

**UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA
“JÚLIO DE MESQUITA FILHO” – UNESP**

FACULDADE DE ARQUITETURA, ARTES E COMUNICAÇÃO – FAAC

GRADUAÇÃO EM JORNALISMO

Beatriz Ribeiro Ramos

Giovanna de Oliveira Romagnoli

Revista sonora *BEM COMIDA*

**Podcast de conteúdo especializado em gastronomia
vegana**

**BAURU
2019**

BEATRIZ RIBEIRO RAMOS
GIOVANNA DE OLIVEIRA ROMAGNOLI

Revista sonora *BEM COMIDA*
Podcast de conteúdo especializado em gastronomia
vegana

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado em cumprimento parcial às exigências do curso de Jornalismo da Faculdade de Arquitetura, Artes e Comunicação, do Departamento de Comunicação Social da UNESP – Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho” –, para obtenção do título de Bacharel em Comunicação Social – Jornalismo.

Orientador(a) do Projeto Experimental:
Prof^o. Dr^a. Suely Maciel

BAURU
2019

BEATRIZ RIBEIRO RAMOS
GIOVANNA DE OLIVEIRA ROMAGNOLI

Revista sonora *BEM COMIDA*
Podcast de conteúdo especializado em gastronomia
vegana

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado em cumprimento parcial às exigências do curso de Jornalismo da Faculdade de Arquitetura, Artes e Comunicação, do Departamento de Comunicação Social da UNESP – Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho” –, para obtenção do título de Bacharel em Comunicação Social – Jornalismo.

Orientador(a) do Projeto Experimental:
Prof^ª. Dr^ª. Suely Maciel

Bauru, _____ de _____ de 2019

BANCA EXAMINADORA

Prof^ª M^a. Aline Cristina Camargo

Prof. Me. Juliano Ferreira de Sousa

Prof^ª. Dr^ª. Suely Maciel

Enquanto o ser humano for implacável com as criaturas vivas, ele nunca conhecerá a saúde e a paz. Enquanto os homens continuarem massacrando animais, eles também permanecerão matando uns aos outros. Na verdade, quem semeia assassinato e dor não pode colher alegria e amor.

Pitágoras

AGRADECIMENTOS

À nossa família que é inspiração e motivação para fazer sempre o melhor: o nosso muito obrigada.

Aos nossos amigos que participaram direta ou indiretamente da produção desse projeto e se tornaram nossa segunda família na cidade lanche: agradecemos por tudo e vamos sentir saudade.

À professora Suely Maciel que com todo seu profissionalismo, incentivo, sugestões e até puxões de orelha, nos fez crescer imensamente e entregar o melhor de nós nesse projeto e na graduação: é uma honra aprender com você.

Agradecemos também a todos os professores que nos ajudaram a crescer profissionalmente e como pessoas durante o curso.

À UNESP por disponibilizar estrutura, incentivar o debate e proporcionar essa experiência única que é a universidade pública.

Agradecemos, especialmente, a Maria Julia Rosa que nos emprestou equipamento e contribuiu com dicas que só uma ouvinte assídua de podcasts poderia dar.

Por fim, nos despedimos da UNESP de Bauru mais humanas, mais conscientes e extremamente gratas pelo privilégio que foi estar aqui. Muito obrigada a todos, todas, tudo, de coração.

RESUMO

O trabalho aqui apresentado insere-se no segmento de jornalismo especializado em gastronomia e se constitui da produção de uma revista sonora, com periodicidade semanal, sobre veganismo. A revista *Bem Comida* traz reportagens, receitas, entrevista e notas. O trabalho destina-se a todas as pessoas que se interessam pelo veganismo e visa difundir informação e, quiçá, contribuir para desmitificar o veganismo entre o público em geral. A revista será distribuída em formato *on demand* e hospedada em agregador de podcast específico, o Spotify.

Palavras-chave: Gastronomia; Jornalismo de rádio; Veganismo; Podcast; Revista sonora

LISTA DE TABELAS

Tabela 1. Entrevistados.....	23
Tabela 2. Cronograma.....	30
Tabela 3. Custos do projeto.....	35
Tabela 4. Custos do projeto - Leite vegetal.....	35
Tabela 5. Custos do projeto - Pão de beijo.....	35
Tabela 6. Custos do projeto - Strogonoff de grão de bico.....	36
Tabela 7. Custos do projeto - Quibe.....	36
Tabela 8. Custos do projeto - Bolo de chocolate.....	37

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO.....	10
1.1 Tema.....	10
1.2 Objetivos.....	10
1.2.1 Objetivo geral.....	10
1.2.1 Objetivos Específicos.....	11
1.2 Justificativa.....	11
2. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA.....	12
2.1 Gastronomia e culinária.....	12
2.2 Jornalismo especializado em gastronomia.....	13
2.3 Veganismo.....	14
2.4 Gênero e Formato.....	15
2.5 Podcast na atualidade brasileira.....	17
2.6 Linguagem do rádio e outras mídias sonoras.....	18
2.6.1 Formulação do texto para mídia sonora.....	19
2.7 Reportagem.....	20
2.8 Notas.....	21
2.9 Entrevista.....	22
3. METODOLOGIA.....	23
3.1 Pré produção.....	23
3.1.1 Pautas e entrevistas.....	23
3.2 Produção.....	29
3.1.1 Gravação.....	29
3.3 Pós produção.....	29
3.4 Cronograma.....	30

4. REVISTA SONORA BEM COMIDA.....	30
4.1 Descrição do produto.....	30
4.1.1 Estruturação do programa.....	30
4.2 Público Alvo.....	33
4.3 Design sonoro.....	33
4.4 Custos do projeto.....	34
4.4.1 Custos dos programas.....	35
5. CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	38
6. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	39
7. ANEXOS.....	42

1. INTRODUÇÃO

1.1 Tema

O mercado vegano cresce 40% ao ano no Brasil (Estadão, 2017). Produtos veganos são todos aqueles que não têm origem animal, nem são testados em animais, e podem ser de alimentação, vestuário, cosméticos, produtos de higiene, lazer etc.

As pessoas que adotam o veganismo seguem uma dieta vegetariana estrita, que se baseia no consumo de grãos, verduras, legumes, frutas, cereais, massas que não contenham ovos e produtos industrializados que não possuam ingredientes de origem e/ou não financiam exploração animal. Apesar de muitas dietas excluïrem a carne, como a vegana, este tipo de alimentação se diferencia da ovolacto e da lactovegetariana, uma vez que a primeira inclui ovos e leite e a segunda inclui somente laticínios. Dessa forma, a proposta vegana caracteriza-se por restrições mais acentuadas do consumo de derivados da carne também.

Os alimentos mais produzidos no Brasil são a soja, o milho e o arroz (FIESP, 2019). Ainda assim, os produtos alimentícios mais consumidos no país são o arroz, o feijão, o pão de sal e a carne bovina (IBGE, 2009). Os dados da Federação das Indústrias do Estado de São Paulo - FIESP, em conjunto com o levantamento do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística - IBGE, mostram que apesar do arroz e o feijão figurarem entre os alimentos mais consumidos, (afinal, eles formam a base da dieta do brasileiro (IBGE, 2009)), a carne e o pão também se destacam, embora ambos sejam muito mais caros, um quilo de pão chega a custar 60% mais que um de arroz, por exemplo (PRECIOSMUNDI, 2009).

Em vista do exposto, propõe-se o desenvolvimento de uma revista sonora sobre gastronomia vegana, a ser veiculada em formato podcast e destinada ao público interessado na temática. Com apresentação de informações, dicas e receitas fáceis e de baixo custo, a produção visa contribuir para a divulgação e a ampliação do conhecimento do público sobre cultura e gastronomia veganas. A revista será estruturada a partir de reportagens, receitas, entrevistas e notas variadas sobre veganismo, num estilo informal e descontraído, ainda que pautado pela informação precisa, aprofundada e esclarecedora desse tipo de segmento de gastronomia.

1.2 Objetivos

1.2.1 Objetivo geral

Desenvolver uma revista sonora a ser veiculada em formato podcast, centrada na temática do veganismo. Com proposta informativa, pretende-se, com o produto, contribuir para a ampliação do conhecimento (e consequente desmistificação) sobre o veganismo, especialmente no que diz respeito à alimentação e a gastronomia no segmento.

1.2.2 Objetivos específicos

- Levantar debates e reflexões a respeito de hábitos alimentares;
- Apresentar receitas de fácil acesso;
- Desmistificar e trazer informações sobre a alimentação vegana;
- Produzir Podcast;

1.3 Justificativa

O desenvolvimento de uma revista sonora especializada em culinária e gastronomia vegana baseia-se na necessidade de um produto capaz de transmitir informação para todas as pessoas que tenham algum interesse no tema, em especial aquelas que são leigas no assunto, mas não têm tempo de ler artigos, acompanhar blogs, assistir a vídeos ou fazer uma pesquisa mais profunda sobre o veganismo.

Um levantamento empírico realizado pelas proponentes deste produto, a partir da audição de mais de 30 podcasts nacionais e internacionais sobre culinária, gastronomia e veganismo, permitiu avaliar que, em geral, há carência de um produto jornalístico e de entretenimento que aborde sobre veganismo de forma informativa e especializada e que esteja disponível gratuitamente. Os podcasts avaliados são, em sua maioria, mesas-redondas cujo propósito é debater, expor ou fazer resenhas de assuntos relacionados com veganismo. Essa abordagem, porém, é mais voltada para o público vegano específico e, sendo assim, utiliza uma linguagem de nicho que exclui quem se interessa pela temática, mas não aderiu a esse estilo de vida e/ou não dispõe de conhecimento especializado sobre veganismo.

Uma pesquisa feita pelo Instituto Brasileiro de Opinião Pública e Estatística - IBOPE (2018) revela que 14% da população (cerca de 30 milhões de brasileiros) se declara vegetariana e mais da metade dos entrevistados, 55% , consumiria mais produtos isentos de origem animal se essa informação estivesse explícita nas embalagens. Nas capitais, o número de pessoas que afirmaram ter essa disposição é ainda maior: 65%.

Uma pesquisa realizada pela Federação das Indústrias do Estado de São Paulo (FIESP), em 2017, revelou que oito em cada dez brasileiros se esforçam para ter uma alimentação mais saudável. A pesquisa também apresentou resultados sobre os locais que as pessoas procuram informações sobre alimentação: 40% se informam pela internet, 24% pela televisão e 18% por médicos e nutricionistas.

Esses dados revelam um público em potencial no que tange à alimentação saudável e à opção pela alimentação vegetariana estrita (sem ingredientes de origem animal) e, portanto, é pertinente a oferta de informação jornalística de qualidade. Já a opção de publicação do produto em podcast fundamenta-se no fato de os meios de comunicação serem o espaço privilegiado para busca de informação se o assunto é alimentação, bem como no crescimento do consumo do formato podcast nos últimos anos e a facilidade e personificação do acesso aos arquivos, que podem ser baixados e ouvidos conforme a conveniência do público.

Por fim, citou-se que, dentre os ouvintes brasileiros de podcast, 3,6% ouvem produções sobre culinária e gastronomia (PODPESQUISA, 2018). E é justamente nesse segmento, em que ainda há muito pouca produção especializada, que o *Bem Comida* surge como proposta.

2. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

2.1 Gastronomia e culinária

Uma possível definição de culinária é: “Arte ou técnica de cozinhar, especialmente pratos sofisticados; arte de cozinha; conjunto de pratos de um país, de uma região ou de um lugar.” (MICHAELIS, 2019). Já para gastronomia tem-se: “Conhecimentos e práticas relacionados à culinária; arte de cozinhar e preparar os alimentos de modo a realçar suas qualidades; arte de escolher e apreciar os melhores pratos.” (MICHAELIS, 2019).

Portanto, pode-se afirmar que a diferença entre os termos é o fato de o primeiro estar relacionado à técnica utilizada para preparar os alimentos. Quando se diz, por exemplo, algo sobre a culinária mineira, refere-se a uma série de técnicas que os mineiros utilizam para cozinhar e as receitas típicas da região. Já quando se fala de gastronomia, normalmente a referência é ao preparo da comida, é a arte do preparo. Além disso, a gastronomia também está relacionada a conhecimentos de diferentes cozinhas e rituais culturais.

2.2 Jornalismo especializado em gastronomia

O jornalismo especializado caracteriza-se pela seleção de um determinado tema, que é aprofundado com linguagem diferenciada, com o uso de termos técnicos e jargões específicos da área. Bueno (2015) define jornalismo especializado como:

A prática profissional e também a subárea de estudos e pesquisas em Jornalismo que contemplam o processo de produção jornalística voltado para a cobertura qualificada de temas específicos. Ele se manifesta a partir de fontes reconhecidas como competentes e autorizadas em determinadas áreas de conhecimento, e pela apropriação de um discurso especializado, que incorpora termos e expressões comuns (e muitas vezes exclusivos) dessas áreas. (BUENO, 2015, p. 283)

Além disso, o jornalismo especializado caracteriza-se por ser disponibilizado em publicações especializadas, como revistas próprias desenvolvidas para tratar daquele tema em específico, ou em cadernos, programas ou portais que reservam um espaço para esse ramo do jornalismo.

