

# Frugalidad, valores y creencias ambientales en población vegana-vegetariana y omnívora

---

TRABAJO DE FIN DE GRADO DE PSICOLOGÍA

*Facultad de Psicología y Logopedia*

*Universidad de La Laguna, curso académico 2018-2019*

Alumna: Eva Pérez Dotor

Tutor Académico: Bernardo Hernández Ruiz



## Índice

Resumen.....	3
Introducción.....	4
Método.....	12
▪ Participantes.....	12
▪ Instrumentos.....	14
▪ Procedimiento.....	15
▪ Análisis de datos.....	15
Resultados.....	16
Discusión.....	22
Referencias.....	25



## Resumen

En esta investigación se ha estudiado el papel de los valores y creencias ambientales en el comportamiento frugal en función de los tipos de alimentación omnívora frente a vegana-vegetariana. El objetivo del estudio fue conocer si los veganos-vegetarianos poseen más valores hedonistas, valores biosféricos, creencias acerca de la relación del ser humano con la naturaleza (NHIP), creencias sobre el medio ambiente (NEP) y un comportamiento más frugal en comparación con los omnívoros. Como resultado principal se obtuvo que los veganos-vegetarianos poseen más creencias ambientales (NEP) y se observa una tendencia que indica que tienen más valores hedonistas y biosféricos en comparación con los omnívoros. Sin embargo, no se encontraron diferencias en ambas poblaciones en cuanto a las creencias sobre la relación de las personas con el medio ambiente (NHIP) y el comportamiento frugal.

**Palabras clave:** tipo de alimentación, frugalidad, valores y creencias ambientales.

## Abstract

This research covers the role of environmental values and beliefs in frugal behavior based on the types of omnivore versus vegan-vegetarian diet. The objective of the investigation was to gather knowledge in the matter of vegan-vegetarians possessing more hedonistic, biospheric values and beliefs about the relationship of the human being with nature (NHIP), environment beliefs (NEP) and a more frugal behavior compared to the omnivores. As the main result, vegan-vegetarians have shown to have further environmental beliefs (NEP) and a trend is observed indicating that they have more hedonistic and biospheric values compared to omnivores. However, no differences were found in both populations regarding beliefs about the relationship of people with the environment (NHIP) and frugal behavior.

**Key words:** Diet types, frugality, environmental values and beliefs.



## Introducción

Es indudable que en las últimas décadas el interés por los problemas ambientales ha aumentado en la sociedad, en gran medida debido a la visibilidad que se le ha otorgado a través de los medios de comunicación y, más recientemente, las redes sociales. No obstante, a pesar de haberse tomado medidas como el uso de energías renovables, el reciclaje de residuos y el ahorro en agua o combustibles fósiles para tratar de reducir el impacto ecológico que produce la actividad humana, éstas han sido insuficientes. Esto es debido a que dichas medidas aún no han sido acogidas en su totalidad en muchos entornos y a que en la gran mayoría de los individuos todavía no existe un comportamiento proambiental arraigado. Es por ello que la investigación sobre el comportamiento pro-ecológico es un tema de especial relevancia para la Psicología Ambiental.

Según Beldarrín (2004), la cultura es un término globalizador que incluye todo aquello que la humanidad ha incorporado en la naturaleza, con el fin de dominarla, transformarla, establecer relaciones sociales acertadas, generar respuesta a sus interrogantes y tener su propia cosmovisión. Por ejemplo, la agricultura es una de las primeras acciones que realizó el ser humano en la naturaleza para la satisfacción de sus necesidades (Castillo, 2009). Por lo tanto, el ser humano es siempre un portador de valores culturales (Beldarrín, 2004). La cultura ambiental es la manera como los seres humanos se relacionan con el medio ambiente (Miranda, 2013). Según Roque (2003, p. 10), cada pueblo impacta en sus recursos naturales y en su sociedad de manera particular. De ahí que el tratamiento a los problemas ambientales involucre la necesidad no solo de un enfoque educativo, si no también cultural, que se aborde desde los valores, las creencias, las actitudes y los comportamientos ecológicos (Bayón y Morejón, 2005).

Para Bayón (2006), la cultura ambiental debe estar sustentada en la relación del hombre con su medio ambiente, y en dicha relación está implícito el conjunto de estilos, costumbres y condiciones de vida de una sociedad con una identidad propia, basada en tradiciones, valores y conocimientos. Cuando



el sistema de valores materiales y espirituales se construye a partir del uso racional de los recursos naturales, basado únicamente en necesidades reales, la sociedad está orientada hacia el desarrollo sostenible (Roque, 2003, p. 10). Mientras que, según Bayón (2006), la globalización simplifica la diversidad cultural y facilita la generación de estilos de vida insostenibles, en tanto que, ésta primera se fundamenta en la existencia de un modelo actual de desarrollo que es desigual para las sociedades humanas y que es nocivo para los sistemas naturales.

A pesar de no existir garantías de que se produzca un cambio en la conducta humana a favor de la naturaleza por poseer una cultura ambiental, algunos estudios han señalado la existencia de una relación positiva entre la posibilidad de tener un comportamiento ambiental responsable y el nivel de cultura ambiental (Sosa, Isaac, Eastmond, Ayala y Arteaga, 2010, p. 34). Por esta razón, como señalan Ferrer, Menéndez y Gutiérrez (2004), se considera que elevar el nivel de cultura ambiental de la población es una prioridad, y es únicamente a través de la educación como el individuo interioriza la cultura, y es capaz de construir y producir conocimientos, reorientar sus valores, modificar sus acciones y contribuir como sujeto individual a la transformación de la realidad del medio ambiente.

La conducta ecológica responsable o sostenible ha sido definida como “aquella acción que realiza una persona, ya sea de forma individual o en un escenario colectivo, a favor de la conservación de los recursos naturales y dirigida a obtener una mejor calidad del medio ambiente” (Castro, 2001, p.18). En esta misma dirección, Corral-Verdugo y Pinheiro (2004, p.10) la han definido como el “conjunto de acciones efectivas, deliberadas y anticipadas que resultan en la preservación de los recursos naturales, incluyendo la integridad de las especies animales y vegetales, así como en el bienestar individual y social de las generaciones humanas actuales y futuras”. Ambas perspectivas van encaminadas a la búsqueda de un medio ambiente más eficiente en la generación de productos y servicios. Por otro lado, De Young (1990) propone un estilo de vida que se caracteriza por consumir solo lo necesario, evitando las prácticas derrochadoras. En este sentido, cabe mencionar lo que se conoce



como comportamiento frugal. El comportamiento frugal es definido como un “estilo de vida caracterizado por el grado en el que los consumidores restringen la adquisición y usan los bienes económicos y los servicios de forma ingeniosa para alcanzar objetivos a largo plazo” (Lastovicka, Bettencourt, Hughner, & Kuntze, 1999, p. 88). La frugalidad se basa en dos concepciones: un comportamiento de restricción y el uso ingenioso de recursos. Por un lado, el comportamiento de restricción estaría enfocado a consumir lo necesario en vez de lo que es posible, disminuyendo de esta forma el consumo. Por lo tanto, dicha conducta restrictiva llevaría a la persona a tomar decisiones sobre la necesidad de adquirir determinados productos o servicios. Por otro lado, el uso ingenioso y más variado de los recursos ya disponibles sería una consecuencia directa de la anterior conducta de restricción.

