



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM NUTRIÇÃO

Lorena Cristina Guerreiro Gatinho

**Práticas e percepções de adolescentes sobre seu envolvimento em atividades
culinárias no ambiente doméstico**

Florianópolis

2024

Lorena Cristina Guerreiro Gatinho

**Práticas e percepções de adolescentes sobre seu envolvimento em atividades
culinárias no ambiente doméstico**

Dissertação submetida ao Programa de Pós-Graduação em Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina como requisito parcial para a obtenção do título de Mestra em Nutrição.

Orientadora: Prof.(a) Giovanna Medeiros Rataichesck Fiates, Dr^a.

Florianópolis

2024

Gatinho, Lorena Cristina Guerreiro

Práticas e percepções de adolescentes sobre seu
envolvimento em atividades culinárias no ambiente
doméstico / Lorena Cristina Guerreiro Gatinho ;
orientadora, Giovanna Medeiros Rataichesk Fiates, 2024.
80 p.

Dissertação (mestrado) - Universidade Federal de Santa
Catarina, Centro de Ciências da Saúde, Programa de Pós-
Graduação em Nutrição, Florianópolis, 2024.

Inclui referências.

1. Nutrição. 2. Adolescente. 3. Culinária. 4.
Percepção. 5. Práticas. I. Fiates, Giovanna Medeiros
Rataichesk. II. Universidade Federal de Santa Catarina.
Programa de Pós-Graduação em Nutrição. III. Título.

Lorena Cristina Guerreiro Gatinho

**Práticas e percepções de adolescentes sobre seu envolvimento em atividades
culinárias no ambiente doméstico**

O presente trabalho em nível de Mestrado foi avaliado e aprovado, em 12 de dezembro de 2023, pela banca examinadora composta pelos seguintes membros:

Profa. Amanda Bagolin do Nascimento, Dra. (membro)
Universidade Federal de Santa Catarina

Profa. Greyce Luci Bernardo, Dra. (membro)
Universidade Federal de Santa Catarina

Profa. Manuela Mika Jomori, Dra. (membro)
Universidade Federal de Santa Catarina

Certificamos que esta é a versão original e final do trabalho de conclusão que foi julgado adequado para obtenção do título de Mestra em Nutrição pelo Programa de Pós-Graduação em Nutrição.

Profa. Ana Carolina Fernandes, Dra.
Coordenadora do Programa de Pós-Graduação

Profa. Giovanna Medeiros Rataichesk Fiates, Dra.
Orientadora

Florianópolis, 2024.

AGRADECIMENTOS

Agradeço,

À minha família, em especial aos meus pais Elane e Batista que sempre me incentivam a seguir me aperfeiçoando nos estudos. Ao Felipe, meu parceiro incondicional, por todo suporte e incentivo, mesmo quando parecia impossível.

À minha orientadora Profa. Dra. Giovanna Rataichesk Fiates por toda empatia, palavras de encorajamento e apoio nesse processo. À colega de mestrado Laura que sempre se mostrou disposta a conversar e me auxiliar quando dúvidas surgiam e à Anice Camargo que foi essencial nas últimas semanas de escrita da dissertação e manuscrito. Vocês foram grandes incentivadoras e ampliaram meu olhar em relação à vida acadêmica.

À Universidade Federal de Santa Catarina, pelas oportunidades a mim oferecidas. Ao Programa de Pós-Graduação em Nutrição pelo acolhimento e ensinamentos.

Ao grupo de pesquisa Nutrição em Produção de Refeições (NUPPRE) pela oportunidade de conhecer, mesmo que virtualmente, grandes pesquisadores (professores e alunos).

À Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES), pela concessão da bolsa de estudos que me permitiu cursar o mestrado. A todos que contribuíram direta ou indiretamente com a construção desta dissertação, meu muito obrigada!