O jornalismo especializado surge no contexto de uma sociedade fragmentada e individualizada que não se satisfaz somente com o noticiário geral.

Na realidade, a escolha de um assunto que interessa a toda comunidade parece cada vez mais difícil de se fazer. A sensação que temos é que o espaço de debate tornou-se reduzido, ou melhor, o interesse pelo debate é que tem diminuído a tal ponto que as pessoas parecem não se envolver mais, a opinião pública vem sendo substituída pela pesquisa de mercado. Cada grupo tem seus interesses pessoais, e até grandes acontecimentos quando focados pela mídia são rapidamente considerados ultrapassados. (ABIAHY, 2000, p. 5)

Nesse sentido, o jornalismo procura trazer informação especializada para que atenda um público específico e não mais um público geral. Fazer conteúdo para o público geral não produz mais tanto engajamento em algumas áreas e, por isso, o jornalismo se renova para atender e/ou atingir um público individualizado. Além disso, vale ressaltar que o jornalismo especializado exige do profissional um conhecimento mais profundo, de conceitos e processos da área abordada (BUENO, 2015).

Uma das vertentes de especialização jornalística é a gastronômica, a qual é uma das

temáticas abordadas no jornalismo cultural. Uma rápida análise das páginas dos jornais mostra que as críticas gastronômicas sempre ficam no caderno de cultura ou próximo a esse item. Logo, sendo parte do jornalismo cultural, os gêneros que se enquadram nessa especialização do jornalismo são: o informativo e opinativo. (AMARAL; MELO, 2005). “A gastronomia é um tema essencialmente cultural, pois alimentação e cultura estão intimamente ligadas.” (AMARAL; MELO, 2005, p. 144).

As funções do jornalismo gastronômico seriam:

1. formar opinião; 2. influenciar as maneiras, formando o gosto do público; 3. revolucionar o mundo culinário, influenciando os hábitos de consumo; 4. respaldar o talento dos chefs; 5. avaliar e guiar competentemente, determinando o bom e o ruim, o belo e o não-belo nesse campo do saber; 6. descobrir e testar as novidades gastronômicas, do produto ao prato; 7. revalorizar uma tradição regional esquecida (ATÁLIA, 2000, p. 142).

Quando se trata de estudos específicos sobre jornalismo gastronômico, a oferta bibliográfica é escassa. Já as publicações jornalísticas são inúmeras, desde resenhas gastronômicas em jornais e revistas, até publicações inteiras, algumas com larga tradição no mercado editorial que não tratam apenas de receitas. A revista *Menu* é um exemplo, em suas edições mensais, traz conteúdo que vai além de crônicas e críticas, pois há receitas, curiosidades e notícias. A revista *Prazeres da Mesa* segue a mesma linha, porém traz comentários e mais dicas de lugares e cobertura de eventos. Além disso, ambas possuem sites que são atualizados para publicação de notícias e outros conteúdos

No segmento de mídia sonora, especialmente podcasting, há uma grande variedade de produtos que tratam desde temas específicos, como cerveja e vinho, como no caso do programa *Simples Vinho*, e até temas gerais como o programa *Foodcast*.

2.3 Veganismo

O veganismo surgiu da pauta vegetariana e se tornou um movimento próprio a partir de 1944. O termo é originado pelas três primeiras e as duas últimas letras da palavra “vegetarian”, originando a palavra “vegan”, de acordo com o precursor do veganismo, Donald Watson. Partindo do movimento vegetariano, Watson questionou a real necessidade de consumir produtos advindos da exploração animal e, embora tenha sido fortemente criticado na época, até pela sociedade vegetariana, hoje é possível encontrar adeptos desse

movimento em toda parte do mundo.

A Sociedade Vegana (2011) define o veganismo como:

Veganos são, portanto, vegetarianos que excluem animais e derivados não apenas de sua dieta, mas também de outros aspectos de suas vidas. Esse modo de vida fundamenta-se ideologicamente no respeito aos direitos animais e pode ser praticado por pessoas de quaisquer credo, etnia, gênero ou preferência sexual. O veganismo não tem relação com crenças políticas nem com preferências musicais, nem deve ser associado a determinada cultura. Trata-se, portanto, de uma prática universal. (SOCIEDADE VEGANA, 2011)

O veganismo, então, é uma filosofia de vida que se abstém do uso - dentro do possível e do praticável - de qualquer produto de origem animal. Ou seja, o que define uma pessoa como vegana é abstenção do uso de vestuário, calçados, cosméticos, produtos de higiene e afins que são testados ou possuem ingredientes de origem animal. Os adeptos do veganismo também não frequentam lugares de entretenimento advindo de exploração animal, nem financiam tais iniciativas. Sendo assim, o veganismo não é só uma dieta, mas um estilo de vida. Além disso, a alimentação de uma pessoa vegana é vegetariana estrita, daí o fato de a dieta vegana também ser chamada de “dieta vegetariana estrita”.

A gastronomia, no entanto, é o que mais chama a atenção das pessoas para o veganismo, visto que alimentação é um ato sociocultural. E considerando o “boom” de alimentos de origem vegetal nos últimos anos no mercado - vide o Futuro Burger, hambúrguer que imita gosto e textura de carne animal - e consequentemente o interesse das pessoas sobre o assunto, levar ao público informação sobre a alimentação baseada em vegetais torna-se relevante e pertinente.

2.4. Gênero e formato

Optou-se pela produção de uma revista sonora, com publicação na forma de podcast, pela possibilidade de recursos presentes neste gênero e formato. De acordo com Paludo & Roseira (2011, p.11), podcast é “um arquivo digital de áudio, geralmente nos formatos MP3, publicado na internet. O nome vem da junção entre iPod (Personal on Demand) e broadcast (transmissão de televisão ou rádio). A resultante, podcast, seria, assim, uma transmissão de rádio (ou áudio) pessoal por demanda”.

De acordo com a pesquisa Perfil de Ouvintes de Podcast (PODPESQUISA, 2018), realizada com cerca de 22 mil pessoas, os formatos pelos quais os indivíduos mais se interessam são debate (75,4%), entrevista (55,5%) e apresentação de temas (com explanação e opinião) (66,8%). Os outros formatos de conteúdo listados foram: audiobooks (contos/histórias) (33,9%), documentário (28,4%), reportagem e noticiário (24,9%) e para 18,4% não faz diferença.

Outro fator determinante na escolha da mídia sonora e da publicação em podcasting para constituição do produto é o crescimento do consumo de produções on demand nos últimos anos, ditado pelo ritmo de vida acelerado e pela busca por informação diversificada e especializada que marcam a sociedade contemporânea. Emma Rodero Antón explica que os usuários da internet demandam maior qualidade dos conteúdos, pois buscam assuntos que os interessam especificamente. Ademais, “não se trata de um puro conteúdo de entretenimento, mas para satisfazer uma necessidade informativa” (RODERO, 2002, p.7).

Os ouvintes buscam, principalmente, conteúdo (94,2%) e entretenimento (76,8%) (PODPESQUISA, 2018), por isso a proposta visa unir esses interesses, oferecendo informação aprofundada, mas num estilo de apresentação descontraído, interativo e íntimo.

Queremos, no entanto, salientar a linguagem básica do rádio, o estilo coloquial, cotidiano, que deve prevalecer na programação. Também é importante esclarecer que íntimo não é a mesma coisa que intimista. O intimista fecha-se sobre si mesmo, sua maior preocupação reside em seu umbigo. A intimidade da qual falamos, ao contrário, refere-se ao tom de confiança, até mesmo de cumplicidade, entre locutor e ouvinte. (VIGIL, 2004, p.33)

A revista é comumente relacionada ao jornalismo especializado, pois visa apresentar diferentes produções sobre temas variados, numa abordagem que busca o aprofundamento. Toma-se como baliza também, para a estruturação e o estilo do programa, o fato de os ouvintes preferirem atrações com mais de um apresentador (PODPESQUISA, 2018). Esta, porém, não tem se refletido na produção, uma vez que a maioria dos programas sobre a temática gastronômica, em formato podcast, é feita em forma de monólogo, o que pode gerar desinteresse no ouvinte, principalmente em programas extensos como os do gênero de variedades. E, mesmo nos programas apresentados por mais de uma pessoa, não é oferecido conteúdo informativo e especializado, mas conversas opinativas e resenhas de alimentos, bebidas e/ou lugares, o que, muitas vezes, exclui o ouvinte. Por isso, *Bem Comida* terá duas apresentadoras e estará alicerçada em reportagens, entrevistas e notas, além da apresentação de receitas culinárias.

2.5 Podcast na atualidade brasileira

Uma pesquisa realizada pela agência Volt Data Lab (POCKET CAST, 2019) mostrou que a produção de podcasts brasileiros está aumentando. De acordo com a pesquisa, a produção dos 100 principais podcasts brasileiros aumentou em 200 vezes desde 2005. Em 2018, a produção ultrapassou 3,4 mil episódios, enquanto nos Estados Unidos chegou a cerca de 5,8 mil no mesmo período.

Um estudo realizado pelo IBOPE (2019), revelou que, dos 120 milhões de internautas brasileiros, 40% já ouviram podcast. Além disso, o estudo revelou também que 19% do público total escuta podcast três vezes ou mais por semana, e as plataformas mais usadas são o You Tube, com 42%, e o Spotify, com 32%.

Diferentemente do rádio, no podcast o ouvinte decide quando e onde vai ouvir. “No podcasting, diferentemente da radiodifusão convencional, a recepção é assíncrona, cada indivíduo decide quando e onde vai ouvir o conteúdo assinado.” (HERSCHMANN; KISCHINHEVSKY, 2008, p. 103)

Além disso, o podcast é um formato mais livre, em que os produtores têm mais liberdade do que em veículos de rádio, onde os programas têm um formato fechado e predeterminado. “Um fator de sedução é a ausência de regras rígidas nos podcasts. Não há padrões de locução ou restrições em termos de linguagem e temas abordados.” (HERSCHMANN; KISCHINHEVSKY, 2008, p. 103)

O podcast pode ser produzido de forma mais caseira. Por ser feito dessa forma, a qualidade sonora pode ser inferior, já que o podcast permite que seja gravado em qualquer lugar, não há a necessidade de um estúdio, como no rádio.

Um podcast, por outro lado, pode ser produzido por uma única pessoa tendo como recurso apenas um microfone ou gravador digital, um computador conectado na Internet e algum servidor na rede para armazenamento de seus programas e do recurso RSS. Essa produção oferece ao podcaster um contato muito próximo de seu produto, em contraste com a produção de programas radiofônicos massivos, em que muitos atores do processo produtivo acabam tendo pouco (ou até mesmo nenhum) contato com o produto final. (PRIMO, 2005, p.7)

Nesse sentido, “o podcasting permite a gravação de programas em áudio, mesmo em situações de mobilidade, sem que se precise contar com uma estrutura profissional de produção de áudio, e pode ser distribuído até mesmo a partir de uma conexão WiFi ou em

um cibercafé.” (PRIMO, 2005, p.8).

Outra característica do podcast (PRIMO, 2005) é que o programa não se perde ao fim a transmissão, diferentemente do rádio, em que a produção não fica mais disponível para o ouvinte depois que acaba. Também a interação no podcast é distinta: no rádio, os ouvintes podem interagir ao vivo, enquanto o podcast não permite isso porque é gravado. A interação no podcast é menos dinâmica e em geral, os ouvintes enviam suas dúvidas e comentários aos podcasters por algum canal de comunicação, como blogs, e-mail e redes sociais. As respostas a essa participação aparecem em episódios posteriores.

2.6 Linguagem do rádio e outras mídias sonoras

O rádio, por ser somente som, tem uma linguagem própria, divide a linguagem do rádio em três vozes: “a voz humana, expressa em palavras; a voz da natureza, do ambiente, dos chamados efeitos sonoros, e a voz do coração, dos sentimentos, que se expressa por meio da música” (VIGIL, 2004, p. 54). Porém, há outros autores que acrescentam à definição de linguagem radiofônica uma quarta voz: o silêncio.

A linguagem radiofônica engloba o uso da voz humana, da música, dos efeitos sonoros e do silêncio, que atuam isoladamente ou combinados entre si de diversas formas. Os três últimos trabalham em grande parte o inconsciente do ouvinte, enquanto o discurso oral visa ao consciente. (FERRARETTO, 2007, p. 26)

Segundo VIGIL (2004), o silêncio é um elemento importante, que ajuda na dramatização e contribui para a expectativa do ouvinte. Além disso, para ele, o silêncio faz parte das outras três vozes, pertence a elas. “Uma pausa isolada, sem contexto de outras vozes, não significa absolutamente nada” (VIGIL, 2004, p. 58).

Quanto aos efeitos sonoros, eles contribuem para que o ouvinte acesse seu inconsciente, sua imaginação.