No obstante, es importante distinguir entre comportamiento frugal y el comportamiento tacaño. El comportamiento frugal se basa en una toma de decisiones deliberada e independiente a motivos económicos, que deriva en un estado emocional positivo. Mientras tanto, el comportamiento tacaño es una conducta movida por el miedo al gasto económico y/o la reducción de los recursos disponibles Rick, Cryder, y Loewenstein (2008). El comportamiento frugal debe ser una elección libre con connotaciones positivas para el individuo, reforzada a través de dos procesos diferentes: la percepción de empoderamiento por poseer una forma de vida que la mayor parte de los individuos no desean o no son capaces de llevar a cabo, y la percepción de ser competitivos en una sociedad materialista, cuyo objetivo es conseguir el máximo consumo ciudadano (De Young, 2000).

Las conductas ambientales, generalmente, se han estudiado desde un enfoque psicosocial atendiendo a creencias, valores y actitudes asociadas a la conciencia ecológica (Aragóns y Amérigo, 1991; Stern, 1992; Berenguer, Corraliza, Martín y Oceja, 2001). En este sentido, Berenguer y Corraliza (2000), identifican dos determinantes de la conducta ambiental: por un lado, los valores, que llevarían a la activación de la norma personal a través de los sentimientos de obligación moral, y por otro lado, las creencias ambientales que se generarían del análisis de costos y beneficios que la persona realiza



sobre las consecuencias de la conducta. En consecuencia, la interacción de estos y otros factores internos de la persona y los externos o contextuales determinarán la realización de la conducta ecológica. De modo que, si la interacción entre dichos factores es consistente, se pondría en marcha la conducta ambiental, mientras que si surgen conflictos, la conducta no se daría.

Respecto a las conductas ecológicas, han emergido diversos modelos para dar explicación a éstas. Entre ellos, podemos destacar la teoría de activación de la norma propuesta por Schwartz (1977), que sostiene que la realización de la conducta ambiental es provocada por la activación de la norma personal, entendida ésta como un conjunto de expectativas propias basadas en los valores personales que van a ejercer su influencia en la conducta una vez que han sido activadas (Schwartz, 1968). Dicha teoría presupone la existencia de valores altruistas, enfatiza la conciencia de las consecuencias adversas (AC) que la conducta puede suponer para otras personas y, finalmente, la activación de la norma dependerá de la atribución de responsabilidad (AR) hacia uno mismo por las consecuencias indeseadas que sus actos pueden causar a los demás. Estos elementos actuarían de forma antecedente a la activación de la norma personal. Por lo tanto, las acciones de la norma personal surgen de tres factores: los valores personales, la creencia de que los objetos importantes de dichos valores están en peligro y la creencia de que las propias acciones puedan ayudar a atenuar ese peligro (Stern, Dietz, Abel, Guagnano y Kalof, 1999).

La teoría de valores, creencias y normas (VBN) planteada por Stern et al., (1999) y Stern (2000), propone que la realización de conductas ambientales proviene de la relación existente entre los valores, las creencias y la norma personal. Este modelo se basó en la teoría de la activación de la norma propuesta por Schwartz (1977), para la cual se realizó una generalización de cada uno de los factores de ésta. Para ello, Stern et al. (1999) plantearon que las normas personales pueden provenir de otros tipos de valores, además de los valores altruistas que supone Schwartz, y que pueden variar según los individuos. Respecto a la conciencia de las consecuencias adversas (AC), aquí



se enfatiza la amenaza a cualquier objeto que sea el foco de los valores que subyacen a la norma, mientras que para Schwartz la conciencia de las consecuencias se refería a las amenazas hacia otras personas. Por último, en la atribución de responsabilidad (AR) se destaca las creencias sobre la responsabilidad de causar o capacidad para aliviar las amenazas dirigidas al objeto valorado, en cambio la teoría de Schwartz se refería a la atribución de responsabilidad hacia uno mismo.

Por lo tanto, se crea una unión entre los valores personales, las creencias generales y la activación de la norma personal, de modo que existen una serie de variables que preceden a la ejecución de la conducta ambiental de manera análoga a una cadena, en donde dichos eslabones o variables serían: los valores personales, las creencias acerca del medio ambiente, las creencias sobre las consecuencias adversas hacia el objeto valorado, las creencias de atribución de responsabilidad sobre uno mismo y la norma personal hacia el comportamiento proambiental, afectando cada variable directamente a la siguiente sin descartar su influencia en el resto de variables.

Stern, Dietz y Kalof (1993) y Stern y Dietz (1994) señalaron que los valores influyen directamente sobre la intención de realizar diversas conductas proambientales e, indirectamente, a través de las creencias. Igualmente, relacionan la preocupación o conciencia ambiental con grupos de valores y de creencias específicas. En cuanto a los valores, utilizando la clasificación de valores universales de Schwartz (1992), proponen tres tipos de valores: los valores egoístas, los valores altruistas y los valores biosféricos. En donde, los valores egoístas son aquellos que representan preocupación por uno mismo, los valores altruistas indican preocupación por otras personas y los valores biosféricos señalan preocupación por especies no humanas y por la biosfera en su conjunto. Por lo tanto, el papel de los valores sería el de filtrar la información disponible acerca de la conducta, el objeto o la situación, y si dicha información es coherente con los valores personales, el individuo elaborará unas creencias más positivas sobre ese objeto, circunstancia o acción.





Posteriormente, Steg (2016) propuso cuatro tipos de valores que son importantes para comprender la conducta pro-ecológica. Estos son: los valores egoístas, los valores hedonistas, los valores biosféricos y los valores altruistas. Aquí, los valores egoístas están orientados hacia cómo obtener o conservar bienes y recursos, los valores hedonistas se orientan a la satisfacción y reducción del esfuerzo, los valores biosféricos se centran en los efectos de las acciones propias sobre el medio y, por último, los valores altruistas se enfocan en hacer el bien a otras personas.