RESUMO

A insuficiência de habilidades culinárias para o preparo de refeições pode levar à dependência de alimentos industrializados prontos para consumo e conseqüentemente a um consumo alimentar nutricionalmente inadequado. Em contrapartida, uma maior dedicação ao preparo de alimentos em casa associa-se a uma melhor qualidade na dieta, a um maior consumo de alimentos in natura ou minimamente processados como frutas, vegetais e cereais e a um menor consumo de alimentos ultraprocessados. Estudos sobre o envolvimento de jovens na preparação de alimentos sugerem um potencial desenvolvimento de padrões dietéticos e preferências alimentares que podem ter implicações de longo prazo para a saúde e que o envolvimento de adolescentes com a culinária doméstica envolve normas de gênero e habilidades culinárias específicas vinculadas à idade e ao tipo de alimento, além de ser vista como uma importante contribuição familiar. Porém, foram identificados poucos estudos caracterizando as práticas culinárias e percepções de adolescentes no ambiente doméstico, sendo apenas um deles, realizado com adolescentes Brasileiros. No Brasil, ainda não se explorou como acontece o envolvimento de adolescentes na preparação de alimentos. Este estudo investigou as percepções e práticas de adolescentes sobre sua participação em atividades culinárias no ambiente doméstico. Trata-se de uma pesquisa qualitativa, exploratória e descritiva com uma amostra intencional de adolescentes de ambos os sexos (n = 12, média de idade 14,6 ± 2,3 anos) residentes na região metropolitana de um estado brasileiro. A coleta de dados ocorreu por meio de entrevistas semiestruturadas online, que foram transcritas e submetidas à Análise de Conteúdo. Nove adolescentes relataram preparar tanto lanches como refeições mais elaboradas para o almoço ou o jantar, para toda a família e para amigos, sozinhos a maior parte das vezes. Cinco participantes informaram ter autonomia para decidir o que será preparado. As refeições do final de semana foram citadas como mais elaboradas e diferentes como lasanha e panqueca, enquanto as da semana eram mais simples como arroz e feijão. As principais motivações citadas para começar a cozinhar, foram: necessidade devido aos horários de trabalho dos pais, ver os próprios familiares cozinhando, ter vontade de comer alguma preparação específica, querer ter uma alimentação mais saudável e assistir programas de culinária na TV. Os adolescentes relataram gostar de cozinhar e mencionaram aspectos positivos relacionados ao cuidado com a família e amigos, sensação de bem-estar, aspectos de promoção da convivialidade, autonomia e variedade alimentar. A presença de um familiar referência na cozinha, prazer, interesse e contato precoce com o preparo de refeições foram reconhecidos como influências para a própria prática de cozinhar. Os adolescentes eram autônomos para cozinhar diferentes preparações para si e outras pessoas, mas a falta de tempo para o preparo de refeições foi percebida como uma barreira para envolver-se com o ato de cozinhar. Os resultados podem informar a elaboração de ações direcionadas ao desenvolvimento de habilidades culinárias por adolescentes.

Descritores: Adolescente; Culinária; Percepção; Práticas.

ABSTRACT

Insufficient culinary skills to prepare meals can lead to dependence on ready-to-eat processed foods and consequently to nutritionally inadequate food consumption. On the other hand, greater dedication to preparing food at home is associated with better diet quality, a greater consumption of fresh or minimally processed foods such as fruits, vegetables and cereals and a lower consumption of ultra-processed foods. Studies of youth involvement in food preparation suggest the potential development of dietary patterns and food preferences that may have long-term health implications and that adolescent involvement in home cooking involves gender norms and specific cooking skills linked to age and type of food, in addition to being seen as an important family contribution. However, few studies were identified characterizing the culinary practices and perceptions of adolescents in the domestic environment, with only one of them being carried out with Brazilian adolescents. In Brazil, the involvement of adolescents in food preparation has not yet been explored. This study investigated adolescents' perceptions and practices regarding their participation in culinary activities at home. A qualitative, exploratory and descriptive research design with an intentional sample of adolescents of both sexes ($n = 12$, mean age 14.6 ± 2.3 years) living in the metropolitan region of a Brazilian state was employed. Data collection took place through online semi-structured interviews, which were transcribed and submitted to Content Analysis. Nine adolescents reported preparing both snacks and more elaborate meals for lunch or dinner, for the whole family and friends, alone most of the time. Five participants reported having autonomy to decide what will be prepared. Weekend meals were cited as more elaborate and different, such as lasagna and pancakes, while weekday meals were simpler, such as rice and beans. The main motivations cited for starting to cook were: necessity due to parents' work schedules, seeing their own family members cooking, wanting to eat a specific preparation, wanting to have a healthier diet and watching cooking shows on TV. Adolescents reported enjoying cooking and mentioned positive aspects related to caring for family and friends, feeling of well-being, aspects of promoting conviviality, autonomy and food variety. The presence of a family member in the kitchen, pleasure, interest and early contact with meals' preparation were recognized as influences on the practice of cooking. Adolescents were autonomous in cooking different preparations for themselves and other people, but the lack of time to prepare meals was perceived as a barrier to getting involved in the act of cooking. The results can inform the development of actions aimed at developing culinary skills among adolescents.

Keywords: Adolescent; Cooking; Perception; Practices.