Alguns efeitos transmitem emoções intensas. Pensemos no balanço do pequeno berço onde o bebê acaba de morrer. Ou nos passos que perseguem a garota na escuridão. O mais próprio dos efeitos sonoros, no entanto, consiste em descrever os ambientes, pintar a paisagem, colocar a cenografia da história, fazer ver o terceiro olho, o do espírito. Os efeitos vão direto à imaginação do ouvinte (VIGIL, 2004, p. 55).

Quando se trata de música, o objetivo é o mesmo, por meio dela, o ouvinte também tem acesso ao inconsciente, à imaginação e aos sentimentos. “O mais típico da linguagem musical é criar um clima emotivo, aquecer o coração. A música fala prioritariamente aos sentimentos do ouvinte” (VIGIL, 2004, p. 55).

Já a voz humana tem como função trazer as informações e é responsabilidade dela informar e dialogar com o ouvinte.

É a mais transparente: informa, explica, dialoga, acompanha conversando. Faz o debate jornalístico ou a trama da novela. A maneira de dizer, o tom de voz, irá mais ou menos carregado de emoção. E bom uso de palavras concretas permitirá despertar imagens auditivas na mente do receptor. No entanto, entre as três vozes da linguagem radiofônica, a palavra é a que mais se dirige à razão do ouvinte. É a geradora de ideias. (VIGIL, 2004, p.56)

É através dessas vozes que o ouvinte sente a emoção, as sensações e faz associações que são transmitidas na mensagem. Ao ouvir a junção das vozes, o ouvinte desperta seu imaginário, já que na mídia sonora não há os outros sentidos, além da audição.

2.6.1. Formulação do texto para mídia sonora

O texto quando utilizado em rádio, ou outras plataformas de mídias sonoras, é redigido de forma mais específica para o meio, assim como cada vertente demanda uma forma adaptada para sua forma de veiculação. Assim, o texto locutado deve ser estruturado com uma linguagem simples, tendo em vista que a informação não pode ser escutada novamente devido seu caráter instantâneo.

Os materiais que chegam à mesa do jornalista que atua no rádio não estão, quase nunca, em condições de serem lidos no microfone, tais como foram escritos. Ante cada material que se deseja transmitir é preciso se perguntar se foi escrito em um estilo que possa ser lido em tom de conversação, se está escrito para falar e não para ler. Se não for assim, deve-se saber adaptá-lo (KAPLÚN, 2017, p.197).

Para isso, o texto para rádio deve seguir algumas regras básicas, de maneira a garantir clareza e precisão. O jornalista deve atentar-se para alguns detalhes (KAPLÚN, 2017, p.197):

1. Vocabulário: use palavras simples e do dia a dia, evitar termos técnicos e, se usá-los, explicar para que o ouvinte compreenda;
2. Sintaxe: escreva sempre as frases em ordem direta, sujeito, verbo e complemento;
3. Tamanho das frases: prefira frases curtas para facilitar a compreensão. “As pesquisas apontam que existe uma clara relação entre a extensão da frase e quanto as pessoas conseguem compreender e reter da mesma” (KAPLÚN, 2017, p.197);
4. Números: simplifique e arredonde os números, use formas de comparação para facilitar a compreensão.

2.7 Reportagem

A reportagem consiste em um texto mais aprofundado, que pode abordar temas factuais ou “frios”, tem um tempo maior de duração, podendo ser de três a cinco minutos, ou até mais, dependendo do caso. A reportagem traz diversas fontes e pontos de vista, de maneira a oferecer ao ouvinte os diversos aspectos sobre o tema.

É a informação ampla de um fato, dada em um espaço de três ou cinco minutos. Não inclui comentários ou opiniões pessoais, mas se oferecem detalhes e antecedentes do fato assim como se referem opiniões de outros sobre o acontecido. Deste modo fornece ao ouvinte elementos de interpretação para que forme uma ideia mais completa do fato e, inclusive, elementos de opinião (KAPLÚN, 2017, p.126).

O exercício da reportagem começa com a pauta. A pauta é o que norteia o trabalho do repórter. Nela há as informações básicas que o repórter precisa para iniciar a produção da sua reportagem. Ferraretto define alguns parâmetros para que a pauta seja selecionada. O pauteiro leva em consideração os seguintes critérios “sua experiência pessoal, as informações recebidas pela emissora, as sugestões dos repórteres a partir de pautas anteriormente realizadas, os critérios de validação jornalística do fato como notícia, a linha editorial da empresa e o público da emissora” (FERRARETTO, 2007, p. 250)

A reportagem, por ser mais extensa dá mais liberdade para que o repórter construa uma matéria com seu jeito (estilo). Ela pode ser mais narrativizada, mais literária, sem deixar de cumprir a sua função de informar. “A reportagem é uma ampliação quantitativa e qualitativa. Em dose variável, pode aparecer um toque especial, até mesmo um certo estilo,

na estruturação da narrativa, dependente da maior ou menor criatividade do profissional, das circunstâncias do ocorrido e das características do público” (FERRARETTO, 2007, p. 252).

2.8 Notas

Notas são textos informativos que apresentam as informações de forma curta e sucinta. São textos rápidos que buscam anunciar um fato logo após o ocorrido. Podem ser locais, regionais e abordar diversos assuntos, como política, economia, esportes, entre outros. José Ignacio López Vigil (2004) divide as notas em quatro tipos: nota simples, ampliada, documentada e ilustrada:

a) Nota simples: “procura-se apresentar dados básicos de um fato noticioso. O conteúdo da nota simples deve corresponder corretamente às arquiconhecidas perguntas que todos os manuais de imprensa registram” (VIGIL, 2004, p. 231). Nas notas simples, as cinco perguntas tradicionais do lide procuram ser respondidas.

b) Nota ampliada: “para as notícias principais do dia e para aquelas de interpretação difícil, utilizaremos as notas ampliadas ou contextualizadas” (VIGIL, 2004, p. 233). Nas notas ampliadas, há uma maior contextualização, para que o ouvinte se situe sobre o acontecimento.

c) Nota documentada: “consiste em incorporar ao texto elaborado pelo jornalista as palavras de uma testemunha dos fatos ou das declarações de um protagonista da notícia” (VIGIL, 2004, p. 235). Os trechos de entrevistas inseridas na nota trazem maior diversidade de vozes e informação, e além disso, trazem maior veracidade.

d) “A nota pode ser ilustrada com efeitos, com músicas descritivas e também com breves aperitivos ou pequenos diálogos interpretados” (VIGIL, 2004, p.241).

Uma possibilidade mais ousada consiste em encabeçar a notícia com uma rápida cena dramatizada que reconstrói diálogos reais ou possíveis. O tom teatral da cena e o contraste com a voz do locutor informativo fazem com que o ouvinte perceba perfeitamente tratar-se de um simples recurso para tornar a notícia mais interessante (VIGIL, 2004, p. 241).

A nota ilustrada tem efeitos que ajudam na dramatização da notícia; é uma forma que o repórter utiliza para deixar a notícia mais interessante, mas, apesar de se aproximar da ficção, nenhum dos efeitos é inventado.

2.9 Entrevista

A entrevista é um dos exercícios básicos do jornalista, em que o profissional apura, checa e descobre novas informações. O exercício de perguntas e respostas é uma forma de deixar o programa mais ágil e dinâmico. Além disso, é pela entrevista que o jornalista traz a opinião de um especialista para que sua reportagem tenha credibilidade.

Quando ouvimos um locutor fazer comentários, estes podem parecer como mera opinião sem maior fundamento. Ao contrário, quando ouvimos essas mesmas afirmações feitas por um especialista, por alguém que tem conhecimento e experiência no assunto, elas se revestem de peso e autoridade, cobram outra força de credibilidade. Alguém diz o que sabe e nós o ouvimos em sua própria voz (KAPLÚN, 2007, p.219).

Na entrevista o foco está na pessoa, o repórter se atenta para aquilo que o entrevistado tem a dizer. Já em reportagens, notícias e notas o foco está no assunto e por isso o entrevistado vem para contribuir com o tema abordado. “A entrevista implica um contato entre duas pessoas que, no caso do radiojornalismo, são representadas pelo repórter ou apresentador, de um lado, e por uma pessoa possuidora de informações e opiniões relevantes para o público, de outro” (FERRARETTO, 2007, p. 270).

As entrevistas podem ser classificadas em três grupos: entrevista informativa: aquela que tem como objetivo obter dados e informações com testemunhas que participaram de determinado acontecimento; entrevista de opinião: aquela que tem como objetivo obter argumentos e avaliações sobre um fato ou situação e; entrevista de personalidade: aquela que tem como objetivo conhecer o entrevistado, sua vida, seu caráter, entre outras coisas (VIGIL, 2004, p. 274).

3. METODOLOGIA

3.1 Pré produção

3.1.1 Pautas e entrevistas

Cada episódio aborda um aspecto do veganismo através da reportagem, receita, entrevista e notas. Foram realizadas ao total 18 entrevistas, em média 3 para cada programa. Para cada pauta várias entrevistas foram feitas, sendo os entrevistados:

Entrevistado	Função
Alessandra Luglio	Nutricionista
Catia Regina Branco da Fonseca	Pediatra
Henrique Orsi	Geriatra
Bárbara Miranda	Produtora do Outras Mamas Podcast
Joelma Pereira	Engenheira Agrônoma
Iasnaia Maria de Carvalho Tavares	Doutora em engenharia de alimentos
Ana Flávia Pimenta	Administradora do blog Pimenta Vegana
Elisa Lamego	Atleta de skyrunning da seleção brasileira
Sérgio Frega	Atleta de musculação
Maiara Fidalgo	Nutricionista
Beatriz Martinez	Vegetariana na Rússia
Leonardo Santos	Administrador da página VEGANO PERIFÉRICO
Kamila Feldenheimer	Vegana
Livia Reginato	Vegetariana estrita
Luciene Santos	Administradora da página SAPA VEGANA
Paula Maria de Oliveira	Confeiteira vegana
Virginia Moraes	Vegana e mãe de uma criança vegana
Isis Freitag	Proprietária da confeitaria Doces e Cores

Tabela 1. Entrevistados

As pautas abordam a temática de cada episódio, para contextualizar o ouvinte sobre o assunto desenvolvido antes da apresentação da receita. Essas pautas foram:

1) Programa Piloto 1- Leite Vegetal

Encaminhamento da reportagem: Falar das propriedades dos leites vegetais e as diferenças deste leite para o leite de vaca.

Fonte: Catia Regina Branco

Profissão: Pediatra

Contato: (14) 98125-0301

Perguntas:

Qual a dose diária de cálcio necessária para o desenvolvimento das crianças? E o que falta dele causa?

Qual a importância do cálcio presente no leite de vaca?

Existe algum prejuízo para o desenvolvimento das crianças que não tomam leite de vaca?

Fonte: Alessandra Luglio

Profissão: Nutricionista

Contato: (11) 98245-4593

Perguntas:

Quais outros alimentos possuem cálcio que podem substituir o leite de vaca?

O leite vegetal é melhor ou pior para a saúde?

Fonte: Henrique Orsi

Profissão: Geriatria

Contato: (14) 98225-9231

Perguntas:

Qual é a importância do cálcio para os idosos?

Uma alimentação ausente de leite de vaca pode causar prejuízos na velhice?

Entrevista: Bárbara Miranda

Profissão: Apresentadora do Outras Mamas Podcast

Contato: (61) 9278-2244

Qual foi o propósito ao criar o podcast?

Como relacionam o consumo de leite de vaca com o feminismo?

As pessoas que não são veganas problematizam o leite vegetal, pois acreditam que não se deve chamar de leite. O que você pensa sobre isso?

Vocês tem algum leite vegetal preferido? E como costumam tomar?

Receita base: <https://presuntovegetariano.com.br/receitas/leite-de-coco-caseiro/>
<http://www.herbi-voraz.com/leite-de-aveia/>

2) Programa Piloto 2 - Pão de beijo

Encaminhamento da reportagem: Falar sobre a questão cultural do pão de queijo, sobre a sua textura, sabor e sobre a memória afetiva que a comida tem.

Fonte: Joelma Pereira

Profissão: Engenheira Agrônoma

Contato: (35) 99198-0810

Fonte: Iasnaia Maria de Carvalho Tavares

Profissão: Doutora em engenharia de alimentos

Contato: (17) 98172-2702

Perguntas:

O pão de queijo vegano é feito sem queijo, com base de batata polvilho doce e polvilho azedo. Ele fica com aparência, sabor e textura do queijo. Como isso é explicado?

Entrevista: Ana Flávia Pimenta

Profissão: Advogada e administradora do blog Pimenta Vegana

Contato: (31) 99608-9532

Perguntas:

Quem é você, há quanto tempo é vegana, o que você faz?

Por que decidiu criar o blog pimenta Vegana?

Há quanto tempo gerencia o blog?

Faz tudo sozinha?

Em Minas é cultural consumir muito queijo, muito doce de leite e em geral os pratos típicos são com carne, né? Como que é pra um mineiro ser vegano?

Você tem alguma dica para quem é de Minas e pensa em ir pro lado verde da força, que é o veganismo?

E para as pessoas que vão dar só uma passada pela sua cidade, que no caso é BH?

