesma maneira?

É interessante que, quando é conveniente para nós, tentamos justificar a exploração animal apoiados em nossa suposta “superioridade”. E, quando nossa suposta “superioridade” atrapalha o que queremos fazer, nós, de repente, nos descrevemos como nada além do que outra espécie de animal selvagem, tão qualificados por direito como raposas para comermos galinhas.

De qualquer modo, esse argumento apresenta um problema que é verificado

em todo argumento que possui o seguinte formato: “Fazer a atividade X é moralmente errado. Mas a pessoa P está fazendo a atividade X. Dessa forma, é aceitável fazer X”. Você pode substituir o X por qualquer coisa. “Espancar sua mãe é moralmente errado. Mas espere, João espanca a mãe dele regularmente. Dessa forma, espancar sua mãe é moralmente aceitável.”

Você entende o problema?

Mas... eu nunca conseguiria parar de comer [minha comida favorita].

A coisa triste é que esse é o “Mas” que ouvimos com mais frequência.

Por que é triste? Bem, pense nisso.

Nós dizemos que os animais importam moralmente e que não deveríamos fazê-los sofrer, a menos que tenhamos uma boa razão. Aceitamos essa obrigação moral, mas, então, ignoramos a obrigação porque achamos difícil parar de comer algo (carne, ou laticínios, ou ovos) de que gostamos.

Teríamos alguma simpatia por Michael Vick, se ele afirmasse que amava as ninhadas de cães e não conseguiria desistir delas?

Apesar de não acharmos que as preferências do paladar deveriam, em qualquer momento, sobrepujar as questões morais sérias e que seu amor por uma comida em particular não deveria ficar no caminho para que viva uma vida moral, deveríamos acrescentar que há uma substituição vegana para quase todos os alimentos de origem animal, estes que você acha que não pode viver sem. Há versões veganas de carne, queijo (incluindo o tipo que derrete) e todos os tipos de leites e sorvetes veganos.

Contudo, mesmo que não houvesse um substituto – mesmo que tivesse que desistir de algum sabor de que você realmente gosta –, você pode dizer que valoriza os animais moralmente e ao mesmo tempo dizer seu prazer do paladar pode sobrepujar os interesses que os animais têm em não sofrer e morrer? Por exemplo, os laticínios envolvem não apenas apoiar a indústria da carne de vitela, onde a maioria dos bezerros acaba, mas a separação das mães dos seus bebês, às vezes imediatamente e frequentemente, no máximo, um ou dois dias após o nascimento. Aquela pizza de queijo vale a pena? Aquele sorvete vale a pena? Aquele creme no seu café vale a pena? Há excelentes alternativas que não são de fontes animais para todas essas coisas. Mas, mesmo que não houvesse, ou mesmo que não tivesse condições de comprá-las ou achá-las onde você vive, valeria a pena apoiar essa indústria terrível e a prática rotineira de separar os bebês de suas mães?

Por fim, algumas pessoas afirmam serem “viciadas” em queijo, e algumas pessoas da comunidade médica endossaram a ideia do “vício do queijo”. Somos muito céticos em relação a isso, em parte porque nós dois fomos notáveis consumidores de queijo até o momento de nos tornarmos veganos e, embora nós dois tenhamos sentido falta de comer queijo por um tempo, nenhum de nós “teve

uma crise de abstinência” ou teve algo mais do que uma vontade forte por um tempo. E a grande maioria dos veganos que conhecemos rirá, quando ouvirem sobre esse suposto “vício”. Muitos de nós, de fato, gostavam de queijo. Contudo, nós paramos de consumir esse produto, porque tomamos uma decisão moral. Honestamente, achamos que falar sobre um “vício” nesse sentido não é realmente diferente de outras preferências fortes que temos, seja pelo queijo (ou outros alimentos) ou por comportamentos problemáticos e imorais, como a pornografia, outra coisa que, com frequência, afirmam ser um “vício”. Você talvez sinta vontade de comer queijo depois que parou. Mas isso é apenas um desejo e, na verdade, não é nem um pouco diferente de outro desejo que você tem por outras coisas de que gosta.

***Mas...* a minha família e meus amigos ficarão aborrecidos se eu parar de consumir alimentos de origem animal.**

Há duas reações a esse “Mas”: uma moral e outra prática.

A resposta moral: *Por que* você se importa? Você vai deixar que a opinião de outros impeça que você viva de uma forma que entende como moralmente certa?

Pense nisso. Se agora você compreende que consumir alimentos de origem animal é errado, assim como o que Michael Vick fez foi errado, por que você deveria se importar se os outros têm uma reação negativa em relação ao seu pensamento moral? De algum modo, devido ao fato de que membros da sua família e seus amigos são provavelmente pessoas boas, você pode querer discutir com eles as razões pelas quais eles deveriam ver a situação exatamente da mesma forma.

Você, presumivelmente, não comprometeria suas outras convicções morais pelos outros, então você não deveria consumir produtos animais para deixá-los felizes, agora que concluiu que nosso pensamento moral convencional exclui essa opção.

Pense sobre isso no contexto de Michael Vick.

Você expressa a seu amigo que está horrorizado com o que Vick fez e seu amigo diz que discorda e quer que você participe de uma rinha de cães com ele. Suponhamos que ele diga que é muito importante para ele. Ele se tornará hostil se você não for.