LISTA DE FIGURAS

Figura	1	–	Estrutura	geral	da	dissertação	
						18
Figura	2	–	Etapas	da	análise	de	conteúdo
						46

LISTA DE QUADROS

Quadro 1 – Descritores em português e inglês utilizados para revisão de literatura	20
Quadro 2 – Estratégia de busca em bases de dados para identificar estudos sobre culinária e adolescentes	31
Quadro 3 – Estudos identificados em relação às práticas e percepções de adolescentes sobre seu envolvimento em atividades culinárias em casa por meio de busca sistematizada na literatura	33

LISTA DE TABELAS

Tabela 1 – Roteiro de entrevista utilizado para explorar as percepções e práticas de adolescentes em atividades culinárias	60
Tabela 2 – Características dos participantes	60

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

DeCS	Descritores em Ciências da Saúde
GAPB	Guia Alimentar Para a População Brasileira
IBGE	Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística
IN/MP	In natura e minimamente processados
MeSH	Medical Subject Headings
NUPPRE	Núcleo de Pesquisa de Nutrição em Produção de Refeições
POF	Pesquisa de Orçamentos Familiares
SM	Síndrome Metabólica
TALE	Termo de Assentimento Livre e Esclarecido
TCLE	Termo de Consentimento Livre e Esclarecido
UFSC	Universidade Federal de Santa Catarina
UP	Ultraprocessados

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO	14
1.1	APRESENTAÇÃO DO PROBLEMA E JUSTIFICATIVA	14
1.2	OBJETIVOS	17
1.2.1	Objetivo geral	17
1.2.2	Objetivos específicos	17
1.3	ESTRUTURA DA DISSERTAÇÃO	18
2	REVISÃO DE LITERATURA	20
2.1	AUMENTO NA DISPONIBILIDADE DE ALIMENTOS ULTRAPROCESSADOS E A DIMINUIÇÃO DE HABILIDADES CULINÁRIAS	21
2.2	A PROMOÇÃO DA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL PELO ATO DE COZINHAR.....	23
2.2.1	A definição de alimentação saudável	23
2.2.2	O ato de cozinhar em casa como promotor de uma alimentação mais saudável	24
2.3	O PAPEL DA SOCIALIZAÇÃO CULINÁRIA	27
2.4	CONSUMO ALIMENTAR DE ADOLESCENTES E DESFECHOS EM SAÚDE..	28
2.5	PRÁTICAS E PERCEPÇÕES DE ADOLESCENTES EM ATIVIDADES CULINÁRIAS NO AMBIENTE DOMÉSTICO	31
3	MÉTODO	40
3.1	INSERÇÃO DO ESTUDO	40
3.2	CARACTERIZAÇÃO DO ESTUDO	40
3.3	POPULAÇÃO ALVO E RECRUTAMENTO	41
3.4	PROCESSO DE COLETA DE DADOS	42
3.4.1	Desenvolvimento do questionário sociodemográfico	42
3.4.2	Desenvolvimento do roteiro de entrevista semiestruturado	42
3.5	TESTE PILOTO	43
3.6	COLETA DE DADOS	44
3.7	ANÁLISE DOS DADOS	44
3.7.1	Análise das variáveis de caracterização da amostra	44
3.7.2	Análise das entrevistas semiestruturadas	44

3.8	PROCEDIMENTOS ÉTICOS DA PESQUISA	45
4	RESULTADOS E DISCUSSÃO	46
5	CONSIDERAÇÕES FINAIS	61
	REFERÊNCIAS	64
	APÊNDICE B – ROTEIRO DE ENTREVISTA	75
	ANEXO 1 – PARECER CONSUBSTANCIADO DO COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA	76

1 INTRODUÇÃO

1.1 APRESENTAÇÃO DO PROBLEMA E JUSTIFICATIVA

A alta disponibilidade de alimentos que quase não exigem habilidades para o preparo, como os ultraprocessados¹ (UP), é um fator importante na redução da autonomia dos indivíduos de preparar sua própria comida e realizar escolhas mais saudáveis, visto que, geralmente, os UP substituem o consumo e preparo de alimentos in natura² ou minimamente processados³ (IN/MP). Além disso, o processo de transmissão de habilidades culinárias entre gerações vem perdendo força e as pessoas mais jovens possuem cada vez menos confiança e autonomia para preparar alimentos (Brasil, 2014). Habilidades culinárias envolvem confiança, atitude e aplicação do conhecimento individual para realizar tarefas culinárias que vão desde o planejamento de cardápios e compras até o preparo de alimentos in natura, minimamente processados, processados ou alimentos ultraprocessados (Jomori *et al.*, 2018).