E você tem algum livro ou coisa parecida para indicar para quem pretende ser vegano?

Receita base: <http://presuntovegetariano.com.br/receitas/pao-sem-queijo-pao-de-queijo-vegano/>

3) Programa Piloto 3 - Strogonoff de grão de bico

Encaminhamento da reportagem: Falar sobre proteína vegetal

Fonte: Maiara Fidalgo

Profissão: Nutricionista

Contato: (11) 99562-6097

Perguntas:

Qual a importância da proteína na alimentação?
Qual a diferença entre proteína animal e vegetal?
Quais alimentos vegetais são ricos em proteínas?

Fonte: Eli Lamego

Profissão: Atleta de skyrunner da seleção brasileira

Contato: (21) 99326-9193

Perguntas:

Que esporte você pratica? Há quanto tempo?
Você é vegana desde que começou a praticar esporte?
Se não, sentiu alguma diferença no seu desempenho?
O que você costuma comer antes e depois de praticar esportes?

Entrevista: Beatriz Martinez

Profissão: Estudante de arquitetura

Contato: (11) 96398-5545

Perguntas:

Quem é, o que faz, vegana há quanto tempo, por que decidiu ir para a Rússia
Você sabia que o strogonoff tem origem russa?
Tinha algum prato parecido com strogonoff lá?
Como você percebeu o veganismo na Rússia, encontrou outras pessoas?
E a alimentação? Tem opção nos lugares? Como é o delivery? O veganismo é acessível? Qual a faixa de preço?
Você tem alguma dica para as pessoas que têm a alimentação vegetariana estrita e vão passar algum tempo na Rússia?

Receita base: <https://presuntovegetariano.com.br/receitas/estrogonofe-de-grao-de-bico/>

4) Programa Piloto 4 - Quibe

Encaminhamento da reportagem: Falar sobre veganismo acessível

Fonte: Leonardo dos Santos

Profissão: Chapeiro e administrador da página @veganoperiférico

Contato: (19) 99526-4780

Perguntas:

De onde tirou motivação para criar a página?

Qual o objetivo?

O que você tem para dizer para quem se interessa pelo veganismo mas ainda acha que ser vegano é caro?

Fonte: Livia Reginatto

Profissão: Jornalista

Contato: (11) 94841-5570

Fonte: Kamila Feldenheimer

Profissão: Publicitária e cozinheira

Contato: (14) 99705-6330

Perguntas:

Você sentiu diferença de preço na alimentação quando se tornou vegana? E o que você come normalmente?

Entrevista: Luciene Santos

Profissão: Estagiária em direito e administradora da página @sapavegana

Contato: (11) 94509-3926

Quem é você, há quanto tempo é vegana, o que você faz?

Por que decidiu falar sobre veganismo acessível?

Uma das descrições da sua bio no twitter é “afrovegan”. O que é “afrovegan”?

Como você relaciona o discurso que normaliza comer corpos de animais com o discurso que objetifica e inferioriza o corpo negro?

Veganos defendem que o veganismo é acessível. Para a população negra você acha que isso é uma forma de empoderamento ou até mesmo de ascensão?

Receita base: <http://presuntovegetariano.com.br/receitas/quibe-assado-de-abobora-cabotia/>

5) Programa Piloto 5 - Bolo de chocolate

Encaminhamento da reportagem: aborda o mercado de doces veganos e como mãe de filhos veganos lidam com situações em que não há doces veganos ou os filhos ficam com vontade de comer

Fonte: Paula Maria de Oliveira

Profissão: Confeiteira vegana

Contato: (14) 98188-4293

Perguntas:

Desde quando trabalha com confeitaria vegana?

Por que decidiu entrar para esse ramo?

Percebeu muita diferença no preparo?

Você faz mais bolos para festas infantis ou para adultos?

Fonte: Virginia Moraes

Profissão: Mãe de uma criança vegana

Contato: (11) 94985-8214

Perguntas:

Quantos anos seu filho tem?

A escola oferece comida ou ele leva lanche? (Se dão comida, eles respeitam sua escolha? Se ele leva lanche, o que geralmente leva?)

Ele já sentiu vontade de comer algo que não era vegano? Se sim, como você faz nessas situações?

Entrevista: Donos da confeitaria Doces e Cores

Profissão: Confeiteiros

Contato: (41) 9222-5011

Perguntas:

Quem são vocês? São curitibanos?

São veganos?

Quem idealizou a confeitaria?

Há quanto tempo ela existe?

Quais produtos vocês oferecem?

E qual o público alvo?

Na página do instagram vocês avisam que não tem contaminação de glúten e lactose nos produtos de vocês. Todos os produtos não contêm esses ingredientes? Quais os cuidados que vocês tomam para não ter contaminação de lactose e glúten?

Curitiba é conhecida como a Capital Vegana do Brasil, vocês têm ideia do motivo?

Receita base: <https://presuntovegetariano.com.br/receitas/bolo-mesclado-vegano/>

3.2 Produção

A partir das informações coletadas e da definição temática permitiu-se a produção dos episódios, sendo estes realizados em etapas:

- realização das entrevistas;
- gravação da receita;
- elaboração de textos complementares;
- sonoplastia e edição.

3.2.1 Gravação

A gravação das receitas ocorreu na casa das autoras, Beatriz Ribeiro e Giovanna Romagnoli. Para a captação de som foram utilizados fones de ouvidos com microfone conectados a aparelhos celulares. Cada uma das apresentadoras e os convidados possuíam o seu próprio fone e celular para captação de áudio.

Para a gravação das reportagens e da locução dos programas, também foram utilizados aparelhos celulares com gravador de áudio. Já para a gravação das entrevistas foi utilizado um celular com gravador de chamadas sendo possível, assim, gravar as chamadas ao vivo.

3.3 Pós produção

Na pós produção foi feita a escolha de cortinas, vinhetas e *backgrounds* do programa.

As músicas de *backgrounds* foram escolhidas a partir da biblioteca de música livre do YouTube e de arquivos disponibilizados pela orientadora. Ao todo foram utilizados 13 músicas de *backgrounds*. Foram produzidas 4 vinhetas, sendo elas vinheta de abertura e vinhetas dos quadros: “Hora do Prazer”, “Solta o Veg” e “Veganews”.

Por fim, foi realizada a edição final do programa no software audacity e publicado na plataforma *on demand* Spotify.

3.4 Cronograma

	Mar/2019	Abr/2019	Mai/2019	Jun/2019	Jul/2019	Ago/2019	Set/2019	Out/2019	Nov/2019
Definição do tema	X								
Pesquisa bibliográfica e documental	X	X	X	X					
Elaboração da pauta					X				
Pesquisa de fontes						X	X		
Entrevistas							X	X	
Gravações							X	X	
Redação do relatório						X	X	X	
Elaboração do design sonoro								X	
Edição da reportagem								X	
Edição da receita								X	
Edição da entrevista								X	
Edição do produto final								X	
Revisão geral									X
Defesa do TCC									X

Tabela 2. Cronograma

4. REVISTA SONORA BEM COMIDA

4.1 Descrição do Produto

A revista sonora *Bem Comida* é uma produção informativa e de entretenimento especializada em gastronomia vegana. Possui duração de aproximadamente trinta minutos,

periodicidade semanal e é veiculada em formato podcast, veiculada no agregador Spotify (<https://open.spotify.com/show/1IrMsDNsxSE9bmCmRYE35u>). O público alvo são pessoas, não necessariamente veganas, interessadas em culinária e gastronomia, em especial no segmento vegetariano restrito. O programa abrange história, atualidade e curiosidades sobre hábitos alimentares e estilo de vida vegano, sempre com pautas atuais e informativas.

Duas mulheres dividem o comando do programa, o qual traz reportagens, notas, entrevistas e apresentação de receitas. Assim, *Bem Comida* está estruturado em três blocos de assuntos: reportagem e apresentação da receita - que é o cerne da produção, em torno da qual giram os demais conteúdos, inclusive a reportagem que o antecede; entrevista (em formato pergunta-resposta) e apresentação de notas sobre atualidades do veganismo.

A duração e a frequência da revista foi definida de acordo com a análise dos programas mais ouvidos do Brasil - *Nerdcast*, *Não Ouvo e Mamilos* - somado com o perfil dos ouvintes apresentados pela PodPesquisa (2018). O resultado foi periodicidade semanal, com duração de 30 a 40 minutos.

A respectiva pesquisa de perfil dos ouvintes e produtores de podcast, juntamente com a pesquisa empírica feita pelas autoras deste trabalho, revelaram que os produtos brasileiros, em sua maioria, não possuem roteiro ou grandes edições de áudio, diferentemente dos programas internacionais, como o programa *O Chef Sou Eu*, de Portugal, que começa com vinheta personalizada, tem contextualização antes de começar o programa e as pessoas estão animadas. *Bem comida* assemelha-se a este formato e estilo.

O nome da revista busca levantar a reflexão sobre como o hábito alimentar afeta a vida das pessoas e foi inspirado no fato de a alimentação afetar no humor. Além disso, brinca com o duplo sentido da palavra comida “alimento; refeição” e [chulismo] “mulher com que se têm relações sexuais” (Dicionário Online de Português, 2019). Enquanto o primeiro significado é óbvio, dada a proposta da revista, o segundo é colocado, pelo nome do programa, como uma crítica irônica ao estigma misógino.

4.1.1 Estruturação do programa

O primeiro bloco de assunto do programa é formado pela reportagem, seguida da apresentação da receita. A reportagem introdutória tem duração média de 4 a 6 minutos, com trilha instrumental em *background*, e visa trazer informações gerais sobre o prato que

é o tema principal da edição, como história, curiosidades, informação nutricional, composição química, vinculação com culturas etc. Esses dados são apresentados por meio de testemunhos, análises e dicas de especialistas - como nutricionistas, engenheiros de alimentos, historiadores, antropólogos, biólogos, psicólogos, enfim, qualquer profissional que contribua com informação sobre o prato feito na edição - e relatos/opiniões de pessoas que possam acrescentar algo à narrativa, sejam veganas ou não.

O propósito da reportagem é a contextualização acerca do prato, de maneira que o ouvinte tenha informações gerais e possa se interessar pelo preparo ou simplesmente queira saber mais sobre tal alimento.

O primeiro quadro do programa, ainda no primeiro bloco de assunto, intitula-se “Hora do prazer”, no qual se apresenta a receita que é o eixo, a partir disso se articulam os demais conteúdos. E, são nesses conteúdos paralelos que se discutem o veganismo mais amplo do que a mera elaboração da comida. A escolha das receitas é determinada por pessoas interessadas no assunto, a partir de grupos do facebook como “Veganismo sem Firula” e “VegAjuda-Veganismo”. Os critérios para a definição dos temas, que dá-se a partir da observação de comentários nas páginas, são:

1. Pratos com maiores dúvidas e/ou demanda de interesse
2. Com preço de até 50 reais
3. Mais fáceis de fazer possível

A produção e a apresentação da receita são concomitantes, ou seja, a apresentação vai sendo gravada conforme, também, o preparo vai sendo feito. Por limitação de tempo do programa, etapas como descanso e cozimento ficam de fora da gravação, garantindo a progressão da receita por etapa concluída. A gravação inclui a paisagem sonora da elaboração da receita, com captação do som original do ambiente onde a atividade é realizada, além disso há trilha instrumental em *background*.

O quadro tem, no máximo, 15 minutos de duração e tem a participação de, pelo menos, um convidado, geralmente pessoas não veganas. Nas edições iniciais, o critério para a escolha dos convidados é afinidade mas, conforme o programa adquire audiência, os convidados poderão ser ouvintes que entram em contato com a produção para participar do quadro ou até mesmo pessoas influentes no veganismo.

O segundo bloco de assunto do programa é constituído do quadro da entrevista

denominado “Solta o veg”. A entrevista, de aproximadamente 3 a 6 minutos com trilha sonora em *background*, privilegia como fontes pessoas veganas e com as quais se pode estabelecer alguma aproximação com o prato da edição. Essa relação pode ser geográfica e/ou cultural (o entrevistado é da região de origem do prato ou já a visitou), comercial (o entrevistado tem empresa que produz o alimento) ou de relevância (o entrevistado faz algum trabalho de relevância dentro do tema, como uma página, um programa).

As notas gerais, apresentadas em 2 minutos, formam o último bloco de assunto do programa, o quadro “Veganews”. Nesse bloco, visa repercutir os assuntos que foram mais discutidos no círculo vegano na última semana, como política, cultura e curiosidades. O quadro tem trilha sonora em *background*. As informações das notas são pesquisadas em portais veganos, como o “Vista-se”, ou em veículos de comunicação tradicionais se estes tiverem conteúdo que envolva o veganismo.

Bem Comida começa com a apresentação realizada por Beatriz Ribeiro acerca da reportagem relativa ao alimento/prato da edição. A reportagem serve como base para contextualizar o prato, que é tema central do programa, com base em história, curiosidades, ingredientes e afins. Em seguida, a receita é apresentada pelas duas apresentadoras, em conjunto com o(s) convidado(s) da edição. Finalizada a receita, entra a entrevista realizada por Giovanna Romagnoli. Por fim, encerra-se o programa com o quadro de notas, lidas pelas duas apresentadoras.