Las creencias ambientales se operacionalizaron mediante el Nuevo Paradigma Ambiental (NEP) de Dunlap y Van Liere (1978), que crearon un instrumento para medir las creencias generales sobre el medio ambiente. La escala se centra en creencias sobre las limitaciones al crecimiento de la sociedad, la capacidad humana para alterar el equilibrio medioambiental y el derecho del ser humano a gobernar sobre la naturaleza. Estos autores concibieron una visión ecocéntrica de la relación entre el ser humano y la naturaleza, la cual contrapusieron a la visión antropocéntrica del Paradigma Social Dominante (PSD) (Pirages y Ehrlich, 1974). En esta visión ecocéntrica, el ser humano es un componente más del medio ambiente y la naturaleza es valorada como algo que se debe preservar, mientras que en la visión antropocéntrica la naturaleza es vista como un recurso para satisfacer las necesidades humanas. De este modo, se originó una visión dicotómica que, posteriormente, fue respaldada por el trabajo de Thompson y Barton (1994), en el que ambas dimensiones manifestaron preocupación por la naturaleza pero por diferentes razones. Mientras la visión ecocéntrica mostraba preocupación por la preservación de la naturaleza, la visión antropocéntrica la manifestaba por los recursos materiales que ésta le podía proporcionar. Posteriormente, Dunlap, Van Liere, Merting y Jones (2000) realizaron una nueva versión del instrumento denominado NEP-R, al que añadieron dos nuevas dimensiones: una relativa a la crisis ecológica y otra asociada a la creencia antropocéntrica de que el ser humano sería una excepción a las leyes naturales.



Sin embargo, los resultados encontrados en diversas investigaciones (Bechtel, Corral-Verdugo, Queiroz Pinheiro (1999), Corral-Verdugo y Armendáriz (2000), Castro y Lima (2001) mostraron la posibilidad de que dicha visión dicotómica, entre ecocentrismo y antropocentrismo, no fuera opuesta sino interdependiente. Una primera aproximación hacia esta posibilidad fue desarrollada por Corral-Verdugo, Carrus, Bonnes, Moser y Sinha (2008), quienes elaboraron otro instrumento para medir las creencias ambientales denominado Nuevo Paradigma de Interdependencia Humano (NHIP). Éste emerge del concepto de desarrollo sostenible y se fundamenta en las ideas de interdependencia entre el ser humano, la conservación del medio y el mantenimiento del progreso de la sociedad. Produciéndose, de esta manera, una ruptura con la anterior visión dicotómica entre antropocentrismo y ecocentrismo. Al combinar ambas dimensiones, este modelo plantea que la supervivencia de los seres humanos depende del cuidado y la protección que se dispense a la naturaleza. Es decir: si no se preserva el medio tampoco habrá futuro para los seres humanos.

Las escalas NHIP y NEP fueron probadas por Corral-Verdugo *et al.* (2008), en México, Italia, India y Francia para predecir las prácticas en la conservación del agua en los hogares, mostrando que el NIPH fue un mejor predictor de la conservación del agua en comparación con el NEP.

El VBN ha sido puesto a prueba en investigaciones como Aguilar, García y Monteoliva (2005), que estudiaron el modelo sobre la intención de reciclar vidrio con estudiantes universitarios, encontrando que solo la conducta pasada, la norma moral y los valores de orientación altruista explicaban la intención de reciclar vidrio. Por otro lado, Terán de Serrentino, Bemúdez y Castillo (2013) estudiaron el VBN con las actitudes hacia el reciclaje en estudiantes universitarios. Los resultados confirmaron que los individuos combinaban sus valores, normas y creencias para construir sus actitudes hacia el medio ambiente.



La investigación generalmente ha colocado los valores egoístas (por ejemplo, el logro personal) como correlacionados negativamente con los valores altruistas (Schwartz, 1992). Los puntos de vista centrados en uno mismo y en los otros se consideran conceptualmente distintos e incompatibles (Suitner y Maass, 2008). Sin embargo, en investigaciones recientes se ha observado que estas dos perspectivas distintas pueden coexistir en los individuos y pueden activarse temporalmente mediante técnicas de preparación, lo que influye en las actitudes (Aaker y Williams, 1998). En este sentido en una investigación de Kareklas y Carlson (2014), encontraron que las actitudes hacia los alimentos orgánicos eran impulsadas por la combinación de consideraciones egoístas (salud personal, precio de los alimentos orgánicos) y altruistas (preocupaciones ambientales vinculadas a consideraciones de compra altruistas). Igualmente, se observó que las intenciones de comprar alimentos orgánicos eran impulsadas por la combinación de ambas consideraciones.

En base a esta investigación previa, el propósito de este estudio es estudiar el papel de los valores y las creencias ambientales en el comportamiento frugal, en función de los tipos de alimentación omnívora frente a vegana-vegetariana. La distinción en esta investigación, en cuanto al tipo de alimentación, es conocer si existen diferencias entre consumir o no consumir carne en las conductas proambientales, más concretamente en el comportamiento frugal. Dado que entre los motivos por los que las personas veganas-vegetarianas eligen este estilo de alimentación están el querer tener una alimentación saludable, el respeto al medio ambiente, a los animales y las demás personas, especialmente por la gran cantidad de gente que padece hambre, queremos conocer el peso que tiene la preocupación ambiental entre esas razones. Igualmente, al diferenciar entre estos dos tipos de alimentación también se alude a la existencia de dos tipos de cultura, en cuanto a los alimentos se refiere y a las razones de dicha alimentación. Por lo tanto, también se considera importante conocer si este estilo de alimentación vegana-vegetariana, a su vez, posee una mayor cultura ambiental en comparación con el tipo de alimentación omnívora.



Además, queremos saber si la combinación de los valores hedonistas y los valores biosféricos, los cuales pueden considerarse opuestos al tratarse de dos perspectivas que se centran en uno mismo y en el medio, estarían influyendo en la conducta frugal, dado que, según la definición de frugalidad, este comportamiento deriva en un estado emocional positivo para la persona que lo realiza, al mismo tiempo que lleva a cabo una conducta sostenible dirigida a proteger el medio ambiente.

Por lo tanto, el objetivo de este estudio es conocer si el tipo de alimentación vegana-vegetariana está relacionada con los valores hedonistas y biosféricos, con las creencias ambientales y con la frugalidad. Para ello se establecen las siguientes hipótesis:

1. Los veganos-vegetarianos tienen más valores hedonistas y biosféricos que los omnívoros.
2. Los veganos-vegetarianos tienen más creencias NEP que los omnívoros.
3. Los veganos-vegetarianos tienen más creencias NHIP que los omnívoros.
4. Los veganos-vegetarianos son más frugales que los omnívoros.

## **Método**

### **Participantes**

Para esta investigación se contó con una muestra de 150 personas, de las cuales el 73.3 % eran mujeres, el 23.3 % hombres, el 1.3 % prefirieron no decirlo y un 2 % marcaron la opción "otro". Las edades estaban comprendidas entre los 17 y 62 años con una media de 30.25 y DT de 10.68. Respecto a los tipos de alimentación, el 66.7 % eran omnívoros y el 33.3 % veganos-vegetarianos.

Además, el 36 % era soltero, el 16.7 % estaba casado, el 44.7 % estaba en pareja y el 2.7 % estaba divorciado. En cuanto a la clase social, el 4 % se



considera de clase baja, el 30 % de clase media-baja, el 57.3 % de clase media, el 8 % de clase media-alta y el 0.7 % de clase alta.

En la tabla 1 se puede observar la información recogida acerca del nivel económico familiar, en la figura 1 se refleja el nivel de estudios y en la figura 2 la situación laboral.