Você iria para fazê-lo feliz?

A mesma análise se aplica ao contexto de consumir alimentos de origem animal ou qualquer outra atividade sobre a qual você chegou à conclusão de que é errada moralmente. Você nunca deveria fazer algo que você acha moralmente errado, simplesmente porque alguém quer que você faça.

A resposta prática: a maioria das pessoas não pedirá que você vá a uma rinha de cães, mas muitas delas reagirão negativamente se você não consumir produtos de origem animal.

Por que isso acontece?

A resposta é complicada em, pelo menos, dois aspectos.

Primeiro, muito da nossa vida social está centrada em comida e muitas das nossas interações com a família e os amigos acontecem no contexto da comida.

E, como mencionamos anteriormente, acontece que, como resultado do hábito e absolutamente nenhuma necessidade que seja, muitas pessoas ainda acham que comer significa comer produtos de origem animal; que você não faz uma refeição apropriada se não há um animal morto ou produtos de origem animal na mesa. Quando você anuncia que não consome produtos de origem animal, você, de fato, extirpa um modo primário por meio do qual você se relacionou com aquela pessoa no passado e você pode estar preocupado sobre como se relacionará com aquela pessoa no futuro.

Colocando a questão de outra forma, você tem comido uma ave morta na casa de sua avó no Dia de Ação de Graças há anos. Agora você diz a sua avó que não vai mais comer a ave e somente comerá os alimentos que não são de origem animal que ela preparou. Você ficará bem com a couve-de-bruxelas, a batata assada, a salada etc. Ela fica aborrecida porque interpreta que, apesar de você se sentar à mesa com todos, você, na verdade, não comerá a refeição. Você não está realmente tendo um jantar de Ação de Graças junto com a família. A função simbólica da refeição terá sido frustrada.

Segundo, quando você informa à família e aos amigos que não come mais alimentos de origem animal e que está fazendo isso porque acha que é moralmente errado, o que elas ouvem é que você está dizendo que *elas* são pessoas imorais. Elas ficam ofendidas.

A reação delas é compreensível porque, embora toda a questão de consumir animais deveria ser tão clara como a questão das rinhas de cães de Michael Vick, ela não é. Consumir produtos de origem animal é culturalmente disseminado. A maioria das pessoas faz isso. A maioria das pessoas acha “normal”, e é – se a normalidade é determinada pelo que a maioria das pessoas, pelo menos nas sociedades ocidentais ricas, faz. Você é visto como anunciando uma opinião idiossincrática que é entendida da mesma forma que dizer que você não come maçãs vermelhas porque acha imoral e, o que é pior, que você acha que qualquer um que come maçãs vermelhas é também imoral. Não se trata apenas de você não estar participando do jantar de Ação de Graças com a avó, ao comer somente a couve-de-bruxelas, as batatas e a salada; você está dizendo para sua avó que ela é uma pessoa *má*.

Por causa dessas duas razões práticas, é importante compreender que, embora você entenda a imoralidade do uso dos animais para comida porque isso causa sofrimento desnecessário, e você veja isso claramente, o mesmo não é verdadeiro para as pessoas que ainda não tiveram essa percepção moral. É fundamental que você se lembre disso durante suas interações com elas e as

ajude a ter essa percepção moral por meio da explicação dos motivos que fizeram com que você parasse de consumir produtos de origem animal e saliente que elas estão em concordância com os mesmos princípios morais convencionais que o levaram a essa decisão.

Em outras palavras, você começa com Michael Vick.

A ideia não é julgar as pessoas; a ideia é explicar que a convicção que elas já têm sobre o erro de impor sofrimento e morte desnecessários aos animais é compatível com a sua decisão de ser vegano. Isso mostra que não é a sua conduta que é o problema, mas sim a inconsistência da atitude delas.

Mas, de novo, o foco é a atitude e a discussão sobre por que fazemos algo que a maioria de nós acha errado. O foco não é o defeito moral da pessoa.

Em outras palavras, você não diz para sua avó que ela é perversa. Você explica que não está comendo o peru pelo mesmo motivo que a avó acha que as rinhas de cães são erradas. Talvez ela não concorde com você (pelo menos, não no início) e não se juntará a você, num jantar de Ação de Graças, comendo couve-de-bruxelas, batatas e salada, mas ela entenderá por que você está fazendo isso e entenderá que você não a está rejeitando ou julgando. Você está apenas agindo em relação ao que todos (inclusive a avó) dizem acreditar: que causar sofrimento desnecessário é errado moralmente.

Se você fizer um trabalho educativo gentil, mas persuasivo, com as pessoas, conseguirá lidar com reações negativas e até mesmo hostis.

No entanto, no final, você terá que fazer a si mesmo duas perguntas simples: (1) Eu levo a moralidade a sério? e (2) Estou disposto a agir em relação ao que afirmo levar a sério?

Importar-se com os outros significa que você dispõe de seu tempo para explicar por que você pensa dessa maneira e por que sua conduta está relacionada com os princípios morais que vocês compartilham. Mas importar-se *não* é fazer algo que você considera errado porque alguém quer que faça. Então você educa e explica.

Se alguém se torna hostil e diz que a felicidade dele depende de que você faça algo que viola suas convicções morais, você precisa se perguntar por que você reagiria de qualquer outra forma além de ficar triste.