4.2 Público alvo

A revista sonora *Bem Comida*, veiculada em formato podcast, é um produto destinado ao público que se interessa por gastronomia e estilo de vida veganos, bem como, obter informações sobre o assunto, ou ainda, aprender a preparar pratos. O público é formado por pessoas iniciadas ou não na dieta vegetariana estrita.

4.3 Design sonoro

O design sonoro foi feito com músicas livres retiradas da biblioteca do Youtube e de *backgrounds* disponibilizados pela orientadora do projeto. Os critérios de seleção foram músicas animadas para os quadros “Hora do Prazer” e “Solta o Veg”, pois são quadros mais

descontraídos. Para a reportagem, o critério baseou-se na ligação direta com o tema, portanto, algo de cunho regional, cultural, entre outros. O quadro “Veganews” teve como critério a seleção de uma música impactante que chame a atenção do ouvinte, visto que é um momento formal do programa.

4.4 Custos do projeto

O programa *Bem Comida* tem custo relativamente baixo. Para sua produção, são necessários dois profissionais jornalistas (responsáveis por roteirização, gravação, reportagem, produção de áudio e edição) e um auxiliar de produção. De equipamento, são necessários gravadores digitais e/ou smartphones com sistema de áudio que permitam gravação de qualidade, microfones de lapela, computador e software de edição de áudio¹. Há ainda custos com transporte, telefone e internet.

Para a realização dos cinco programas-piloto, os gastos foram com o pagamento de edição avançada de equalização, as demais funções foram desempenhadas pelas próprias criadoras do projeto, assim como a utilização de equipamentos próprios. Os custos com internet, telefone e deslocamentos também não foram contabilizados. Embora, a projeção com os gastos para a produção do projeto podem ser definidas como:

Quantidade	Itens	Valor	Total
2	Jornalistas	R\$5.000,00	R\$ 10.000,00
1	Auxiliar de Produção	R\$ 3.000,00	R\$ 3.000,00
1	Editor	R\$ 5.000,00	R\$ 5.000,00
2	Gravadores/Smartphones	R\$ 1.200,00	R\$ 2.400,00
2	Microfones	R\$ 200,00	R\$ 400,00
2	Computador	R\$ 3.000,00	R\$ 6.000,00
1	Reserva de estúdio	R\$ 100,00	R\$ 100,00
-	Transporte	-	-
-	Ingredientes para as receitas	-	-

¹ Os custos com montagem ou aluguel de estúdio de gravação não serão estimados no momento, uma vez que se trabalha com a ideia de produção caseira.

1	Gás	R\$ 70,00	R\$ 70,00
-	Água	R\$ 50,00	R\$ 50,00
Total			R\$ 27.020,00

Tabela 3. Custos do projeto

4.4.1 Custos dos programas

Leite vegetal

Itens	Material	Valor
Ingredientes	Coco	R\$ 2,81
	Água	R\$ 0,00
Produção (gravação e edição)	Celular e Audacity	R\$ 0,00
Editor	Audacity	R\$ 20,00
Total		R\$ 22,81

Tabela 4. Custos do projeto - leite vegetal

Pão de beijo

Itens	Material	Valor
Ingredientes	Batata	R\$ 1,60
	Polvilho	R\$ 5,88
	doce	R\$ 5,79
	Polvilho	R\$ 2,39
	azedo	R\$ 0,00
	Fermento químico	R\$ 3,19
	Óleo	R\$ 0,00
	Água	
	Sal	
Produção (gravação e edição)	Celular e Audacity	R\$0,00
Editor	Audacity	R\$ 20,00
Total		R\$ 38,85

Tabela 5. Custos do projeto - pão de beijo

Strogonoff de grão de bico

Itens	Material	Valor
Ingredientes	Alho	R\$3,98
	Cebola	R\$3,58
	Grão de bico	R\$2,75
	Molho de tomate	R\$ 4,55
	Leite vegetal	R\$0,00
	Mostarda	R\$3,98
	Sal, pimenta	R\$0,00
	Molho Inglês	R\$2,49
Produção (gravação e edição)	Celular e Audacity	R\$ 0,00
Editor	Audacity	R\$ 20,00
Total		R\$41,33

Tabela 6. Custos do projeto - Strogonoff de grão de bico

Quibe

Itens	Material	Valor
Ingredientes	Batata	R\$ 1,60
	Trigo para quibe	R\$ 3,87
	Água	R\$ 0,00
	Alho	R\$ 3,98
	Óleo	R\$ 3,19
	Cebola	R\$ 1,92
	Azeite	R\$ 15,69
	Pimenta, sal	R\$ 0,00
Produção (gravação e edição)	Celular e Audacity	R\$ 0,00
Editor	Audacity	R\$ 20,00
Total		R\$ 50,25

Tabela 7. Custos do projeto - quibe

Bolo de chocolate

Itens	Material	Valor
Ingredientes	Farinha de trigo	R\$3,39
	Açúcar	R\$2,98
	Óleo	R\$ 3,19
	Cacau	R\$6,24
	Água	R\$0,00
	Fermento	R\$2,39
Produção (gravação e edição)	Celular e Audacity	R\$0,00
Editor	Audacity	R\$ 20,00
Total		R\$38,19

Tabela 8. Custos do projeto - bolo de chocolate

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com a produção da revista especializada em gastronomia vegana intitulada *Bem Comida*, conseguimos alcançar os objetivos de transmitir informação sobre alimentação vegetariana estrita de forma clara, prática e objetiva.

O fato do *Bem Comida* ser veiculado como podcast possibilita uma disseminação de conteúdo eficaz, tendo em vista que é propagado pela internet. Veicular nosso produto nesse meio facilita o alcance de um público diverso, seja em gosto ou faixa etária, assim como foi planejado durante sua elaboração. O projeto será disponibilizado na plataforma *on demand* Spotify para todos aqueles que desejam se informar sobre veganismo acessível.

Levando em conta sua produção, dificuldades técnicas se fizeram presente, como: obter músicas livres de direitos autorais para *backgrounds* e trilhas, especialistas em diversas áreas que seguem a filosofia vegana e manter o caráter informativo do jornalismo sem que este seja atrelado a um formato com foco total em entreter.

Através desse projeto foi atribuída à nossa bagagem cultural uma melhor forma de lidar com o alimento, tendo em vista o incentivo a substituir gradativamente os ultraprocessados pela produção autônoma de refeições, além disso, com a nossa contribuição para difundir informação sobre alimentação vegetariana estrita aprendemos a fazer jornalismo especializado em gastronomia com uma linguagem acessível, atendendo não somente a elite intelectual acadêmica.

Com isso, pretendemos utilizar deste como exemplo para nossos planos de carreira, de forma a democratizar o máximo de conhecimento possível para todos os públicos, independente de renda, idade ou formação.

6. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ABIAHY, Ana Carolina de Araújo. O jornalismo especializado na sociedade da informação. João Pessoa, Universidade Federal da Paraíba. Disponível em: <http://www.bocc.ubi.pt/pag/abiahya-ana-jornalismo-especializado.pdf>. Acesso em: setembro 2019.

ATÁLIA, Márcia Pietroluongo. O jornalista gastronômico e a arte de julgar. Disponível em: <http://www.periodicos.letras.ufmg.br/index.php/caligrama/article/view/298>. Acesso em: outubro de 2019.

AMARAL, Renata Maria; MELO, Cristina Teixeira Vieira. Gastronomia no jornalismo cultural: crítica e crônica na Folha de S. Paulo e na Carta Capital. Jornalismo e Conhecimento, Florianópolis, Santa Catarina, v. 2, n. 2, p.143-154, 2005. Semestral. Disponível em: <https://periodicos.ufsc.br/index.php/jornalismo/article/view/2150>. Acesso em: setembro 2019.

BUENO, Wilson da Costa; SANTOS, Marli dos (orgs.). Jornalismo especializado no Brasil: teoria, prática e ensino. São Bernardo do Campo : Universidade Metodista de São Paulo, 2015. Disponível em: <http://editora.metodista.br/publicacoes/jornalismo-especializado-no-brasil>. Acesso em: setembro 2019.

CARREIRO, Juliana. Mercado vegano cresce 40% ao ano no Brasil. O Estado de S. Paulo.. São Paulo. 06 de fevereiro de 2017. Disponível em: <https://emails.estadao.com.br/blogs/comida-de-verdade/mercado-vegano-cresce-40-ao-ano-no-brasil/>> Acessado em: setembro de 2019.

Dicionário online Michaelis. Disponível em: <https://michaelis.uol.com.br/>, acessado em 05 de outubro de 2019.

Dicionário online de português. Disponível em: <https://www.dicio.com.br/> >, acesso em: setembro de 2019.

FIESP- Federação das Indústrias do Estado de São Paulo. A mesa dos brasileiros. Transformações, confirmações, contradições. Disponível em: <http://hotsite.fiesp.com.br/amesadosbrasil/amesadosbrasil.pdf>>. Acesso em: outubro de 2019.

FIESP- Federação das Indústrias do Estado de São Paulo. Safra brasileira de grãos produzidos 2018/2019. Agosto de 2019. Disponível em: <https://www.fiesp.com.br/indices-pesquisas-e-publicacoes/safra-de-graos-brasil/attachment/file-20190812185632-safra-graos-brasil-2018-1911-levantamento/>> Acesso em: setembro de 2019.

FERRARETTO, L. A. Rádio: o veículo, a história e a técnica. Porto Alegre: Dora Luzzatto, 2007.

FILHO, André B. Gêneros radiofônicos. São Paulo: Paulinas, 2003

INTELIGÊNCIA, Ibope. 14% da população se declara vegetariana. 21 de maio de 2018. Disponível em: <<http://www.ibopeinteligencia.com/noticias-e-pesquisas/14-da-populacao-se-declara-vegetariana/>> Acessado em: setembro de 2019.

INTELIGÊNCIA, Ibope. 1/3 dos brasileiros não sabem o que é podcast. 6 de junho de 2019. Disponível em: <<http://www.ibopeinteligencia.com/noticias-e-pesquisas/13-dos-internautas-brasileiros-nao-sabem-o-que-e-podcast/>> Acessado em: setembro de 2019.

HERSCHMANN, Micael; KISCHINHEVSKY, Marcelo. A "geração podcasting" e os novos usos do rádio na sociedade do espetáculo e do entretenimento. Revsista FAMECOS, Porto Alegre, nº 37, V. 15, p.101-106, dezembro de 2008 Disponível em: <<http://revistaseletronicas.pucrs.br/ojs/index.php/revistafamecos/article/view/4806/3610>>. Acessado em: setembro de 2019.

KAPLÚN, Mario. Produção de Programas de Rádio, do roteiro à direção. Eduardo Meditsch e Juliana Gobbi Betti (orgs.). São Paulo: Intercom, Florianópolis : Insular, 2017.

LAB, Volt Data. Estatísticas e dados do segmento de podcasts no Brasil em 2019. 2019. Disponível em: <<https://www.voltdata.info/conteudo/2019/estatisticas-de-podcasts>>. Acesso em: setembro de 2019.

MCLEISH, Robert. Produção de rádio: um guia abrangente da produção radiofônica. São Paulo: Summus Editorial, 2001.

PALUDO, Monique Hellen; ROSEIRA, Elisa Ferreira. O podcast jornalístico. 2011. Disponível em: <<https://docplayer.com.br/23178976-O-podcast-jornalistico-1-monique-hellen-paludo-2-elisa-ferreira-roseira-3-universidade-estadual-do-centro-oeste-guarapuava-pr.html>>. Acesso em: setembro de 2019.

PIAUÍ, Revista. Quatro em cada dez internautas já ouviram podcast no Brasil. Revista Piauí. 11 de maio 2019. Disponível em: <<https://piaui.folha.uol.com.br/quatro-em-cada-dez-internautas-ja-ouviam-podcast-no-brasil/>>. Acesso em: setembro de 2019.

PODPESQUISA. Podpesquisa 2018. Disponível em:<<http://www.abpod.com.br/media/docs/PodPesquisa-2018.pdf>>. Acessado em: setembro de 2019.

PRECIOSMUNDI. Preços dos alimentos nos supermercados no Brasil. 2019. Disponível

em: < <https://pt.preciosmundi.com/brasil/precos-supermercado>> Acesso em: setembro de 2019.

PRIMO, Alex. Para além da emissão sonora: as interações no podcasting. Intexto, Porto Alegre: UFRGS, nº 13, 2005. Disponível em: <<http://www.ufrgs.br/limc/PDFs/podcasting.pdf>> . Acessado em: outubro de 2019.

REZENDE, D.D. Podcast. Reinvenção da comunicação sonora. In: INTERCOM, 2007, Santos. Intercom, 2007. Disponível em <<http://www.intercom.org.br/papers/nacionais/2007/resumos/R0708-1.pdf>>. Acesso em: junho de 2019.