TABLA 1

*Nivel económico familiar*

	Frecuencia	Porcentaje
Menos de 1000 euros	24	16 %
De 1000 a 1500 euros	52	34.7 %
De 1500 a 2000 euros	28	18.7 %
De 2000 a 2500 euros	18	12 %
De 2500 a 3000 euros	11	7.3 %
Otra cantidad	17	11.3 %

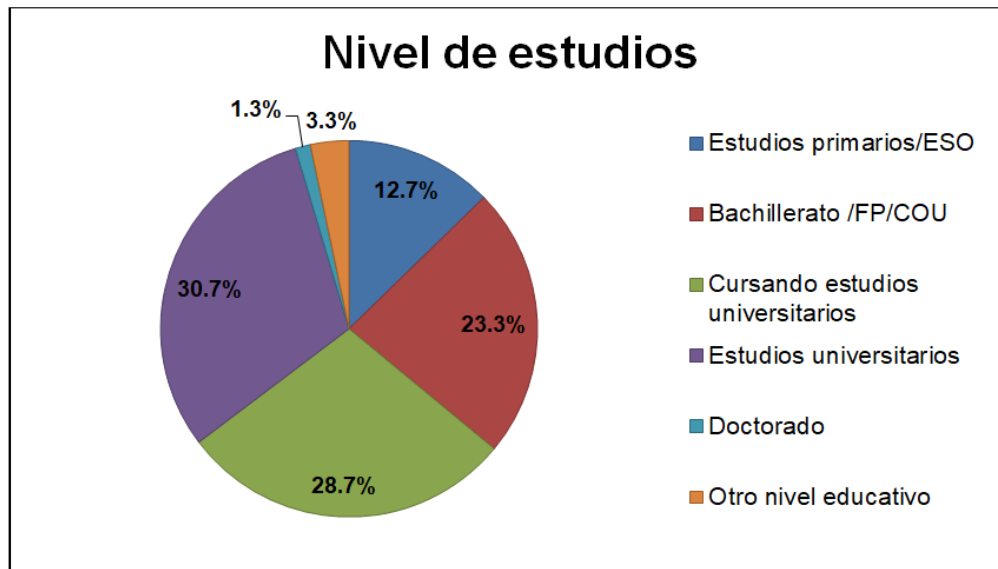


Figura 1: Nivel educativo

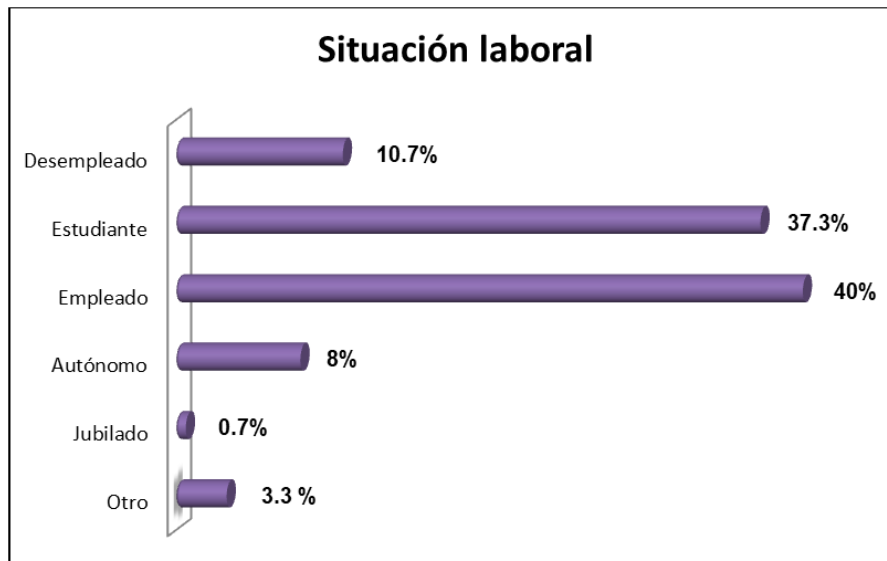


Figura 2: Situación Laboral

## Instrumentos

Para esta investigación se elaboró un cuestionario en el que se recogió información sociodemográfica como el género, la edad, el estado civil, el nivel de estudios, la clase social a la que los individuos creen que pertenecen, la situación laboral, el nivel económico familiar y el tipo de alimentación dominante (omnívora, vegetariana, vegana y otro). Asimismo, se incluyeron una serie de escalas para medir los valores, las creencias generales sobre el medio ambiente y el comportamiento frugal, que se respondieron a través de una escala Likert de 7 puntos, en la que se señalaba el grado de acuerdo o desacuerdo, a excepción de la escala de valores en la que se indicaba el grado de identificación.

Los instrumentos utilizados fueron:

Las creencias ambientales se midieron con las escalas NEP y NHIP:

- Nuevo Paradigma Ecológico (NEP) de Sanz y Guillén (2005), versión adaptada a español de la escala New Ecologic Paradigm de Dunlap et al (2000). La escala mide las creencias generales que tienen las personas acerca del medio ambiente y está compuesto por 15 ítems.



- Nuevo Paradigma de Interdependencia Humana (NHIP) de Hernández, Suárez, Corral-Verdugo & Hess, (2012), que mide las creencias relacionadas con la interdependencia del ser humano con el medio ambiente, la compatibilidad entre el desarrollo humano y la conservación del medio y el uso responsable de los recursos naturales. El instrumento está constituido por 16 ítems.
- La escala de valores de Amérigo y González (2000), que es una adaptación española de la escala de valores de Schwartz (1992) del cual coge 14 valores y los otros 2 valores se contemplan en el trabajo de Stern, Dietz, Kalof y Guagnano (1995), en concreto, “Respeto por la tierra” y “Evitando la contaminación”. El instrumento está compuesto por 16 ítems que miden cuatro factores: valores hedonistas, valores biosféricos, valores egoístas y valores altruistas.
- Escala de frugalidad de Muiños, Suárez, Hess, y Hernández (2015) que está basada en la escala de Lastovicka et al. (1999). Ésta se centra más en la restricción voluntaria y el uso ingenioso de recursos y menos en aspectos monetarios. El instrumento consta de 10 ítems.

### **Procedimiento**

La recogida de datos se llevó a cabo mediante un cuestionario online a través de Google Documents, el cual fue publicado por diversas redes sociales como Twitter, Facebook e Instagram. En éste se explicó brevemente que el tratamiento de los datos era con fines académicos y se informó de que la participación era voluntaria y anónima. Igualmente, se pidió a los participantes que contestaran con la mayor sinceridad posible dado que no existían respuestas correctas o incorrectas. La duración estimada para la cumplimentación del cuestionario estaba entre 10 y 15 minutos.

### **Análisis de datos**

Los datos fueron agrupados y codificados en el programa Excel y posteriormente analizados en el programa IBM SPSS Statistics 22. Para empezar, se calculó la fiabilidad de cada una de las escalas que se pueden



apreciar en la tabla 2. Después, se calcularon las medias de las escalas NHIP, NEP, frugalidad, valores egoístas, valores hedonistas, valores altruistas y valores biosféricos. Seguidamente, se separó a la población omnívora de la vegana-vegetariana y se les asignó valores numéricos, para los veganos-vegetarianos el valor 1 y para los omnívoros el valor 2. A continuación, se realizaron dos matrices de correlaciones y dos regresiones múltiples, para cada uno de los grupos. Para terminar, se realizaron seis contrastes t de medias independientes.