Mas... meu parceiro não concordará com isso, mesmo que eu queira.

Essa é uma variação do “Mas” anterior, mas foca mais no problema de viver com alguém que não consome os mesmos alimentos que você, o que faria com que a preparação da comida se tornasse mais complicada, em termos práticos.

Temos lidado muito com esse “Mas” ao longo dos anos, ao aconselhar os novos veganos sobre como direcionar essa situação. Oferecemos nossas ideias aqui.

Primeiro, na maioria dos casos, o outro parceiro talvez não esteja entusiasmado no início, mas, uma vez que o argumento moral é explicado, aquela pessoa, na verdade, se torna favorável e às vezes até mesmo motivada a mudar para uma dieta vegana. Como em todas as situações em que uma pessoa no relacionamento tem uma visão moral distinta sobre uma questão, ela fica encarregada de educar a outra pessoa. Às vezes, a outra pessoa é convencida; às vezes, não. No entanto, conhecemos muitas pessoas que foram convencidas e que consomem uma dieta vegana, pelo menos em casa.

É fundamental que o outro parceiro seja educado sobre a questão moral, e não forçado. Mas isso é verdadeiro para a educação em geral. Ninguém aprende se você grita com ele ou faz com que se sinta como se fosse moralmente horrível ou estúpido. Devido à prevalência do consumo de produtos de origem animal em nossa sociedade, muitas pessoas veem uma dieta vegana como “extrema”. Embora, como discutimos e discutiremos posteriormente, achemos que há muitos motivos sensatos para rejeitar tal visão, o fato permanece, porque essa é a visão dominante. Então devemos educar, mas educar gentilmente.

É também recomendado que haja esforço do parceiro vegano em preparar ou fornecer refeições veganas apetitosas para que o outro parceiro não aceite a noção falsa de que a comida vegana é sem graça e sem sabor. Na nossa experiência, os parceiros ficam, de modo geral, agradavelmente surpresos sobre como a comida vegana é saborosa, interessante e variada. Eles frequentemente apreciam compartilhar a aventura de explorar muitas comidas novas deliciosas e estilos culinários. Alguns dos recursos que mencionamos a seguir deveriam ajudar nesse aspecto.

Segundo, a situação de duas (ou mais) pessoas morando juntas e que não gostam ou não comem o mesmo tipo de comida é muito comum. Se o parceiro vegano não se opõe à presença de produtos de origem animal na casa por razões

morais, o problema prático será facilmente solucionado. Com o mínimo de esforço, a maioria das refeições pode ser facilmente adaptada durante a preparação para suprir veganos e não veganos, através, por exemplo, da adição de tofu ou legumes numa porção, e carne na outra. Não é necessário preparar duas refeições inteiramente separadas.

Mas... não é difícil e caro consumir uma dieta vegana?

Não, para os dois questionamentos; não é nem difícil nem caro.

Em relação à dificuldade, pense: frutas, hortaliças, leguminosas, grãos, castanhas, uma fonte de B12, como a levedura nutricional, e uma fonte de ácidos graxos essenciais, como sementes de linhaça ou chia, nozes, ou um suplemento à base de algas. Tudo o que você precisa consumir numa dieta vegana está acessível para basicamente qualquer um em qualquer lugar.

Você pode temperar e preparar essas comidas exatamente como você tempera e prepara os alimentos de origem animal, e as pessoas ficam sempre admiradas com relação ao fato de que as comidas veganas são deliciosas.

Se quiser comida vegana processada, há toneladas. Como mencionamos anteriormente, há substitutos veganos, para carne, feitos de soja, *seitan* e outras plantas; leites (e cremes usados no café) feitos de soja, arroz, amêndoas, cânhamo ou linhaça; sorvetes feitos de soja, arroz, amêndoas ou coco; e queijos feitos de soja, arroz, amêndoas ou castanha de caju, incluindo aqueles que derretem, para pizzas, gratinados ou lasanhas veganas.

Muitas comidas veganas processadas têm alto conteúdo de sal e pouco valor nutritivo, da mesma forma que as comidas processadas de origem animal. Mas os alimentos veganos processados não têm gordura animal que elevaria seu colesterol e outros lipídeos.

Se precisar de receitas, coloque “receitas veganas” em qualquer mecanismo de busca da Internet e conseguirá dezenas de milhares de receitas. Se quiser um livro de receitas veganas, há centenas deles. Há livros de receitas veganas crudívoras, sem glúten, e livros de culinária com receitas que são preparadas de todas as formas concebíveis e em todas as culinárias étnicas.

Algumas receitas veganas são complexas e consomem tempo para preparar, da mesma forma que algumas receitas que contêm produtos de origem animal. Mas muitas são fáceis e não levam mais do que 30 minutos para ficarem prontas.

Algumas pessoas perguntam como é possível sermos veganos quando viajamos. A resposta é que é fácil conseguir alimentos veganos em quase todos os lugares. Mesmo que você esteja em algum lugar no qual o consumo de carne e laticínios seja extremamente intenso, você sempre pode conseguir uma salada com uma variedade de hortaliças e algumas leguminosas.