RODERO ANTÓN, Emma. La producción radiofónica. Espanha: Catedra, 2005

RODERO ANTÓN, Emma. La radio en internet: el reclamo de un nuevo producto radiofónico diseñado para la red. Huesca, 2003. Disponível em: < https://www.academia.edu/363032/La_radio_en_internet_el_reclamo_de_un_nuevo_producto_radiof%C3%B3nico_dise%C3%B1ado_para_la_red>. Acesso em: agosto de 2019.

SOUZA, Amanda de M. et al. Alimentos mais consumidos no Brasil: Inquérito Nacional de Alimentação 2008-2009. Revista de Saúde Pública, São Paulo, v. 47, n. 1, p.190-199, fev. 2013. FapUNIFESP (SciELO). <<http://dx.doi.org/10.1590/s0034-89102013000700005>>. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rsp/v47s1/05.pdf>>. Acesso em: setembro de 2019.

SVB. Guia Alimentar de Dieta Vegetariana para Adultos. Disponível em: <<https://www.svb.org.br/livros/guia-alimentar.pdf>> Acessado em: agosto de 2019.

VEGANA, Sociedade. Veganismo. 2011. Disponível em: <<http://sociedadevegana.org/textos-fundamentais/veganismo/>>. Acesso em: setembro de 2019.

7. ANEXOS

Programa: Bem Comida

Retranca: Leite vegetal

Apresentadoras: Beatriz Ribeiro e Giovanna Romagnoli

Tempo: 31'47"

SOBE BG, deixa tocar por 5 segundos

DESCE

Loc 1: Oi eu sou a Beatriz Ribeiro, a Bia.

Loc 2: Oi eu sou a Giovanna Romagnoli, mas todo mundo me chama de Polly.

Loc 1: E esse programa é pra quem para quem gosta de informação especializada e um tempero pra lá de marcante.

Loc 2: Aumenta o volume porque está começando a revista de gastronomia vegana que destrói mitos, propaga conhecimento e desperta novas sensibilidades.

SOBE/DESCE BG

Loc 1: A revista *Bem Comida* aborda um tema em especial a cada edição. Sobre ele, trazemos informação, dicas, análise de especialistas e uma receita deliciosa, barata e fácil de preparar.

Loc 2: A discussão se estende também à conversa com convidados especiais, escolhidos por terem alguma relação, qualquer que seja, com o tema do episódio.

Loc 1: Para encerrar, o nosso programa traz as últimas notícias que movimentaram o universo vegano na semana.

SOBE/DESCE BG

Loc 2: O tema do nosso programa de hoje é leite vegetal. Por isso, conversamos com especialistas sobre a importância do cálcio para a saúde.

Loc 1: Embora ele seja o principal atrativo do leite de vaca, pode ser encontrado também em variações do produto.

Loc 2: Uma delas é o leite vegetal que vamos ensinar você a fazer! Além de saudável e nutritivo, ele custa menos de CINCO reais!!!!

Loc 1: Hoje você acompanha também uma entrevista com a Bárbara Miranda, do primeiro

podcast feminista vegano do Brasil, o Outras Mamas Podcast.

Loc 2: Começa agora:

VINHETA DE ABERTURA

ARQUIVO 1- REPORTAGEM LEITE VEGETAL (6'03")

D.I: “O leite é um alimento que faz parte...

D.F: ...e está pronto para consumo.”

SOBE/DESCE BG

Loc 2: E é uma dessas formas de preparar o leite vegetal que você acompanha com a gente a partir de agora.

Loc 1: Eu, que não sou vegana, e a Polly, que é, fomos para a cozinha fazer essa receita muito fácil e muito barata!!!

Loc 2: Com a gente estava a nossa amiga Mariane Borges, que é estudante de jornalismo e adora tomar leite!

VINHETA HORA DO PRAZER

ARQUIVO 2- RECEITA LEITE VEGETAL (13'09")

D.I: “Oi gente, a receita de hoje é...

D.F: ... pra você fazer no dia a dia.”

SOBE/DESCE BG

Loc 1: E essa foi a nossa receita de leite de coco e leite de aveia.

Loc 2: A cozinheira foi a Polly, que sou eu, com a Bia e Mari de auxiliares de preparo.

SOBE/DESCE BG

.

Loc 1: Falar em leite me faz lembrar imediatamente do OUTRAS MAMAS PODCAST.

Loc 2: Ele é feito pela BARBARA MIRANDA e pela TAÍS GOLDCORN.

Loc 1: E é o primeiro podcast vegano feminista do Brasil!

Loc 2: Ouça a nossa conversa com a BARBARA no SOLTA O VEG.

VINHETA SOLTA O VEG

ARQUIVO 3- ENTREVISTA BABI OUTRAS MAMAS PODCAST (6'08")

D.I: “Eu sou produtora e apresentadora...

D.F: ... adocicado e mais cremosos mesmo.”

Loc 1: Você pode ouvir o OUTRAS MAMAS PODCAST no SPOTIFY.

Loc 2: E se você quiser saber mais é só seguir nas redes sociais, o instagram é ARROBA OUTRAS MAMAS PODCAST.

SOBE/DESCE BG

Loc 1: Confira agora os assuntos mais relevantes da semana no mundo vegano.

VINHETA VEGANEWS

SOBE E DESCE TRILHA DO QUADRO

Loc 2: América Latina e Caribe desperdiçam VINTE POR CENTO de todos os alimentos produzidos desde a pós-colheita até chegar ao comércio.

Loc 1: Os dados são do relatório: o estado mundial da alimentação e da agricultura 2019, da Organização das Nações Unidas para a Alimentação e a Agricultura (FAO).

Loc 2: Segundo o relatório, as principais causas de perdas nas fazendas são: a colheita no momento errado, as más condições climáticas, as práticas incorretas de colheita e de manejo e os desafios na comercialização de produtos.

Loc 1: A América Latina e o Caribe são responsáveis por DEZESSEIS POR CENTO da pegada de carbono global gerada pelas perdas e desperdícios de alimentos.

Loc 2: A pegada de carbono dos alimentos é a quantidade total de gases de efeito estufa emitida ao longo do ciclo de vida dos alimentos.

CORTINA

Loc 1: O ex-locutor de rodeios, Asa Branca, hoje é contra a realização desses shows e denuncia maus tratos aos animais.

Loc 2: Asa Branca ficou famoso por ser o primeiro locutor a narrar o evento de dentro da arena de rodeio.

Loc 1: Em uma entrevista à Veja, o locutor confessou que torturava os cavalos para que eles pulassem mais alto.

Loc 2: Na época em que se preparava para ser peão, ele costumava amarrar arame farpado em pneus e colocar no pescoço do animal. Assim, quanto mais o cavalo pulava para tentar se soltar dos pneus com arame, mais o sangue descia pela crina.

Loc 1: Asa Branca também disse que via peões darem choques fortes nos animais pouco antes da porteira abrir, para que o animal pulasse mais. Com isso, a nota na competição também aumentava.

Loc 2: Atualmente, Asa Branca é contra a prática de rodeio e não trabalha mais como locutor.

CORTINA

Loc 1: DISNEYLÂNDIA oferece pratos veganos no cardápio nos ESTADOS UNIDOS.

Loc 2: Mais de QUATROCENTOS pratos com base em vegetais são acompanhados pelo ícone de uma folha verde, facilitando o reconhecimento dos consumidores.

Loc 1: O termo utilizado pelo parque é comida a base de planta, mas os menus coincidem com a definição de veganismo.

Loc 2: Bolinhos asiáticos ao vapor, salada de macarrão, tofu frito temperado com pimenta e uma espécie de CHEESECAKE vegetariano com caju são exemplos dos pratos do cardápio.

SOBE/DESCE BG

Loc 1: Essa edição do *Bem Comida* está terminando.

Loc 2: Na receita da semana que vem tem pão de beijo!

Loc 1: Sabe por quanto? Por menos de VINTE reais.

Loc 2: Já vê se você precisa comprar algum ingrediente. Na receita vão:

Loc 1: Batata, polvilho doce, polvilho azedo, fermento químico, óleo, água e sal.

Loc 2: Repetindo para dar tempo de você anotar: batata, polvilho doce, polvilho azedo, fermento químico, óleo, água e sal.

Loc 1: Semana que vem estamos de volta. Até lá!

Loc 2: Tchau!

VINHETA DE ENCERRAMENTO

Loc 1: Apresentação

Loc 2: Beatriz Ribeiro e Giovanna Romagnoli.

Loc 1: Roteiro de Beatriz Ribeiro.

Loc 2: Edição e sonoplastia de Giovanna Romagnoli.

Loc 1: Bem comida é um podcast produzido como trabalho de conclusão do curso de Jornalismo pela UNESP em 2019.

Loc 2: Orientação da Professora Doutora Suely Maciel.

Programa: Bem Comida

Retranca: Pão de beijo

Apresentadoras: Beatriz Ribeiro e Giovanna Romagnoli

Tempo: 24'03"

SOBE BG, deixa tocar por 5 segundos

DESCE

Loc 1: Oi eu sou a Beatriz Ribeiro, a Bia.

Loc 2: Oi eu sou a Giovanna Romagnoli, mas todo mundo me chama de Polly.

Loc 1: E esse programa é pra quem para quem gosta de informação especializada e um tempero pra lá de marcante.

Loc 2: Aumenta o volume porque está começando a revista de gastronomia vegana que destrói mitos, propaga conhecimento e desperta novas sensibilidades.

SOBE/DESCE BG

Loc 1: A revista *Bem Comida* aborda um tema em especial a cada edição. Sobre ele,

trazemos informação, dicas, análise de especialistas e uma receita deliciosa, barata e fácil de preparar.

Loc 2: A discussão se estende também à conversa com convidados especiais, escolhidos por terem alguma relação, qualquer que seja, com o tema do episódio.

Loc 1: Para encerrar, o nosso programa traz as últimas notícias que movimentaram o universo vegano na semana.

SOBE/DESCE BG

Loc 2: No programa de hoje vamos te ensinar a fazer pão de queijo vegano, o famoso pão de beijo.

Loc 1: Conversamos com uma engenheira agrônoma e uma engenheira de alimentos para entender porque o pão de queijo vegano fica tão parecido com o não vegano.

Loc 2: E também batemos um papo com a advogada Ana Flávia Pimenta, do blog PIMENTA VEGANA. Ela é de Belo Horizonte, em Minas Gerais, e criou o portal para dar dicas de lugares veganos na capital mineira.

Loc 1: Começa agora:

VINHETA DE ABERTURA

ARQUIVO 1- REPORTAGEM PÃO DE BEIJO (4'39")

D.I: “Muito tradicional em Minas Gerais...

D.F: para quem é vegano.”

SOBE/DESCE BG

Loc 2: Agora que já ficamos sabendo muita coisa interessante sobre o pão de queijo, que tal ouvir como foi preparar a receita dessa alternativa vegana ?

Loc 1: Nós convidamos dois amigos para acompanhar a gente na cozinha: o Julio Cesar, que é lá de Uberaba e veio dar sua opinião como mineiro e a nossa amiga bauruense e desenhista, a Mariana Faria, que a gente conhece como Farinha.

Loc 2: As cozinheiras? Eu, que sou vegana, e a Bia, que não é.

VINHETA HORA DO PRAZER

ARQUIVO 2- RECEITA PÃO DE BEIJO (10'38")

D.I: “Olá pessoas...

D.F: ... ficou gostoso desse jeito.”

SOBE/DESCE BG

Loc 1: E essa foi a nossa receita de pão de beijo, a opção vegana para o famoso pão de queijo.

Loc 2: As cozinheiras foram a Polly, que sou eu, e a Bia. Os palpiteiros, degustadores e auxiliares de cozinha foram o Julio Cesar e a Mariana Faria, a farinha.

SOBE/DESCE BG

Loc 1: A Ana Flávia Pimenta é uma advogada mineira que se tornou vegana há TRÊS anos. Ela resolveu criar um guia com dicas de lugares veganos em BELO HORIZONTE, que é onde ela mora.

Loc 2: O blog da Ana é o Pimenta Vegana. Já ouviu falar dele? Se você pensa em dar uma passadinha em BH, é bom você conhecer.

Loc 1: A Ana contou pra gente o que a levou a lançar o blog e como é ser vegana em MINAS GERAIS.

VINHETA SOLTA O VEG

ARQUIVO 3- ENTREVISTA ANA BLOG PIMENTA VEG (3’57”)

D.I: “Quando eu me tornei vegana....

D.F: levar de uma forma saudável.”

SOBE/DESCE BG

Loc 2: Quer ficar por dentro do que está acontecendo no mundo vegano?

Loc 1: Escute agora no veganews as notícias da última semana.

VINHETA VEGANEWS

SOBE/DESCE TRILHA DO QUADRO

Loc 2: Hotel em São Paulo com padrão internacional adota cardápio e itens de higiene pessoal veganos.

Loc 1: O GOLDEN TOWER HOTEL é tradicional da região de Pinheiros, em São Paulo. Ele recentemente passou a oferecer cardápio vegano, com massas, salada, risotos, sanduíches e sorvetes, além de opções de café da manhã.