## Resultados

En primer lugar, se halló la consistencia interna de las escalas mediante alfa de Cronbach ( $\alpha$ ), los resultados obtenidos se pueden observar en la tabla 2.

TABLA 2

*Media, Desviación típica y fiabilidad de las escalas*

Escalas	Media	Desviación típica	Alfa
Valores altruistas	6.19	0.83	0.65
Valores egoístas	3.41	1.17	0.69
Valores hedonistas	5.72	0.93	0.62
Valores biosféricos	6.04	1.06	0.88
NEP	5.85	0.74	0.74
NHIP	6.10	0.69	0.86
Frugalidad	5.71	0.89	0.85

En el caso de la escala NEP, al encontrar correlaciones negativas en dos ítems se procedió a eliminarlos para aumentar la consistencia interna. En general, la fiabilidad de las escalas es alta, por encima de 0.70, a excepción de las escalas de valores altruistas y valores egoístas, que son ligeramente inferiores, siendo la consistencia interna de los valores hedonistas la que presenta una puntuación más baja. Por lo tanto, en función de los datos obtenidos se puede decir que los constructos han sido medidos de forma





correcta o, en otras palabras, han sido entendidos adecuadamente por los participantes.

Posteriormente, se crearon variables que representan la media de los ítems de cada una de las escalas, las cuales fueron utilizadas para hallar las correlaciones y la regresión múltiple. Después, se separó a la población omnívora de la vegana-vegetariana y se realizaron dos matrices de correlaciones para cada uno de los grupos, para determinar el grado de relación entre las variables estudiadas.

TABLA 3

*Matriz de correlaciones entre las variables en la muestra vegana-vegetariana*

	NHIP	NEP	Fru.	Val. Ego.	Val. Hedo.	Val. Altru.	Val. Bios.
NHIP	1						
NEP	<b>.453**</b>	1					
Fru.	<b>.370**</b>	.209	1				
Val. Ego.	-.208	<b>-.295*</b>	-.192	1			
Val. Hedo.	.223	.144	.021	.103	1		
Val. Altru.	<b>.397**</b>	.182	.260	.125	<b>.526**</b>	1	
Val. Bios.	<b>.498**</b>	.248	.215	.067	<b>.441**</b>	<b>.708**</b>	1

\* La correlación es significativa en el nivel .05 ( $p < .05$ )

\*\* La correlación es significativa en el nivel .01 ( $p < .01$ )

En negrita se señalan las correlaciones significativas.

Fru. = frugalidad; Val. Ego. = Valores egoístas; Val. Hedo. = Valores hedonistas; Val. Altru. = Valores altruistas; Val. Bios. = Valores biosféricos.

En la matriz de correlaciones del grupo de veganos-vegetarianos que refleja la tabla 3, se puede observar que la escala NHIP obtiene correlaciones significativas de magnitud baja con frugalidad ( $r = .370$ ;  $p < .01$ ) y con los valores altruistas ( $r = .397$ ;  $p < .01$ ). Igualmente, se relacionó significativamente con el NEP ( $r = .453$ ;  $p < .01$ ) y con los valores biosféricos ( $r = .498$ ;  $p < .01$ ) con una magnitud moderada en ambos casos. Por otro lado la escala NEP sólo obtuvo una correlación negativa con los valores egoístas ( $r = -.295$ ;  $p < .05$ ) de



magnitud baja, además de la correlación con la escala NHIP ya mencionada. Por último, respecto a las interrelaciones entre los valores, se encontró que los valores hedonistas correlacionaron significativamente y de forma moderada con los valores altruistas ( $r = .526$ ;  $p < .01$ ) y los valores biosféricos ( $r = .441$ ;  $p < .01$ ). Además, los valores altruistas presentaron una correlación significativa y alta con los valores biosféricos ( $r = .708$ ;  $p < .01$ ).

TABLA 4

*Matriz de correlaciones entre las variables en la muestra omnívora*

	NHIP	NEP	Fru.	Val. Ego	Val. Hedo	Val. Altru.	Val. Bios.
NHIP	1						
NEP	<b>.438**</b>	1					
Fru.	<b>.279**</b>	.008	1				
Val. Ego.	-.055	<b>-.238*</b>	-.035	1			
Val. Hedo.	<b>.354**</b>	.084	<b>.256*</b>	<b>.228*</b>	1		
Val. Altru.	<b>.281**</b>	<b>.224*</b>	.027	.049	<b>.492**</b>	1	
Val. Bios.	<b>.383**</b>	.064	<b>.277**</b>	-.018	<b>.544**</b>	<b>.578**</b>	1

\* La correlación es significativa en el nivel .05 ( $p < .05$ )

\*\* La correlación es significativa en el nivel .01 ( $p < .01$ )

En negrita se señalan las correlaciones significativas.

Fru. = frugalidad; Val. Ego. = Valores egoístas; Val. Hedo. = Valores hedonistas; Val. Altru. = Valores altruistas; Val. Bios. = Valores biosféricos.

Como se observa en la tabla 4, correspondiente a la matriz de correlaciones del grupo de omnívoros, la escala NHIP presenta una correlación significativa y baja con frugalidad ( $r = .279$ ;  $p < .01$ ), los valores hedonistas ( $r = .354$ ;  $p < .01$ ), los valores altruistas ( $r = .281$ ;  $p < .01$ ) y los valores biosféricos ( $r = .383$ ;  $p < .01$ ). Además, de una correlación significativa moderada con la escala NEP ( $r = .438$ ;  $p < .01$ ). La escala NEP presenta una correlación significativa negativa con los valores egoístas ( $r = -.238$ ;  $p < .05$ ) y una correlación significativa con los valores altruistas ( $r = .224$ ;  $p < .05$ ), que ambos casos muestran una magnitud baja. Igualmente, presenta una correlación



significativa con la escala NHIP, ya mencionada. En cuanto a la escala de frugalidad mostró correlaciones significativas bajas con los valores hedonistas ( $r = .256$ ;  $p < .05$ ) y los valores biosféricos ( $r = .277$ ;  $p < .01$ ), además de la correlación con la escala NHIP. En cuanto a las interrelaciones entre los valores, se observa que los valores egoístas obtienen una correlación significativa baja con los valores hedonistas ( $r = .228$ ;  $p < .05$ ). Por otro lado, los valores hedonistas presentan correlaciones significativas moderadas con los valores altruistas ( $r = .492$ ;  $p < .01$ ) y los valores biosféricos ( $r = .544$ ;  $p < .01$ ). Y por último, los valores altruistas presentan una correlación significativa moderada con los valores biosféricos ( $r = .578$ ;  $p < .01$ ).