No entanto, e se você mora em lugares como o Círculo Polar Ártico? Acredite

ou não, quando falamos sobre como é fácil ser vegano, nós frequentemente ouvimos perguntas desse tipo. A resposta curta: há hortaliças, frutas, leguminosas, grãos, castanhas e sementes em, basicamente, todos os lugares, inclusive no Círculo Polar Ártico. Nunca ouvimos essa pergunta de alguém que mora no Círculo Polar Ártico ou em partes remotas e muito frias do Canadá. Mas ouvimos essa pergunta de muitas pessoas que vivem em lugares como a cidade de Nova York ou Los Angeles.

Os nossos hábitos alimentares são apenas isso – hábitos. Não há nada inerentemente difícil em uma dieta vegana. Apenas requer que aprendamos alguns novos hábitos – nem tantos assim, na verdade, pois a maioria de nós já consome hortaliças, frutas, grãos, leguminosas, castanhas e sementes. De fato, a principal mudança de hábito que ocorre está ligada ao que não comemos mais; não ao que comemos para substituir aqueles alimentos de origem animal. E a maioria dos novos veganos fica admirada com a variedade maravilhosa de comidas deliciosas e nutritivas que eles nem teriam experimentado, se não tivessem adotado uma dieta vegana!

E as informações sobre nutrição para aqueles que têm uma dieta vegana? Há muitas fontes. Achamos o site do Doutor Joel Fuhrman (www.DrFuhrman.com) detalhado, confiável e acessível. Dr. Fuhrman é um médico, vegano por toda a vida, que tem lidado com quase todas as questões nutricionais imagináveis. Além disso, o nosso site www.HowDoIGoVegan.com contém informação nutricional e uma grande variedade de receitas fáceis e deliciosas.

Uma ideia que circula por aí é que, se você parar de consumir produtos de origem animal, terá que ir viver numa comunidade *hippie* (se conseguisse encontrar uma) e começar a plantar e preparar toda a sua própria comida.

Isso é completamente absurdo. Se você decidir adotar uma dieta vegana agora mesmo, você pode aprender tudo o que precisa para um começo bem-sucedido em duas horas e à sua maneira.

Com relação aos gastos, uma dieta de frutas, hortaliças, leguminosas, castanhas e sementes é mais barata do que uma dieta que inclui carne, laticínios e ovos. Na maioria dos casos, uma dieta vegana será muito mais barata. Os alimentos veganos processados às vezes são caros, mas uma embalagem contendo hambúrgueres de soja geralmente não é mais cara, e frequentemente é até menos cara, do que uma quantidade comparável de carne. E, como mencionamos acima, os alimentos processados, sejam veganos ou de origem animal, não são particularmente coisas saudáveis de se comer.

Algumas pessoas salientarão que hortaliças e frutas orgânicas são

frequentemente mais caras do que alimentos de origem animal. Isso pode ser verdade em alguns casos, mas alimentos de origem vegetal orgânicos certamente não são mais caros e, na realidade, são muito menos caros, do que alimentos orgânicos de origem animal – e esse é o padrão apropriado de comparação.

Finalmente, algumas pessoas afirmam que é “elitista” consumir uma dieta vegana. Não temos certeza sobre o que querem dizer com isso. Como dissemos, uma dieta de origem vegetal é, invariavelmente, mais barata do que uma dieta que inclui alimentos de origem animal. E muitas pessoas no mundo, que, com certeza, não são ricas, consomem uma dieta completa, ou praticamente completa, de alimentos vegetais. De qualquer forma, qualquer que seja o significado de caracterizar uma dieta vegana como “elitista”, nós gostaríamos de lembrar que não há *nada* mais elitista do que a ideia de que o prazer do nosso paladar pode justificar impor sofrimento e morte a um ser senciente que valoriza sua vida tanto quanto valorizamos a nossa.

Mas... eu estou velho demais para mudar.

Você nunca é velho demais para fazer algo que acha que deveria fazer e sua idade nunca pode ser uma desculpa aceitável.

Pense na analogia envolvendo os direitos humanos: alguém que chegasse a uma conclusão de que o racismo é imoral diria, “Mas eu sou velho demais para mudar?”

Se você acha que é moralmente errado participar do sofrimento e morte desnecessários dos animais, então você tem que agir de acordo com essa convicção moral, exatamente como faria a respeito de qualquer outra. Além disso, como explicamos, não é, de forma alguma, difícil eliminar a carne, os laticínios e os ovos de sua dieta.

Mas... eu sou jovem demais para mudar.

Esse “Mas” é frequentemente empregado por jovens, usualmente menores de idade, que ainda estão vivendo na casa dos pais e quando seus pais estão preocupados que uma dieta vegana não será nutritiva. Essa é outra situação com a qual temos muita experiência.

A informação conceituada, amplamente disponível, que mencionamos anteriormente, é bem clara: uma dieta vegana adequada é, pelo menos, tão saudável quanto uma dieta que inclui produtos animais, e muitos profissionais respeitados da área da saúde concordam que é *mais* saudável. Assim, jovens que querem ser veganos podem fornecer a seus pais uma riqueza de informações que deveria dissipar todos os mitos sobre uma dieta vegana, assim como quaisquer preocupações específicas que seus pais tivessem.