Segundo a literatura, uma das principais consequências relacionadas à diminuição das habilidades culinárias é que, conseqüentemente, os indivíduos dependerão de alimentos industrializados prontos para consumo, o que pode estar relacionado a um consumo alimentar nutricionalmente inadequado (Caraher; Lang, 1999; Caraher; Seeley, 2010; Moser, 2010; Soliah; Walter; Jones, 2012). Em contrapartida, uma maior dedicação ao preparo de alimentos em casa associa-se a uma melhor qualidade na dieta (Berge *et al.*, 2016; Lavelle *et al.*, 2016), a um maior consumo de alimentos in natura ou minimamente processados como frutas, vegetais e cereais integrais (Alencar *et al.*, 2016; Brasil, 2014; Lee; Song; Cho, 2016; Vanderlee *et al.*, 2018; Zong *et al.*, 2016) e a um menor consumo de alimentos UP (Uruguai, 2016; Zong *et al.*, 2016; Lee; Song; Cho, 2016; Mills *et al.*, 2017). Estudos com estudantes universitários demonstraram a relação entre o sobrepeso e a obesidade com menores habilidades culinárias e que a pandemia foi um período oportuno para que os alunos de graduação aumentassem suas competências

¹Formulações industriais de substâncias derivadas de alimentos com pouco ou nenhum alimento inteiro e frequentemente adicionadas de corantes, flavorizantes, emulsificantes, espessantes e outros aditivos cosméticos para que se tornem palatáveis ou mesmo hiperpalatáveis (Brasil, 2014).

²Alimentos obtidos diretamente das plantas ou animais sem alterações (Brasil, 2014).

³Alimentos in natura com pequenas alterações (Brasil, 2014).

culinárias e a frequência de cozinhar em casa (Dezanetti *et al.* 2022; Pelonha *et al.* 2023).

Diante disso, a edição mais recente do Guia Alimentar Para a População Brasileira (GAPB) valoriza o consumo de alimentos IN/MP, e de preparações culinárias feitas a partir desses (Brasil, 2014) acompanhada de estratégias para resgatar e fomentar o desenvolvimento de habilidades culinárias, a fim de que os indivíduos tenham uma maior autonomia (Brasil, 2012; 2014). Tal autonomia se mostra importante para a capacidade prática dos indivíduos de preparar suas próprias refeições pois é compreendida como a liberdade para cozinhar de maneira saudável, desenvolvida a partir das habilidades individuais, em um ambiente favorável, ou seja, com recursos disponíveis para a ação do agente (Oliveira; Castro, 2022; Brasil, 2012; Diez-Garcia; Castro, 2011).

O GAPB (Brasil, 2014) recomenda que os indivíduos desenvolvam habilidades culinárias através da leitura de livros ou receitas na internet, realização de cursos, receitas de familiares, de amigos ou colegas. Esta recomendação se alinha com o conceito de socialização, uma forma de assimilação de padrões culinários, que ocorrem durante a formação de famílias ou grupos e, necessários para o funcionamento deles (Kushcova, 2011). Socialização é uma forma de aprendizado de habilidades, padrões de comportamento, valores e motivações que garantem um funcionamento competente do indivíduo em sua cultura (Bandura, 1986; Grusec; Hastings, 2015; Maccoby, 2015). Já a socialização culinária se refere à combinação de diversos fatores, incluindo as influências pessoais e sociais às quais uma pessoa foi e está exposta, que resultará em decisões alimentares e culinárias (Urdapilleta *et al.*, 2016).

Em relação à culinária, o aprendizado se dá por meio de agentes como familiares, colegas, parceiros, livros de culinária, programas de culinária, experiências em restaurantes, mídia, internet (Gram *et al.*, 2015; Mills *et al.*, 2017; Smith *et al.*, 2015; Wolfson *et al.*, 2017; Romero; Francis, 2020) e, principalmente, por meio das mães, que são a principal fonte de transmissão dos conhecimentos e práticas culinárias (Lavelle *et al.*, 2016; UTTER *et al.*, 2018). O GAPB também recomenda o compartilhamento dessas habilidades entre pessoas, principalmente com os mais jovens (Brasil, 2014), pois a literatura mostra que a retenção da prática de cozinhar pelos indivíduos quando jovens está associada a adultos mais confiantes para cozinhar (Lavelle *et al.*, 2016; McGowan *et al.*, 2015; 2017) e

adquirir habilidades culinárias é importante para uma maior autonomia alimentar (Brasil, 2012; 2014).

Segundo a Pesquisa de Orçamentos Familiares (POF) 2017-2018, estima-se que o percentual do consumo de UP foi mais elevado entre adolescentes quando comparado com o grupo de adultos (19,5%) e idosos (15,1%), representando 26,7% do total de calorias consumidas. O consumo estimado de frutas, verduras e legumes, em geral, também foi menor entre adolescentes (IBGE, 2020).