Además, se realizaron dos análisis de regresión por pasos. Para los que se utilizaron como variable dependiente la conducta frugal y como variables independientes los valores egoístas, los valores hedonistas, los valores altruistas, los valores biosféricos, las creencias NEP y las creencias NHIP. Con el objetivo de predecir que variables influyen en el comportamiento frugal en cada uno de los grupos.

TABLA 5

*Análisis de regresión múltiple del grupo vegano-vegetariano*

	Beta	t	Sig.
(Constante)		2.448	.018
NHIP	<b>.370</b>	2.758	<b>.008</b>
NEP	.052	.342	.734
Valores Egoístas	-.120	-.876	.385
Valores Hedonistas	-.064	-.464	.645
Valores Altruistas	.134	.916	.364
Valores Biosféricos	.041	.264	.793

En negrita se señala el p valor significativo con su beta correspondiente.

Como se puede observar en las tablas 5 y 6, en las regresiones realizadas para ambos grupos los resultados mostraron que la única variable significativa es el NHIP, con una  $\beta = .370$ ,  $F = 7.606$  y  $p < .01$  para los



veganos-vegetarianos y para los omnívoros con una  $\beta = .279$ ,  $F = 8.285$  y  $p < .01$ . En el caso de los omnívoros el coeficiente de determinación señala que el 7.8 % de la varianza de frugalidad es explicada por las creencias NHIP, mientras que en los veganos-vegetarianos explica el 13.7 %. El resto de variables fueron excluidas.

TABLA 6

*Análisis de regresión múltiple del grupo omnívoro*

	Beta	t	Sig.
(Constante)		4.707	.000
NHIP	<b>.279</b>	2.878	<b>.005</b>
NEP	-.142	-1.319	.190
Valores Egoístas	-.020	-.202	.840
Valores Hedonistas	.180	1.755	.082
Valores Altruistas	-.056	-.552	.582
Valores Biosféricos	.200	1.928	.057

En negrita se señala el p valor significativo con su beta correspondiente.

Por último, se realizaron seis contrastes t para muestras independientes, uno por cada una de las variables estudiadas. Con la finalidad de determinar si existían diferencias entre los grupos veganos-vegetarianos y omnívoros, en las variables de comportamiento frugal, las creencias ambientales y los valores. Los contrastes se realizaron con un nivel de confianza de 95 % y un error alfa del 5 %.

Respecto a las creencias NHIP en la prueba de Levene se asumieron varianzas homogéneas ( $F = 2.387$ ;  $p > .05$ ) y no se encontraron diferencias significativas entre el grupo vegano-vegetariano y el grupo omnívoro. Mientras que en las creencias NEP se encontró que los veganos-vegetarianos tienen creencias NEP significativamente mayores que los omnívoros ( $t(129.106) = 3.681$ ,  $p < .05$ ). Para este contraste se asumieron varianzas heterogéneas ( $F = 5.290$ ;  $p < .05$ ).



Para el comportamiento frugal se asumieron varianzas iguales ( $F = .000$ ;  $p > .05$ ) en la prueba de Levene y no se encontraron diferencias significativas entre los grupos considerados.

En cuanto a los valores egoístas, se asumieron varianzas heterogéneas ( $F = 4.420$ ;  $p < .05$ ) y no se encontraron diferencias significativas entre veganos-vegetarianos y omnívoros. Igualmente, no se encontraron diferencias significativas entre ambos grupos en los valores altruistas, para este contraste se asumieron varianzas homogéneas ( $F = .769$ ;  $p > .05$ ).

Por otro lado, para los valores hedonistas se asumieron varianzas iguales ( $F = .484$ ,  $p > .05$ ), al igual que en los valores biosféricos ( $F = 1.974$ ,  $p > .05$ ). En ambos valores se encontró que la probabilidad del estadístico de contraste o el p valor obtenido son datos marginales significativos, dado que el p valor estaba próximo a ser menor o igual al criterio probabilístico (5 %). Para los valores hedonistas se obtuvo una p valor de .064 y una  $t(148) = 1.864$  y para los valores biosféricos una p valor de .066 y una  $t(148) = 1.851$ . En ambos casos, la medias obtenidas indican que el grupo de veganos-vegetarianos es el que presenta una tendencia a tener más valores hedonistas y biosféricos en comparación con el grupo de omnívoros. En la figura 1 se pueden observar las medias de los grupos en cada una de las variables.

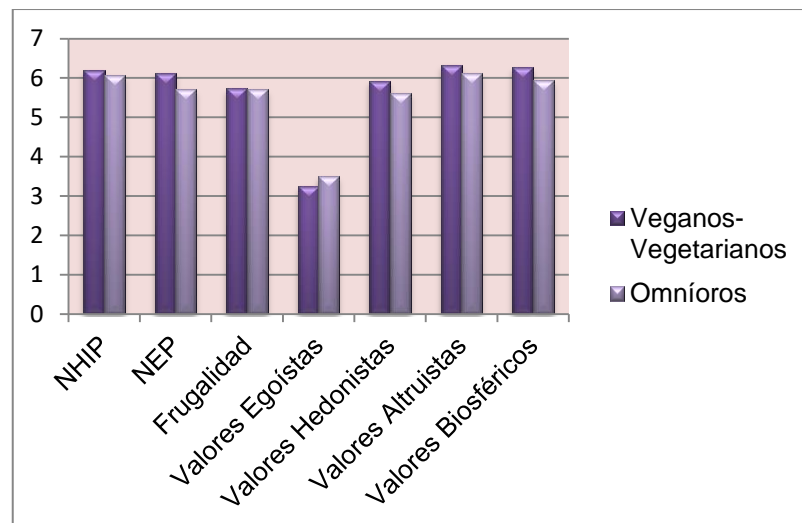


Figura 1: Medias de los grupos vegano-vegetariano y omnívoro en las variables estudiadas



## Discusión

En las correlaciones que se realizaron, para el grupo de veganos-vegetarianos se encontró que a medida que aumentaban las creencias NHIP también lo hacían las creencias NEP, los valores altruistas, los valores biosféricos y la conducta frugal. Igualmente, se observó que a medida que aumentaban los valores hedonistas también se elevaban los valores altruistas y biosféricos. Mientras que para las creencias NEP se obtuvo una relación inversa con los valores egoístas, es decir, a medida que aumentan las creencias NEP menos valores egoístas se poseen.

Para los omnívoros se observó que cuando aumentaban las creencias NHIP también lo hacían las creencias NEP, los valores hedonistas, los valores altruistas, los valores biosféricos y la conducta frugal. Asimismo, a medida que aumentaba la conducta frugal lo hacían los valores hedonistas, los valores altruistas y las creencias NHIP. Respecto a las creencias NEP, cuando éstas aumentaban también lo hacían los valores altruistas y, al igual que con los veganos-vegetarianos, se encontró que cuando éstas crecían, disminuían los valores egoístas. En cuanto a los valores, se observa que a medida que aumentan los valores hedonistas también lo hacen los valores altruistas y biosféricos, al igual que ocurría en el grupo vegano-vegetariano. Además, se halló que cuando aumentaban los valores altruistas también lo hacían los biosféricos.