Há, evidentemente, alguns pais que são contra esse tipo de mudança não porque estejam preocupados com questões de saúde, mas porque acham que é estranho, ou não gostam que seus filhos sejam diferentes, particularmente de uma maneira que eles não são diferentes, ou porque acham que seu filho está apenas passando por uma fase. Apesar de acharmos que os pais ficariam encantados com o fato de que seus filhos estão pensando sobre alguma questão moral de forma séria – já que muitos jovens não pensam sobre qualquer uma dessas questões porque a mídia convencional faz de tudo para assegurar que eles não façam isso – aceitamos que alguns pais possam ser contrários, por causa de questões que não estão relacionadas à saúde. Tudo o que podemos dizer é que alguns jovens têm que enfrentar o fato de que são moralmente mais avançados do que seus pais e terão que esperar até irem para a universidade (onde é fácil consumir comida vegana) ou, caso contrário, até que saiam de casa.

Se a objeção dos pais é o tempo e o trabalho extra envolvidos na preparação de refeições separadas, o jovem talvez queira aprender a cozinhar para si mesmo. Ele também pode considerar, por exemplo, fazer uma refeição vegana para toda a família uma vez por semana. Essa é uma forma de educar a família sobre comida vegana nutritiva e atraente e, ao mesmo tempo, dar aos seus pais uma pausa bem-vinda na preparação de refeições. Há pouquíssimos pais que seriam contra isso!

***Mas...* e se eu não conseguir parar de consumir todos os alimentos de origem animal imediatamente?**

Claro que você consegue!

Como explicamos na seção anterior, mudar para uma dieta vegana é mamão com açúcar (vegano)! Estamos dizendo a você agora – você *consegue*!

Se, contudo, a ideia é impressionante para você, apesar de que não deveria ser, recomendamos que lide com isso mudando para uma dieta vegana em quatro passos fáceis.

Torne-se vegano no café da manhã por uma semana, ou duas, ou o tempo que precisar para assegurar a si mesmo que você consegue, que é fácil, e que você não morrerá, ou ficará cego, ou o que seja. O café da manhã é muito fácil para alimentos veganos.

E então você se torna vegano no almoço por um período de tempo.

E então você se torna vegano no jantar por um período de tempo.

E então você se torna vegano em todos os lanchinhos.

E agora você tem uma dieta vegana completa.

Mas... consumir alimentos de origem animal produzidos “mais humanitariamente” não é um primeiro passo bom?

Não.

Vamos supor que você concluiu que está incomodado em consumir produtos de origem animal. O que nós fortemente *não* recomendamos é que, em resposta a isso, você decida, como medida “intermediária”, consumir carne “feliz” de animais supostamente criados e mortos “humanitariamente”; ou leite “feliz” de vacas que foram supostamente tratadas com “compaixão”; ou ovos de galinhas que ficaram em gaiolas maiores “enriquecidas” ou em uma gaiola grande chamada de celeiro “livres de gaiola”.

Nossa oposição aos produtos de animais “felizes” não é somente porque achamos que essas “melhorias” não são realmente melhorias de forma alguma e que, na verdade, são, como discutimos antes, semelhantes a colocar estofamento em pranchas de simulação de afogamento na baía de Guantánamo. Nossa oposição é que essa “solução” não faz sentido devido à sabedoria convencional que afirmamos aceitar.

Isto é, embora achemos que essas “melhorias” façam muito pouco, se é que fazem algo, e se elas de fato fizessem alguma coisa? E se elas reduzissem o sofrimento animal globalmente em 50% ou 80%? Seria extremamente absurdo afirmar algo assim, mas vamos supor, em termos de argumentação, que isso seja acurado.

E daí?

Vamos considerar um exemplo envolvendo os humanos. Todos nós concordamos que é errado infligir sofrimento desnecessário às crianças. Todos nós concordamos que seria moralmente horrível infligir sofrimento às crianças por razões de prazer, porque isso seria completamente desnecessário na visão de *qualquer pessoa* que pensa sobre o que constitui uma disciplina apropriada para as crianças. Isto é, mesmo que você ache que é aceitável bater em uma criança em certas circunstâncias, ninguém acha que é aceitável bater em uma criança por prazer.

Suponha que João e Maria batem severamente no filho por prazer. Você está horrorizado com isso. Suponha que – ou porque as autoridades não se importam, o que, apesar do que gostaríamos de acreditar, é frequentemente o caso em

muitos lugares, ou porque João e Maria mentirão convincentemente às autoridades e afirmarão que a criança se comportou mal e mereceu a surra – você decide intervir e conversar com João e Maria.

Eles concordam com você, mas a solução deles é usar um cinto mais macio ou reduzir o número de cintadas pela metade ou mais da metade.

Isso é melhor?

Sim, certamente é.

É certo?

Absolutamente não.

Em termos de realidade econômica, a ideia de que *algum dia* reduziremos o sofrimento de bilhões de animais usados para comida em 50% ou mesmo 20% ou 30% é – e dizemos isso de forma literal – o mesmo que a crença em Papai Noel. É uma *fantasia*. Ponto final.

Mas, mesmo que conseguíssemos reduzir em 50% ou mais, esta situação seria correta, tendo em vista que nós – você – acreditamos que é errado infligir sofrimento desnecessário aos animais?

Absolutamente não.

Portanto, se você realmente acredita no que diz que acredita – que os animais importam moralmente, mas que os humanos importam mais, e que os animais perdem em qualquer conflito real – a sua obrigação é cristalina: você não pode justificar qualquer sofrimento imposto aos animais usados para comida e é compelido a adotar uma dieta vegana.