Loc 2: O serviço fica disponível VINTE E QUATRO horas por dia para os hóspedes.

Loc 1: O hotel também oferece kits de higiene pessoal com a mesma proposta. São xampu, condicionador e sabonete líquido veganos.

Loc 2: O GOLDEN TOWER HOTEL é o primeiro hotel da capital a se posicionar como VEGAN FRIENDLY, ou seja, amigável para veganos.

CORTINA

Loc 1: DUBLIN é considerada a capital com mais opções de comidas veganas no mundo.

Loc 2: É o que mostra o estudo realizado pela empresa de turismo REIS E DJÁRVIS, com base no site TRÍPADVÁISOR.

Loc 1: A seleção levou em consideração somente as CINQUENTA capitais mais visitadas do mundo.

Loc 2: Em DUBLIN, pelo menos VINTE E UM VÍRGULA DOIS POR CENTO dos restaurantes são considerados veganos ou pelo menos oferecem opções específicas para veganos.

Loc 1: Em segundo lugar está PÚQUÊ, na Tailândia, com VINTE VÍRGULA UM POR CENTO dos restaurantes.

Loc 2: E em terceiro lugar está AMSTERDÃ, na Holanda, com DEZENOVE VÍRGULA OITO POR CENTO.

Loc 1: Recentemente, a capital irlandesa ganhou o seu primeiro mercado vegano, o VEGANIC.

CORTINA

Loc 2: Pannel para contagem de gás metano é instalado em restaurante em São Paulo.

Loc 1: O restaurante vegano POP VEGAN fica no bairro da Consolação, em São Paulo. O pannel instalado no estabelecimento mede o gás expelido pelos animais ruminantes, como os bovinos.

Loc 2: A ideia é inspirada no IMPOSTÔMETRO, o medidor estatístico de impostos pagos pelo país em tempo real, criado pela associação comercial de São Paulo.

Loc 1: Já o pannel do Pop Vegan quer mostrar qual é a quantidade anual de gás metano

emitida.

Loc 2: Ele ficará instalado na avenida Consolação e será aberto ao público.

SOBE/DESCE BG

Loc 1: Chegamos ao fim de mais uma edição do *Bem Comida*.

Loc 2: Semana que vem vamos fazer uma receita perfeita pro almoço de domingo, stroganoff de grão de bico.

Loc 1: Pegue lápis e papel e anote os ingredientes, para já ir separando: alho, cebola, grão de bico, molho de tomate, leite vegetal, mostarda, molho inglês e tempero a gosto.

Loc 2: Bastante coisa né? Vou repetir pra você anotar. Os ingredientes são: alho, cebola, grão de bico, molho de tomate, leite vegetal, mostarda, molho inglês e tempero a gosto.

Loc 1: Essa receita custa menos de VINTE E CINCO reais e é muuuuito saborosa.

Loc 2: Semana que vem então, voltamos com mais informação, dicas e preparos divertidos. Tchau!

Loc 1: Tchau e até lá!

VINHETA DE ENCERRAMENTO

Loc 1: Apresentação

Loc 2: Beatriz Ribeiro e Giovanna Romagnoli.

Loc 1: Roteiro de Beatriz Ribeiro.

Loc 2: Edição e sonoplastia de Giovanna Romagnoli.

Loc 1: Bem Comida é um podcast produzido como trabalho de conclusão do curso de Jornalismo pela UNESP em 2019.

Loc 2: Orientação da Professora Doutora Suely Maciel.

Programa: Bem Comida

Retranca: Stroganoff de grão de bico

Apresentadoras: Beatriz Ribeiro e Giovanna Romagnoli

Tempo: 28'13"

SOBE BG, deixa tocar por 5 segundos

DESCE

Loc 1: Oi eu sou a Beatriz Ribeiro, a Bia.

Loc 2: Oi eu sou a Giovanna Romagnoli, mas todo mundo me chama de Polly.

Loc 1: E esse programa é pra quem para quem gosta de informação especializada e um tempero pra lá de marcante.

Loc 2: Aumenta o volume porque está começando a revista de gastronomia vegana que destrói mitos, propaga conhecimento e desperta novas sensibilidades.

SOBE/DESCE BG

Loc 1: A revista *Bem Comida* aborda um tema em especial a cada edição. Sobre ele, trazemos informação, dicas, análise de especialistas e uma receita deliciosa, barata e fácil de preparar.

Loc 2: A discussão se estende também à conversa com convidados especiais, escolhidos por terem alguma relação, qualquer que seja, com o tema do episódio.

Loc 1: Para encerrar, o nosso programa traz as últimas notícias que movimentaram o universo vegano na semana.

SOBE/DESCE BG

Loc 2: Tá sem opção do que fazer para o almoço de domingo? No programa de hoje vamos te ensinar a fazer uma receita russa, stroganoff.

Loc 1: Conversamos com uma nutricionista para entender qual a diferença entre proteína animal e vegetal. E os atletas veganos nos contaram como é o rendimento deles sem o consumo de proteína animal.

Loc 2: Também batemos um papo com a estudante de arquitetura, Beatriz Martinez, que é vegana. Ela fez intercâmbio para a Rússia e contou como é ser vegana por lá.

Loc 1: Fique agora com:

VINHETA DE ABERTURA

ARQUIVO 1- REPORTAGEM STROGONOFF (5'48")

D.I: “A substituição da proteína animal...

D.F: e o lutador NICK DIAZ.”

SOBE/DESCE BG

Loc 2: Agora que já sabemos a diferença entre a proteína animal e vegetal, vamos aprender uma receita vegana do stroganoff, o stroganoff de grão de bico.

Loc 1: Para ajudar na cozinha, convidamos nosso amigo baiano que ama carne, o Sérgio Pantolfi.

Lic 2: Sabe quem cozinhou? Eu, que sou a Polly e sou vegana, e a bia, que não é.

VINHETA HORA DO PRAZER

ARQUIVO 2- RECEITA STROGONOFF DE GRÃO DE BICO (11'19")

D.I: “Oi gente, na receita de hoje...

D.F: ... vamos comer, show!”

SOBE/DESCE BG

Loc 1: Você escutou a nossa receita de stroganoff de grão de bico.

Loc 2: As cozinheiras foram a Polly, que sou eu e a Bia. O nosso auxiliar dos temperos e degustador foi o Sérgio Pantolfi.

SOBE/DESCE BG

Loc 1: A Beatriz Martinez é estudante de arquitetura e vegana há QUATRO anos.

Loc 2: Sabe por que ela tá aqui? Ela fez um intercâmbio na Suíça e aproveitou pra dar uma passadinha pela Rússia.

Loc 1: Ouça como é o veganismo no país do stroganoff!

VINHETA SOLTA O VEG

ARQUIVO 3- ENTREVISTA BEATRIZ MARTINEZ (4'45")

D.I: “Eu morei na Suíça...

D.F: ... hostel pra poder cozinhar, basicamente.”

SOBE/DESCE BG

Loc 2: Ouviu, né? Nada de sair fazendo a mala sem pesquisar!

Loc 1: Uma boa dica pra quem adora viagens é o aplicativo HAPPY COW, se escreve: H-A-P-P-Y C-O-W e ele mapeia vários lugares com opções veganas ao redor do mundo.

SOBE/DESCE BG

Loc 2: E pra encerrar, que tal conferir agora os assuntos mais relevantes da semana do mundo vegano?

Loc 1: Escute agora o veganews!

VINHETA VEGANEWS

SOBE/DESCE TRILHA DO QUADRO

Loc 2: Documentário vegano THE GAME CHANGERS estreia em outubro na netflix.

Loc 1: O lançamento mundial foi no dia DEZESSEIS de outubro.

Loc 2: O longa metragem tem produção executiva de JAMES CAMERON, diretor de filmes como Titanic, Avatar, exterminador do futuro, entre outros. James é vegano desde 2012.

Loc 1: O diretor do documentário é LOUIE PSIHOYOS, vencedor do Oscar de 2010 com o documentário THE COVE.

Loc 2: THE GAME CHANGERS mostra que pessoas que não consomem nada de origem animal também têm condições de se destacar em modalidades esportivas de alta performance.

Loc 1: O longa tem participações de atletas veganos como o pentacampeão de Fórmula UM LEWIS HAMILTON.

Loc 2: Os atores JACKIE CHAN e ARNOLD SCHWARZENEGGER, também integram o filme.

CORTINA

Loc 1: Atleta vegana, DANA GLOWACKA, quebra recorde mundial feminino de prancha abdominal.

Loc 2: Ela conseguiu manter a posição de prancha por QUATRO horas e VINTE minutos.

Loc 1: Em 2016, no Desafio Internacional de Prancha da Copa do Mundo em Pequim, ela ficou em segundo lugar.

Loc 2: Com o tempo de DUAS horas e CINCO minutos.

CORTINA

Loc 1: Crescimento do veganismo movimenta o mercado que substitui os lácteos no Brasil.

Loc 2: A ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE SUPERMERCADO (ABRAS) avalia que a procura por esses produtos é maior do que a demanda, pois além de veganos, cresce o número de pessoas com intolerância à lactose.

Loc 1: A ABRAS considera que a demanda responde por boa parte dos CINQUENTA E CINCO bilhões faturados pelo segmento de produtos naturais, anualmente.

Loc 2: Os empresários estimam ainda que o mercado vegano, nos últimos anos, tenha crescido a uma taxa anual de QUARENTA POR CENTO.

SOBE/DESCE BG

Loc 1: No próximo programa vamos fazer quibe assado por menos de TRINTA reais.

Anote aí os ingredientes para você fazer a receita junto com a gente.

Loc 2: Batata, trigo para quibe, água, alho, óleo, cebola, azeite e tempero a gosto.

Loc 1: Vou repetir pra você não esquecer: batata, trigo para quibe, água, alho, óleo, cebola, azeite e tempero a gosto.

Loc 2: Sua revista de gastronomia vegana termina por aqui. Tchau, até semana que vem!

Loc 1: Até mais!

VINHETA DE ENCERRAMENTO

Loc 2: Apresentação

Loc 1: Beatriz Ribeiro e Giovanna Romagnoli.

Loc 2: Roteiro de Beatriz Ribeiro.

Loc 1: Edição e sonoplastia de Giovanna Romagnoli.

Loc 2: Bem comida é um podcast produzido como trabalho de conclusão do curso de Jornalismo pela UNESP em 2019.

Loc 1: Orientação da Professora Doutora Suely Maciel.

Programa: Bem Comida

Retranca: Quibe assado

Apresentadoras: Beatriz Ribeiro e Giovanna Romagnoli

Tempo: 27'49"

SOBE BG, deixa tocar por 5 segundos

DESCE

Loc 1: Oi gente eu sou a Beatriz Ribeiro, a Bia.

Loc 2: Oi eu sou a Giovanna Romagnoli, mas todo mundo me chama de Polly.

Loc 1: E esse programa é pra quem para quem gosta de informação especializada e um tempero pra lá de marcante.

Loc 2: Aumenta o volume porque está começando a revista de gastronomia vegana que

destrói mitos, propaga conhecimento e desperta novas sensibilidades.

SOBE/DESCE BG

Loc 1: Nesta edição, como sempre faz, a revista *Bem Comida* discute um tema especial. Sobre ele, explicações de especialistas e informações para você entender melhor o assunto e, por tabela, o veganismo.

Loc 2: O tema central também serve de base para a nossa conversa com um convidado especial, que se relaciona com o assunto por motivos diversos: geográficos, culturais, políticos, sociais...

Loc 1: Também hoje o preparo de uma receita vegana econômica, nutritiva e fácil de fazer, como sempre.

SOBE/DESCE BG

Loc 2: Ficou com vontade de comer um salgado e não sabe o que fazer? Temos a solução para o seu problema: já já você vai aprender a preparar um quibe assado vegano.

Loc 1: Por falar nisso, a dieta vegetariana estrita é cara? Adeptos do veganismo falam de suas experiências. Entre eles, o chapeiro Leonardo Santos, criador da página VEGANO PERIFÉRICO.

Loc 2: E a conversa especial da edição é com a estudante de direito, Luciene Santos, conhecida na internet por sapa vegana. Ela fala sobre veganismo acessível e o movimento afrovegano.

Loc 1 : Começa agora então:

VINHETA DE ABERTURA

ARQUIVO 1- REPORTAGEM QUIBE ASSADO (6'02")

D.I: “O quibe é um salgado...

D.F: das escolhas nesse caminho.”

SOBE/DESCE BG

Loc 2: E agora vamos para uma pequena amostra de tudo isso aí que você ouviu sobre a alimentação saudável, variada e econômica que o veganismo permite.

Loc 1: Convidamos a estudante de relações públicas, Luana Caroline Costa, a Lua para ficar do nosso ladinho na cozinha, acompanhando a receita de quibe assado de batata.

Loc 2: E não é que ela aproveitou pra tirar várias dúvidas e puxar um debate que tem tudo a ver com o que estamos falando hoje?

VINHETA HORA DO PRAZER

ARQUIVO 2- RECEITA QUIBE ASSADO (11'27")

D.I: “Oi gente, na receita de hoje...