Por otro lado, en las regresiones lineales se encontró que la frugalidad era influenciada por las creencias NHIP en ambos grupos, explicando en el caso de los veganos-vegetarianos 13.7 % de varianza de frugalidad y en los omnívoros el 7.8 % de la varianza, observándose una mayor proporción de varianza en el grupo vegano-vegetariano.

Por último, se confirma que el grupo de veganos-vegetarianos poseen más creencias NEP y se observa una tendencia que señala que tienen más valores hedonistas y valores biosféricos en comparación con el grupo de omnívoros. No obstante, no se encontró evidencia de que los veganos-vegetarianos tuvieran más creencias NHIP y fueran más frugales que los omnívoros.



Asimismo, a pesar de haber encontrado que los veganos-vegetarianos presentan más tendencia a tener valores hedonistas y biosféricos, no se observan diferencias entre ambos grupos en el comportamiento frugal. Por lo tanto, la visión de que veganos-vegetarianos tengan un comportamiento más frugal que los omnívoros no se cumple y no se encuentra una explicación para estos datos. Por consiguiente, no se obtienen resultados similares a los encontrados por Kareklas y Carlson (2014), que observaron que la combinación de consideraciones egoístas y altruistas impulsaba la compra de alimentos orgánicos.

Respecto a los motivos para adoptar un tipo de alimentación vegana-vegetariana, parece que el respeto y cuidado hacia el medio ambiente no es uno de los que juegue un peso considerable en esta elección, al menos en cuanto a la conducta frugal se refiere. Por lo que, en la muestra de personas veganas-vegetarianas obtenida para esta investigación, los motivos de salud personal, el respeto hacia los animales y otras personas podría tener un mayor peso en la elección de este estilo de alimentación. Igualmente, no parece que este estilo de alimentación conlleve tener una mayor cultura ambiental.

Por otro lado, las medias de ambos grupos en los valores altruistas, los valores biosféricos, las creencias NHIP y el comportamiento frugal son similares y están por encima de la media. Esto nos estaría indicando que la conciencia acerca de los problemas ecológicos y la cultura ambiental está cada vez más presente en los individuos, aunque se hace evidente la necesidad de seguir elevando el nivel de cultura ambiental en las personas, pues como señalan Ferrer, Menéndez y Gutiérrez (2004), es de vital importancia incidir en la cultura ambiental de la población por medio de la educación, que es la manera en que el individuo construye conocimientos, interioriza la cultura, redirige sus valores, cambia sus comportamientos y contribuye en la modificación de la realidad del medio ambiente, abordando los problemas ambientales desde los valores, las creencias, las actitudes y los comportamientos ecológicos (Bayón y Morejón, 2005).



En este mismo sentido, Berenguer y Corraliza (2000) identifican como determinantes de la conducta ambiental a los valores y las creencias ambientales, dado que la interacción de estos y otros factores internos y externos de la persona determinarán la realización de la conducta ecológica. Igualmente, Stern, Dietz y Kalof (1993) y Stern y Dietz (1994) señalaron que los valores influyen directamente sobre la intención de realizar diversas conductas proambientales e, indirectamente, a través de las creencias. Por lo tanto, se hace evidente la importancia de incidir en los valores y creencias de las personas, para lograr un mayor nivel de cultura ambiental en la población que dé paso a la realización de conductas pro-ecológicas.

El estudio presenta algunas limitaciones que se deben tener en cuenta. En primer lugar, la muestra utilizada, dado que el número de mujeres era notablemente mayor que el de hombres (110 mujeres, 35 hombres, 2 personas prefirieron no decir cuál era su género y 3 personas marcaron la opción “otra”) los resultados obtenidos sólo podrían ser aplicables a mujeres. Además, sería conveniente aumentar la muestra respecto al tipo de alimentación vegana-vegetariana que fue considerablemente menor respecto a la de omnívoros (50 veganos-vegetarianos y 100 omnívoros) y es una limitación que igualmente podría estar influyendo en los resultados. Por otro lado, para futuras investigaciones sería conveniente tener en cuenta la deseabilidad social, ya que los participantes podrían haber contestado lo que ellos creían que se espera de ellos.





## Referencias

- Aaker, J. L. y Williams, P. (1998) Empathy versus Pride: The Influence of Emotional Appeals across Cultures, *Journal of Consumer Research*, 25 (December), 241-261.
- Aguilar-Luzón, M.C., García, J.M.A. y Monteoliva, A. (2005). Influencia de las normas, los valores, las creencias proambientales y la conducta pasada sobre la intención de reciclar. *Revista medio ambiente y comportamiento humano*. 6(1), 23-36.
- Amérigo, M., y González, A. (2000). Los valores y las creencias medioambientales en relación con las decisiones sobre dilemas ecológicos. *Estudios de psicología*, 22(1), 65-73.
- Aragónés, J.I., y Amérigo, M.. (1991). Un estudio empírico sobre las actitudes ambientales. *Revista de Psicología Social*, 6 (2): 223-240.
- Bayón, P. (2006). Educación ambiental, participación y transformación social sostenible en Cuba. *Revista Interface*, 3(3), 89-104. Recuperado de <https://sistemas.uft.edu.br/periodicos/index.php/interface/issue/view/33>
- Bayón, P. y Morejón, A. (2005). Cultura ambiental y la construcción de entornos de reproducción social en Cuba: un reto para el siglo 21. *Instituto de Filosofía, Ministerio de Ciencia, Tecnología y Medio Ambiente*, 1-6. Recuperado de <http://biblioteca.clacso.edu.ar/ar/libros/cuba/if/marx/documentos/22/Cultura%20ambiental%20y%20la%20construcci%F3n%20de%20entornos%20de....pdf>



- Bechtel, R. B., Corral Verdugo, V., y de Queiroz Pinheiro, J. (1999). Environmental belief systems: United States, Brazil, and Mexico. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 30, 122-128.
- Beldarrín, E. (2004). En torno al término cultura. *Horizontes*. Universidad Católica de Puerto Rico: Puerto Rico.
- Berenguer, J.M. y Corraliza, J.A. (2000). Preocupación Ambiental y comportamientos ecológicos. *Psicothema*, 12(3), 325-329.
- Berenguer, J.M., Corraliza, J.A, Martín, R., y Oceja, L. (2001). Preocupación ecológica y acciones ambientales. Un proceso interactivo. *Estudios de Psicología*, 22, 1, 37-52.
- Castillo, L. (2009). Referentes teóricos metodológicos de la cultura ambiental en el diagnóstico comunitario. Recuperado de <http://www.gestiopolis.com/administracion-estrategia/metodologia-de-la-cultura-ambiental.htm>
- Castro, P., y Lima, M. L. (2001). Old and new ideas about the environment and science: An exploratory study. *Environment and Behavior*, 33, 400-423.
- Castro, R. (2001). Naturaleza y función de las actitudes ambientales. *Estudios de Psicología*, 22, 1, 11-22.
- Corral-Verdugo, V., y Armendariz, L. I. (2000). The “new environmental paradigm” in a Mexican community. *The Journal of Environmental Education*, 31, 25-31.