Mas... tornar-se vegetariano não é um primeiro passo bom?

Não.

Como dissemos acima, não há distinção moralmente coerente entre a carne e os outros produtos de origem animal. Os laticínios e os ovos também envolvem sofrimento e morte. De fato, se você parar de comer bife e obtiver a mesma quantidade de calorias dos ovos, você pode, na verdade, ser responsável por mais sofrimento e morte de animais, dado que as galinhas são mortas após um ou dois ciclos de postura e todos os pintinhos machos nascidos das galinhas poedeiras são mortos imediatamente.

De qualquer forma, as indústrias de carne, laticínios e ovos estão intimamente ligadas. Todas envolvem necessariamente sofrimento; todas envolvem necessariamente morte. Parar de comer carne, mas continuar a consumir laticínios é moralmente arbitrário e semelhante à decisão de parar de comer carne de vacas malhadas, mas continuar a comer carne de vacas marrons. Não faz sentido.

O consumo de quaisquer produtos de origem animal – na ausência de estar preso em uma ilha deserta ou à deriva em um bote salva-vidas, sem alimentos vegetais disponíveis – é *completamente* inconsistente com a sabedoria convencional que afirmamos aceitar.

Como discutimos acima, o primeiro passo bom não é consumir produtos animais “felizes” ou fazer uma distinção arbitrária entre a carne e os outros produtos de origem animal, ao não consumir o primeiro e continuar a consumir o segundo. O primeiro passo bom, se você acha que não consegue tornar-se vegano imediatamente, é fazer isso em estágios, começando pelo café da manhã e assim por diante.

Mas... se aceitar que não posso continuar a consumir carne e outros produtos de origem animal, me comprometo a rejeitar todo uso de animais para qualquer propósito?

Você foi confrontado agora com o argumento de que, de acordo com o que diz que acredita, você está comprometido a não comer animais ou produtos animais porque a produção desses alimentos envolve, invariavelmente, sofrimento, e a nossa melhor justificativa para impor esse sofrimento ou fazer com que o sofrimento seja imposto é que a carne de animais e os produtos de origem animal são saborosos.

O argumento o incomodou, então você começou a pensar sobre todos esses “Mas” dos quais você dependeu por anos para evitar chegar a essa conclusão mais cedo. No entanto, você leu o que foi exposto e agora tem que reconhecer algo mais que você sabia o tempo todo – que os “Mas” são, em sua maioria, muito absurdos. Então agora você está realmente considerando que toda a questão vegana não é tão extremista como, um dia, você achou.

Mas espere.

Se você der esse passo – se você parar de comer produtos de origem animal –, aonde isso vai levá-lo? Você ainda pode usar couro ou lã ou pele? Você agora é obrigado a parar de ir aos circos? Você é obrigado a se opor ao uso de animais em experimentos ou em testes de produtos?

Essa é uma discussão para outro dia.

Nessa discussão, estamos focando em uma e apenas uma coisa: se você acha que Michael Vick cometeu um erro quando participou das rinhas de cães, você não pode justificar consumir alimentos de origem animal. Se você acha que os animais importam moralmente de alguma forma, você não pode, sem ser um hipócrita, continuar a apoiar sofrimento e morte que é igualmente tão frívolo quanto o que Michael Vick causou.

Ponto final.

Isso é tudo o que estamos dizendo aqui.

Contudo, nós podemos assegurar que, se você aceitar o argumento que estamos usando e parar de consumir produtos de origem animal, acreditamos que ficará claro para você que caminho seguir em relação a essas outras questões.

Se você quiser explorar a dimensão ética do uso de animais com maior profundidade, bem como obter informação prática sobre como ser vegano, nós o convidamos a visitar nossos *websites*:

www.AbolitionistApproach.com

www.HowDoIGoVegan.com

* * *

Em resumo, nós examinamos todos os principais “Mas” que não nos deixam ver que não há diferença entre o que Michael Vick fez e o que o resto de nós faz.

Nenhum desses “Mas” funciona. Todos os “Mas” estão fora da mesa, por assim dizer. Nós apenas precisamos deixar os animais e os produtos animais fora da mesa também.

III. Conclusão

Tendo lido até aqui, ou você concorda conosco e reconhece que está compelido a adotar uma dieta vegana, ou não concorda porque concluiu que não acha, na verdade, que os animais importam moralmente, ou porque você acha que eles importam moralmente, mas você ainda não vai mudar seu comportamento e está disposto a viver com o que é uma inconsistência moral séria.

De qualquer forma, você não precisa de nós para tirar quaisquer das suas próprias conclusões.

Se, contudo, você decidiu que vai colocar sua moralidade onde sua boca está e adotar uma dieta vegana, queremos fornecer alguns conselhos: em uma sociedade em que a maioria consome produtos de origem animal, em que o conformismo é valorizado e na qual o comportamento não conformista é frequentemente ignorado como sendo “extremista”, você inevitavelmente encontrará pessoas que o rotularão como “extremista”.

Não deixe que isso o incomode. Considere:

O que é extremista é comer carne em decomposição, leite produzido para os bebês de outras espécies e ovos não fertilizados de aves.

O que é extremista é que consideramos alguns animais membros da nossa família, enquanto enfiamos garfos nos cadáveres de outros animais.