D.F: acho que ficou incrível.”

SOBE/DESCE BG

Loc 1: Essa foi nossa receita de quibe assado de batata.

Loc 2: A cozinheira foi a Bia e as ajudantes de cozinha fomos eu, que sou a Polly e a Luana Caroline Costa, que mora com a Bia.

SOBE/DESCE BG

Loc 1: Veganismo é para todos????

Loc 2: Olha, segundo a estudante de direito Luciene Santos é sim!!!

Loc 1: Luciane é dona da página Sapa Vegana, com mais de OITO MIL seguidores no Instagram, e lá fala sobre veganismo acessível e afroveganismo. Ela explica tudinho no solta o veg de hoje.

VINHETA SOLTA O VEG

ARQUIVO 3- ENTREVISTA LUCIENE SAPA VEGANA (3'33")

D.I: “Quando eu me tornei vegana...

D.F: ... no instagram e vão se informando”

SOBE/DESCE BG

Loc 2: Essa foi a estudante de direito Luciene Santos, a dona da página sapa vegana do Instagram. Se você se interessa por mais dicas de veganismo acessível como as que ela deu, grupos no Facebook como VEGANISMO SEM FIRULA e VEGANOS POBRES também podem te ajudar.

SOBE/DESCE BG

Loc 1: Último bloco dessa edição?

Loc 2: Sim!!! Os acontecimentos semanais do mundo vegano no sempre importantíssimo

Veganews.

VINHETA VEGANEWS

SOBE/DESCE BG DA TRILHA DO QUADRO

Loc 1: O mercado global de alternativas à carne deve dobrar de tamanho até 2027, aponta Relatório da empresa de pesquisa de mercado RESEARCH AND MARKETS.

Loc 2: Os alternativos à carne seriam produtos como tofu e proteína texturizada de soja.

Loc 1: A previsão é de que o mercado chegue a aproximadamente NOVE bilhões de dólares nos próximos OITO anos, com taxa de crescimento anual composta de OITO VÍRGULA QUATRO POR CENTO.

Loc 2: Em 2018, o setor movimentou cerca de QUATRO bilhões de dólares.

Loc 1: Segundo a pesquisa, há uma crescente preferência dos consumidores por uma dieta vegetariana estrita, o que tem ajudado na expansão do mercado alternativo.

Loc 2: As pessoas estão buscando reduzir o consumo de alimentos de origem animal e incluir na dieta produtos à base de proteínas vegetais.

Loc 1: Preocupação com a saúde, com o bem-estar animal e com o meio ambiente são destacados também como fatores determinantes na mudança de hábito dos consumidores.

CORTINA

Loc 2: A apresentadora Xuxa e o namorado Junno Andrade participam de campanha de ong de animais e pedem a onze milhões de fãs que parem de comer carne.

Loc 1: Em suas redes sociais, os apresentadores de TV, postaram fotos suas tapando os olhos e a boca com as mãos.

Loc 2: A campanha chamada POR TRÁS DO FOGO é idealizada pela ong MERCY FOR ANIMALS BRASIL.

Loc 1: Em sua rede social, Xuxa escreveu que, ninguém vê, mas por trás do fogo, a maior vilã do desmatamento da Amazônia é a pecuária. Ela disse também, abre aspas: cuide da sua saúde e a do planeta, escolhendo menos carne em suas refeições, fecha aspas.

CORTINA

Loc 2: Comissão de Meio Ambiente do Senado aprova projeto de lei que tipifica

criminalmente o ato de provocar desastres ambientais que causem destruição da flora e morte de animais.

Loc 1: O projeto de lei altera a Lei de Crimes Ambientais e define pena de reclusão de QUATRO a DOZE anos.

Loc 2: Também prevê multa que pode variar de DOIS MIL a UM BILHÃO de reais para quem causar desastre no meio ambiente comprovado por laudo pericial que reconhece alterações atmosféricas, hídricas e do solo.

Loc 1: A justificativa para a criação do projeto de lei foi o rompimento de barragens de mineradoras nas cidades mineiras de Mariana, no final de 2015, e de Brumadinho, no início deste ano.

SOBE/DESCE BG

Loc 2: Tá sem ideia de sabor de bolo pro café da tarde?

Loc 1: Semana que vem a gente vai te ensinar a fazer bolo de chocolate.

Loc 2: Anote aí os ingredientes: farinha de trigo, açúcar, óleo, cacau, água, fermento.

Loc 1: Vou repetir: farinha de trigo, açúcar, óleo, cacau, água, fermento.

Loc 2: Nós vamos ficando por aqui. Tchau, até semana que vem!

Loc 1: Até lá!

VINHETA DE ENCERRAMENTO

Loc 2: Apresentação

Loc 1: Beatriz Ribeiro e Giovanna Romagnoli.

Loc 2: Roteiro de Beatriz Ribeiro.

Loc 1: Edição e sonoplastia de Giovanna Romagnoli

Loc 2: Bem comida é um podcast produzido como trabalho de conclusão do curso de Jornalismo pela UNESP em 2019.

Loc 1: Orientação da Professora Doutora Suely Maciel.

Programa: Bem Comida

Retranca: Bolo de chocolate

Apresentadoras: Beatriz Ribeiro e Giovanna Romagnoli

Tempo: 29'13"

SOBE BG, deixa tocar por 5 segundos

DESCE

Loc 1: Oi eu sou a Beatriz Ribeiro, mas me chamam de Bia.

Loc 2: Olá eu sou a Giovanna Romagnoli, mas todo mundo me chama de Polly.

Loc 1: E esse programa é pra quem para quem gosta de informação especializada e um tempero pra lá de marcante.

Loc 2: Aumenta o volume porque está começando a revista de gastronomia vegana que destrói mitos, propaga conhecimento e desperta novas sensibilidades.

SOBE/DESCE BG

Loc 1: A revista *Bem Comida* discute um tema especial, como em toda edição. E sobre ele, explicações de especialistas e informações para você entender melhor o assunto e ainda o veganismo.

Loc 2: O tema central também serve de base para a nossa conversa com um convidado especial, que se relaciona com o assunto por motivos diversos: geográficos, culturais, políticos, sociais...

Loc 1: Confira também o preparo de uma receita vegana, fácil de fazer e querida por grande parte das pessoas.

SOBE/DESCE BG

Loc 2: Na receita de hoje vamos aprender a fazer bolo de chocolate.

Loc 1: Essa receita tem gostinho de infância e também é ótima para acompanhar um café com os amigos.

Loc 2: Conversamos com a Paula Maria de Oliveira, confeitaria vegana de Bauru e com a Virgínia Moraes, mãe de uma criança vegana.

Loc 1: Além disso, a confeitaria ISIS FREITAG, dona da confeitaria DOCES E CORES, lá de Curitiba, fala pra gente sobre seus doces veganos, sem glúten e sem lactose.

Loc 2: fique agora com:

VINHETA DE ABERTURA

ARQUIVO 1- REPORTAGEM BOLO DE CHOCOLATE (4'08'')

D.I: “Doce faz parte do cotidiano...

D.F: ... como os intolerantes a lactose.”

SOBE/DESCE BG

Loc 1: Que tal aprender agora uma receita de bolo vegano fácil e econômica?

Loc 2: Eu, que sou vegana, e a Bia, que não é, fomos para a cozinha preparar a versão vegana do bolo de chocolate.

Loc 1: Convidamos nossos amigos, Vitor Soares, mais conhecido como Sossô e Giovanne Ramos, conhecido como Ira, que adoram um bolo no café da tarde para ajudar na nossa receita.

VINHETA HORA DO PRAZER

ARQUIVO 2- RECEITA BOLO DE CHOCOLATE (13'06'')

D.I: “Olá gente, tudo bem?...

D.F: ... não fica na verdade diferente.”

SOBE/DESCE BG

Loc 2: Você acabou de aprender a nossa receita de bolo de chocolate vegano.

Loc 1: As cozinheiras fomos nós, Polly e Bia. E nossos ajudantes e o contadores de histórias foram Vitor Soares, o Sossô e o Giovanne Ramos, o Ira.

SOBE/DESCE BG

Loc 2: A Isis Freitag é uma confeitaria lá de Curitiba, a cidade que é conhecida como a capital vegana do Brasil.

Loc 1: Na DOCES E CORES, que é a confeitaria dela, você não pode entrar com qualquer alimento. Sabe por que? Descubra agora no solta o veg!

VINHETA SOLTA O VEG

ARQUIVO 3- ENTREVISTA ISIS CONFEITARIA DOCES E CORES (5'04'')

D.I: “Sou vegetariana há 18 anos...

D.F: ... não tem quem não goste, é verdade.”

SOBE/DESCE BG

Loc 2: Se você é vegano, ou tem intolerância a lactose ou glúten, já sabe onde ir. A confeitaria DOCES E CORES fica na rua ALBINO SILVA, QUINHENTOS E UM, em Curitiba.

SOBE/DESCE BG

Loc 1: E para encerrar a edição de hoje do programa, confira as notícias do mundo vegano.

VINHETA VEGANEWS

SOBE/DESCE TRILHA DO QUADRO

Loc 2: Paola Caroselha critica hambúrguer vegetal no twitter.

Loc 1: Recentemente, DUAS empresas americanas começaram a comercializar hambúrguer vegetal no Brasil.

Loc 2: Elas foram as pioneiras na fabricação de hambúrgueres de planta, um produto feito com leguminosas, mas com textura, gosto e suculência da carne, segundo elas.

Loc 1: Para a chef, produtos que tentam substituir a carne, com muitos elementos químicos, não são opções saudáveis.

Loc 2: Em seu twitter Paola escreveu, não é hambúrguer, não tem gosto de carne, nem textura de carne, o que é óbvio pois não é carne. Gorduroso, pastoso, desagradável. Ela disse também, abre aspas: Uma bosta ULTRAPROCESSADA oportunista no momento de mais confusão alimentar da história, fecha aspas.

CORTINA

Loc 1: Maus tratos a animais pode dar cadeia na Escócia.

Loc 2: Foi aprovada na Escócia, a lei que pune em até CINCO anos de cadeia a pessoa que maltratar animais.

Loc 1: Segundo a ministra de assuntos rurais, MAIRI GOUGEON, o governo escocês está adotando medidas ousadas para tentar melhorar o bem-estar dos animais.

Loc 2: A nova lei também deve permitir que animais sejam resgatados de situações de maus-tratos sem a necessidade de uma ordem judicial.

Loc 1: O governo também introduziu multas ilimitadas e elevou as multas máximas para alguns crimes contra a vida selvagem.

CORTINA

Loc 2: Prefeito de santa fé promove mês da consciência vegana.

Loc 1: O prefeito da cidade de santa fé, Novo México nos Estados Unidos, ALAN WEBBER, promove o mês da consciência vegana, em Novembro, pelo segundo ano consecutivo.

Loc 2: Alan alega que é uma boa oportunidade para os moradores da cidade aprenderem um pouco mais sobre os benefícios de uma dieta à base de vegetais.

Loc 1: O prefeito diz que suas razões para tomar a atitude são ambientais, éticas e de saúde.

CORTINA

Loc 2: Deputado apresenta projeto de lei que classifica como crime hediondo a caça.

Loc 1: O deputado federal Zé Vitor, do partido liberal de Minas Gerais, apresentou o projeto de lei que defende que a caça e o tráfico de animais silvestres ameaçados de extinção sejam classificados como crimes hediondos no Brasil.

Loc 2: Segundo Zé Vitor, a caça e o tráfico de animais são atividades que contribuem para um crescente processo de desaparecimento das espécies.

Loc 1: Na matéria do projeto de lei, o deputado argumenta que o comércio ilegal de animais silvestres é a terceira maior atividade ilícita do mundo, perdendo apenas para o tráfico de drogas e de armas.

CORTINA

Loc 2: Escolas de Nova York retiram carne processada do menu escolar.

Loc 1: Cachorros-quentes, calabresa, bacon, presunto e salsicha não serão mais servidos nas refeições escolares.

Loc 2: A justificativa para a medida é um relatório da Organização Mundial de Saúde que cita a carne processada como potencialmente cancerígena.

Loc 1: Além disso, no biênio 2019/2020 as escolas públicas de NOVA YORK estão participando do projeto segunda sem carne.

Loc 2: O prefeito, BILL DE BLASIO, decidiu colocar o programa em prática depois de avaliar os resultados positivos conquistados pelo presidente do BROOKLYN, ERIC ADAMS.

SOBE/DESCE BG

Loc 1: Semana que vem, voltamos com mais informação, dicas e preparos divertidos. Tchau!

Loc 2: Até mais.

VINHETA DE ENCERRAMENTO

Loc 1: Apresentação

Loc 2: Beatriz Ribeiro e Giovanna Romagnoli.

Loc 1: Roteiro de Beatriz Ribeiro.

Loc 2: Edição e sonoplastia de Giovanna Romagnoli.

Loc 1: Bem comida é um podcast produzido como trabalho de conclusão do curso de Jornalismo pela UNESP em 2019.

Loc 2: Orientação da Professora Doutora Suely Maciel.