- Corral-Verdugo, V., Carrus, G., Bonnes, M., Moser, G., y Sinha, J. B. (2008). Environmental beliefs and endorsement of sustainable development principles in water conservation: toward a new human interdependence paradigm scale. *Environment and Behavior*, 40(5), 703-725.
- Corral-Verdugo, V., y Pinheiro, J. D. Q. (2004). Aproximaciones al estudio de la conducta sustentable. *Medio Ambiente y Comportamiento Humano*, 5(1), 1–26.
- De Young, R. (1990). Some psychological aspects of living lightly: Desired lifestyle patterns and conservation behavior. *Journal of Environmental Systems*, 20, 215–227. doi:10.2190/030Q-Q4KE-7YFB-4Q0F
- De Young, R. (2000). New ways to promote proenvironmental behavior: Expanding and evaluating motives for environmentally responsible behavior. *Journal of Social Issues*, 56, 509–526. doi:10.1111/0022-4537.00181
- Dunlap, R. E. y Van Liere, K. D. (1978). The New Environmental Paradigm. *Journal of Environmental Education*, 9, 10-19.
- Dunlap, R. E., Van Liere, K. D., Merting, A. G. y Jones, R. E. (2000). Measuring endorsement of the New Ecological Paradigm: A revised NEP scale. *Journal of Social Issues*, 56(3), 425-442.
- Ferrer, B., Menéndez, L. y Gutiérrez, M. (2004). La cultura ambiental por un desarrollo sano y sostenible. La experiencia de Cayo Granma. *Revista Electrónica*. 59-79. Recuperado de <https://docplayer.es/30245314-La->



[cultura-ambiental-por-un-desarrollo-sano-y-sostenible-la-experiencia-de-cayo-granma.html](#)

Hernández, B., Suárez, E., Corral-Verdugo, V., & Hess, S. (2012). The relationship between social and environmental interdependence as an explanation of proenvironmental behavior. *Human Ecology Review*, 19(1), 1–9.

Kareklas, I. y Jeffrey R. Carlson, J.R. (2014). I Eat Organic for My Benefit and Yours: Egoistic and Altruistic Considerations for Purchasing Organic Food and Their Implications for Advertising Strategists. *Journal of Advertising*, 43 (1), 18-32. doi: 10.1080/00913367.2013.799450

Lastovicka, J. L., Bettencourt, L. A., Hughner, R. S., & Kuntze, R. J. (1999). Lifestyle of the tight and frugal: Theory and measurement. *Journal of consumer research*, 26(1), 85-98.

Miranda, L. M (2013). Cultura ambiental: un estudio desde las dimensiones de valor, creencias, actitudes y comportamientos ambientales. *Producción + Limpia*, volumen 8 (2), 94-105.

Muiños, G., Suárez, E., Hess, S., & Hernández, B. (2015). Frugality and psychological wellbeing. The role of voluntary restriction and the resourceful use of resources/Frugalidad y bienestar psicológico. El papel de la restricción voluntaria y el uso ingenioso de recursos. *Psycology*, 6(2), 169-190.

Pirages, D. C., & Ehrlich, P. R. (1974). *Ark II: Social response to environmental imperatives*. San Francisco: W. H. Freeman.



- Rick, S. I., Cryder, C. E., & Loewenstein, G. (2008). Tightwads and spendthrifts. *Journal of Consumer Research*, 34, 767–782.
- Roque, M. (2003). Una concepción educativa para el desarrollo de la cultura ambiental desde una perspectiva cubana. *IV Congreso Iberoamericano de Educación Ambiental*, (pp. 1-29). La Habana.
- Sanz, L. V., & Guillén, C. S. J. (2005). Escala nuevo paradigma ecológico: propiedades psicométricas con una muestra española obtenida a través de internet. *Medio ambiente y comportamiento humano*, 6(1), 37-49.
- Schwartz, S. H. (1968) Words, deeds and perception of consequences and responsibility in action situations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 10, 232-242.
- Schwartz, S. H. (1977). Normative influences on altruism. En L. Berkowitz (Ed.), *Advances in experimental social psychology*, 10 (pp. 221-279). Nueva York: Academic Press.
- Schwartz, S. H. (1992). Universals in the content and structure of values, Theoretical advances and empirical test in 20 countries. *Advances in Experimental Social Psychology*, 10, 221-279.
- Sosa, S.; Isaac, R.; Eastmond, A.; Ayala, M. & Arteaga, M. (2010). Educación superior y cultura ambiental en el suroeste de México. *Universidad y Ciencia, Trópico Húmedo*, 26(1), 33-49. Recuperado de [http://www.publicaciones.ujat.mx/publicaciones/uciencia/abril\\_2010/3--isaac3.pdf](http://www.publicaciones.ujat.mx/publicaciones/uciencia/abril_2010/3--isaac3.pdf)



- Steg, L. (2016). Values, Norms, and Intrinsic Motivation to Act Pro-Environmentally. *Annual Review of Environment and Resources*, 41(1).
- Stern, P. C. (1992). What Psychology knows about energy conservation. *American Psychologist*, 47, 1124-1132.
- Stern, P. C. (2000). New environmental theories: toward a coherent theory of environmentally significant behavior. *Journal of social issues*, 56(3), 407-424.
- Stern, P.C. y Dietz, T. (1994). The value basis of environmental concern. *Journal of Social Issues*, 50, 3, 65-84.
- Stern, P.C., Dietz, T. y Kalof (1993). Value orientations, gender, and environmental concern. *Environment and Behavior*, 25, 322-348.
- Stern, P.C., Dietz, T., Kalof, L. y Guagnano, G. A. (1995). Values, beliefs and proenvironmental action: Attitude formation toward emergent attitude objects. *Journal of Applied Social Psychology*, 25 (18), 1661-1636.
- Stern, P. C., Dietz, T., Abel, T. D., Guagnano, G. A., & Kalof, L. (1999). A value-belief-norm theory of support for social movements: The case of environmentalism. *Human ecology review*, 6(2), 81-97.
- Suitner, C. y Maass, A. (2008), The Role of Valence in the Perception of Agency and Communion, *European Journal of Social Psychology*, 38 (7), 1073-1082.



Terán de Serrentino, M., Bermúdez, A., Castillo, M. (2013). Relación entre valores, normas y creencias proambientales y actitudes hacia el reciclaje. *Educere. La revista venezolana de la educación*, 17(57), 261-269. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=35630152005>

Thompson, S. C. G., & Barton, M. A. (1994). Ecocentric and anthropocentric attitudes toward the environment. *Journal of environmental Psychology*, 14(2), 149-157.

### **Bibliografía**

Razones para ser vegetariano, vegano o flexitariano (s.f). Recuperado de: <https://blogsostenible.wordpress.com/ecoarticulos/agua-y-comida/razones-para-ser-vegetariano/>