O que é extremista é pensar que é moralmente aceitável infligir sofrimento e morte a outras criaturas sencientes simplesmente porque apreciamos o sabor dos produtos animais.

O que é extremista é dizermos reconhecer que o sofrimento e a morte “desnecessários” não podem ser justificados moralmente e, mesmo assim, participarmos diariamente da exploração completamente desnecessária dos animais.

O que é extremista é condenarmos pessoas como Michael Vick, enquanto continuamos consumindo produtos de origem animal.

O que é extremista é fingirmos abraçar a paz, enquanto fazemos da violência, do sofrimento, da tortura e da morte uma parte diária das nossas vidas.

O que é extremista é dizermos nos importar com os animais e acreditarmos que eles são membros da comunidade moral, mas patrocinar, apoiar, incentivar e promover os esquemas de selo e rotulagem de carnes e laticínios “felizes”.

O que é extremista é não comer carnes, mas continuar consumindo laticínios,

quando não há absolutamente nenhuma distinção racional entre a carne e o laticínio (ou outros produtos animais). Há tanto sofrimento e morte nos laticínios, ovos etc. quanto na carne.

O que é extremista é termos uma dieta que está causando doenças e resultando em desastre ecológico.

O que é extremista é encorajarmos nossas crianças a amarem os animais, ao mesmo tempo em que lhes ensinamos que aqueles que elas amam também podem ser aqueles que elas prejudicam. Ensinamos a nossas crianças que amar é consistente com prejudicar. Isso é verdadeiramente extremista – e muito triste.

O que é extremista é a fantasia de que, algum dia, encontraremos nosso direcionamento moral com respeito aos animais, enquanto eles estiverem em nossas mesas.

O que é extremista é dizermos nos importar com os animais, mas continuarmos a consumir animais e produtos de origem animal.

Leituras recomendadas

Sobre ética animal

Livros

Gary L. Francione:

The Animal Rights Debate: Abolition or Regulation? (con Robert Garner) (Columbia University Press 2010)

Animals as Persons: Essays on the Abolition of Animal Exploitation (Columbia University Press 2008)

Introduction to Animal Rights: Your Child or the Dog? (Temple University Press 2000) traduzido para o português com o título *Introdução aos Direitos Animais*, Tradução: Regina Rheda (Editora da Unicamp, 2013)

Gary Steiner:

Animals and the Moral Community: Mental Life, Moral Status, and Kinship (Columbia University Press 2008)

Recursos online (em português)

www.francionetraduzido.blogspot.com.br

www.veganospelaabolicao.org

Recursos online (em inglês)

www.AbolitionistApproach.com

www.HowDoIGoVegan.com

www.facebook.com/abolitionistapproach

www.twitter.com/garylfrancione

www.youtube.com/channel/UC_qKzDKiOkCjkz0JKl1BufA

Sobre nutrição e tópicos médicos

Nós consideramos o médico Joel Fuhrman a principal fonte confiável de informação nutricional e médica relacionada à dieta baseada em plantas. O Dr. Fuhrman aborda a questão na perspectiva da saúde, e não na perspectiva da ética animal. Você pode encontrar seus livros e outros materiais educacionais no *site*: www.DrFuhrman.com.

Para obter informações práticas sobre o veganismo

O nosso site www.HowDoIGoVegan.com irá orientá-lo sobre os aspectos práticos de como se tornar vegano, não apenas no que diz respeito à dieta mas também com relação à eliminação do uso de animais o máximo possível em todos os outros aspectos da sua vida. Além disso, esse recurso irá ajudá-lo a compreender o veganismo de acordo com a perspectiva da ética animal que temos desenvolvido ao longo dos anos, à qual nos referimos como Abordagem Abolicionista dos Direitos Animais.

Sobre os autores

Gary L. Francione é Board of Governors Distinguished Professor of Law e Nicholas deB. Katzenbach Scholar of Law and Philosophy na Rutgers University School of Law.

Anna Charlton é professora adjunta de Direito na Rutgers University School of Law. Ela foi cofundadora e codiretora (com Gary L. Francione) da Rutgers Animal Rights Law Clinic no período de 1990-2000.

Notas finais

[1] Ver, por exemplo, *Academy of Nutrition and Dietetics* (<http://www.eatrightpro.org/resource/practice/position-and-practice-papers/position-papers/vegetarian-diets>);
American Diabetes Association (<http://www.diabetes.org/food-and-fitness/food/planning-meals/meal-planning-for-vegetarians>);
American Heart Association; (http://www.heart.org/HEARTORG/GettingHealthy/NutritionCenter/Vegetarian-Diets_UCM_306032_Article.jsp);
British Dietetic Association (<http://www.bda.uk.com/foodfacts/vegetarianfoodfacts.pdf>);
British National Health Service (<http://www.nhs.uk/Livewell/Vegetarianhealth/Pages/Vegandiets.aspx>);
British Nutrition Foundation (<http://www.nutrition.org.uk/publications/briefingpapers/vegetarian-nutrition>);
Dietary Guidelines of the U.S. Department of Agriculture and U.S. Department of Health and Human Services (<http://health.gov/dietaryguidelines/2010>);
Dieticians Association of Australia (<http://daa.asn.au/for-the-public/smart-eating-for-you/nutrition-a-z/vegan-diets>);
Dieticians of Canada (<http://www.dietitians.ca/Your-Health/Nutrition-A-Z/Vegetarian-Diets/Eating-Guidelines-for-Vegans.aspx>);
Heart and Stroke Foundation (http://www.heartandstroke.com/site/c.ikIQLcMWJtE/b.3484249/k.2F6C/Healthy_living_Vegetarian_diets);
Kaiser Permanente (<http://www.thepermanentejournal.org/issues/2013/spring/5117-nutrition.html>);
Mayo Clinic (<http://www.mayoclinic.org/healthy-lifestyle/nutrition-and-healthy-eating/in-depth/vegetarian-diet/art-20046446>);
National Institutes for Health (<https://www.nlm.nih.gov/medlineplus/vegetariandiet.html>);
University of California (Los Angeles) Medical Center (http://www.dining.ucla.edu/housing_site/dining/SNAC_pdf/Vegetarianism.pdf);
University of Pennsylvania School of Medicine (http://www.pennmedicine.org/encyclopedia/em_DisplayArticle.aspx?gcid=002465&);
University of Pittsburgh Medical Center (<http://www.upmc.com/health-library/Pages/HealthwiseIndex.aspx?qid=abq2485>).

[2] David Pimentel e Marcia Pimentel, “Sustainability of meat-based and plant-based diets and the environment”, *American Journal of Clinical Nutrition* 2003; 78 (suppl): 660S-3S, disponível no: <http://ajcn.nutrition.org/content/78/3/660S.full>

[3] Institution of Mechanical Engineers, *Global Food: Waste Not, Want not* (2013), p. 12, disponível no: http://www.imeche.org/docs/default-source/reports/Global_Food_Report.pdf?sfvrsn=0

[4] FAO Newsroom, <http://www.fao.org/newsroom/en/news/2006/1000448/>.

[5] Ver o estudo dos Pimentel.

- [6] Pew Commission on Industrial Farm Animal Production, <http://www.ncifap.org/issues/environment/>.
- [7] Ver Natural Resources Defense Council,
<http://www.nrdc.org/food/saving-antibiotics.asp>
- [8] Patrick Barkham, “Cat bin woman Mary Bale fined 250 pounds”, *The Guardian*, Oct. 19, 2010, <http://www.guardian.co.uk/world/2010/oct/19/cat-bin-woman-mary-bale>.
- [9] Ver Nicholas Graham, “Julio Aparicio GORED IN THROAT During Bullfight”, no *Huffington Post*, 22 de Maio, 2010, http://www.huffingtonpost.com/2010/05/22/julio-aparicio-gored-in-t_n_585941.html.
- [10] Joel Fuhrman, M. D., *Eat to Live* (Little Brown and Company, 2011), p. 184.
- [11] James Gallagher, “Iodine deficiency ‘may lower UK children’s IQ’”, *BBC News*, May 22, 2013, <http://www.bbc.co.uk/news/health-22607161>.
- [12] *Gênesis* 1:29 (todas as referências são provenientes da Bíblia King James).
- [13] *Gênesis* 1:30.
- [14] *Gênesis* 9:3.
- [15] *Isaías* 2:4.
- [16] *Isaías* 65:25.
- [17] Ver *Gênesis* 19:1-8.
- [18] Ver *Levítico* 19:27.
- [19] Ver *Levítico* 19:28.
- [20] Ver *Levítico* 19:19.
- [21] Ver *Levítico* 15:19-30; 20:18; *Ezequiel* 18:5-6.
- [22] Ver *1 Coríntios* 14:34-35.
- [23] Ver *Deuteronômio* 23:1.
- [24] Ver *Deuteronômio* 25:11-12.
- [25] Ver *Êxodo* 21:17.
- [26] Rob Dunn, “Human Ancestors Were Nearly All Vegetarians”, *Scientific American Guest Blog*, July 23, 2012, <http://blogs.scientificamerican.com/guest-blog/2012/07/23/human-ancestors-were-nearly-all-vegetarians/>
- [27] Ver Major Crops Grown in the United States, <http://www.epa.gov/oecaagct/ag101/cropmajor.html>.
- [28] Worldwatch Institute, “Is Meat Sustainable?”, <http://www.worldwatch.org/node/549>, (citação do U.S. Department of Commerce, Census of Agriculture).
- [29] Ver Alex Kirby, “Fish do feel pain, scientists say”, *BBC News*, Abril 30, 2003, <http://news.bbc.co.uk/2/hi/science/nature/2983045.stm>.

[30] Acaranga Sutra, 1.2.3.

[31] Donald R. Griffin, *Animal Minds: Beyond Cognition to Consciousness* (University of Chicago Press 2001), p. 274.

[32] Gareth Cook, “Do Plants Think?” *Scientific American*, June 5, 2012,
<http://www.scientificamerican.com/article.cfm?id=do-plants-think-daniel-chamovitz>.

[33] “Michael Marder and Gary Francione Debate Plant Ethics”, Columbia University Press Website,
<http://www.cupblog.org/?p=6604>.

[34] Gary L. Francione, “Thinking About Mitt Romney and Seamus, Michael Vick and Dog Fighting, and Eating Animals”, April 18, 2012,
<http://truth-out.org/news/item/8459-thinking-about-mitt-romney-and-seamus-michael-vick-and-dog-fighting-and-eating-animals>