Em relação a tendências alimentares de adolescentes no contexto da pandemia pelo novo coronavírus, um estudo que objetivou analisar as modificações alimentares durante o confinamento mostrou que as tendências alimentares de adolescentes em países como Espanha, Itália, Colômbia, Chile e Brasil mantiveram uma baixa qualidade, além disso, o consumo de UP por esse grupo etário foi elevado (Ruíz-Roso *et al.*, 2020).

Estudos demonstram que crianças consideram divertido cozinhar com os membros da família (Lukas; Cunningham-Sabo, 2011; Van Der Horst, Ferrage; Rytz, 2014), e que adolescentes que se consideravam desempenhando um papel doméstico importante relataram um aumento na sensação de felicidade (Woodruff; Kirby, 2013). Esse mesmo estudo também mostrou que o envolvimento na preparação de alimentos em casa também melhorou a autoeficácia na cozinha de crianças e adolescentes do Canadá.

Estudos indicam que adolescentes envolvidos no ato de cozinhar consomem alimentos de melhor qualidade nutricional quando comparados aos que não são envolvidos (Chu *et al.*, 2014; Utter *et al.*, 2015; Berge *et al.*, 2016); possuem uma preferência maior por frutas e vegetais e também maior autoestima (Chu *et al.*, 2013). Estudos realizados nos EUA e Nova Zelândia, jovens de origens socioeconômicas mais baixas têm maior probabilidade de se envolver na preparação de alimentos (Larson *et al.*, 2006; Utter *et al.*, 2016; Neves *et al.*, 2023).

Os estudos sobre o envolvimento de jovens na preparação de alimentos sugerem um potencial desenvolvimento de padrões dietéticos e preferências alimentares que podem ter implicações de longo prazo para a saúde. Porém, foram identificados poucos estudos caracterizando as práticas culinárias e percepções de adolescentes no ambiente doméstico (Berge *et al.*, 2016; Larson *et al.*, 2006; Leak *et al.*, 2018; Neves *et al.*, 2023; Romero; Francis, 2020; Utter *et al.*, 2015; Woodruff;

Kirby, 2013), sendo apenas um deles, realizado com adolescentes Brasileiros (Neves *et al.*, 2023).

Estudos transversais internacionais de abordagem quantitativa envolvendo adolescentes identificaram que a frequência de preparo de alimentos está relacionada positivamente à autoeficácia para cozinhar e técnicas de preparo de alimentos (Woodruff; Kirby, 2013); que tem efeito positivo sobre qualidade da alimentação, como menor ingestão de gordura e maior consumo de frutas, vegetais e fibras (Larson *et al.*, 2006); que ser capaz de cozinhar se associa a melhores indicadores nutricionais e a conexões familiares mais forte (Utter *et al.*, 2015); e que o envolvimento do adolescente no preparo de alimentos para a família é significativamente associado a diversos marcadores de melhor qualidade alimentar e melhores padrões alimentares (Berge *et al.*, 2016). No entanto, de acordo com uma pesquisa envolvendo adolescentes Brasileiros, a única identificada sobre a temática, muitos não se envolvem no planejamento de refeições e escolha de alimentos (Neves *et al.*, 2023).

Estudos de delineamento qualitativo com adolescentes dos Estados Unidos verificaram que aqueles pertencentes a famílias de baixa renda têm responsabilidade primária ou compartilhada por cozinhar para a família devido ao trabalho dos adultos e horários familiares e que associam a atividade a diversão e interação familiar (Leak *et al.*, 2018) e que o envolvimento de adolescentes com a culinária doméstica envolve normas de gênero e habilidades culinárias específicas vinculadas à idade e ao tipo de alimento, além de ser vista como uma importante contribuição familiar (Romero; Francis, 2020).

No Brasil, não foram identificados estudos qualitativos sobre como acontece o envolvimento de adolescentes na preparação de alimentos. Investigar como os jovens se envolvem na preparação de refeições e como eles percebem esse papel pode contribuir para o direcionamento de intervenções e atividades educativas direcionadas a este grupo específico.

Justifica-se, desta forma, o presente projeto, que tem a seguinte pergunta de partida:

Quais são as práticas e percepções de adolescentes sobre seu envolvimento nas atividades culinárias no ambiente doméstico?
--

1.2 OBJETIVOS

1.2.1 Objetivo geral

Conhecer as práticas e as percepções de adolescentes sobre seu envolvimento nas atividades culinárias no ambiente doméstico.

1.2.2 Objetivos específicos

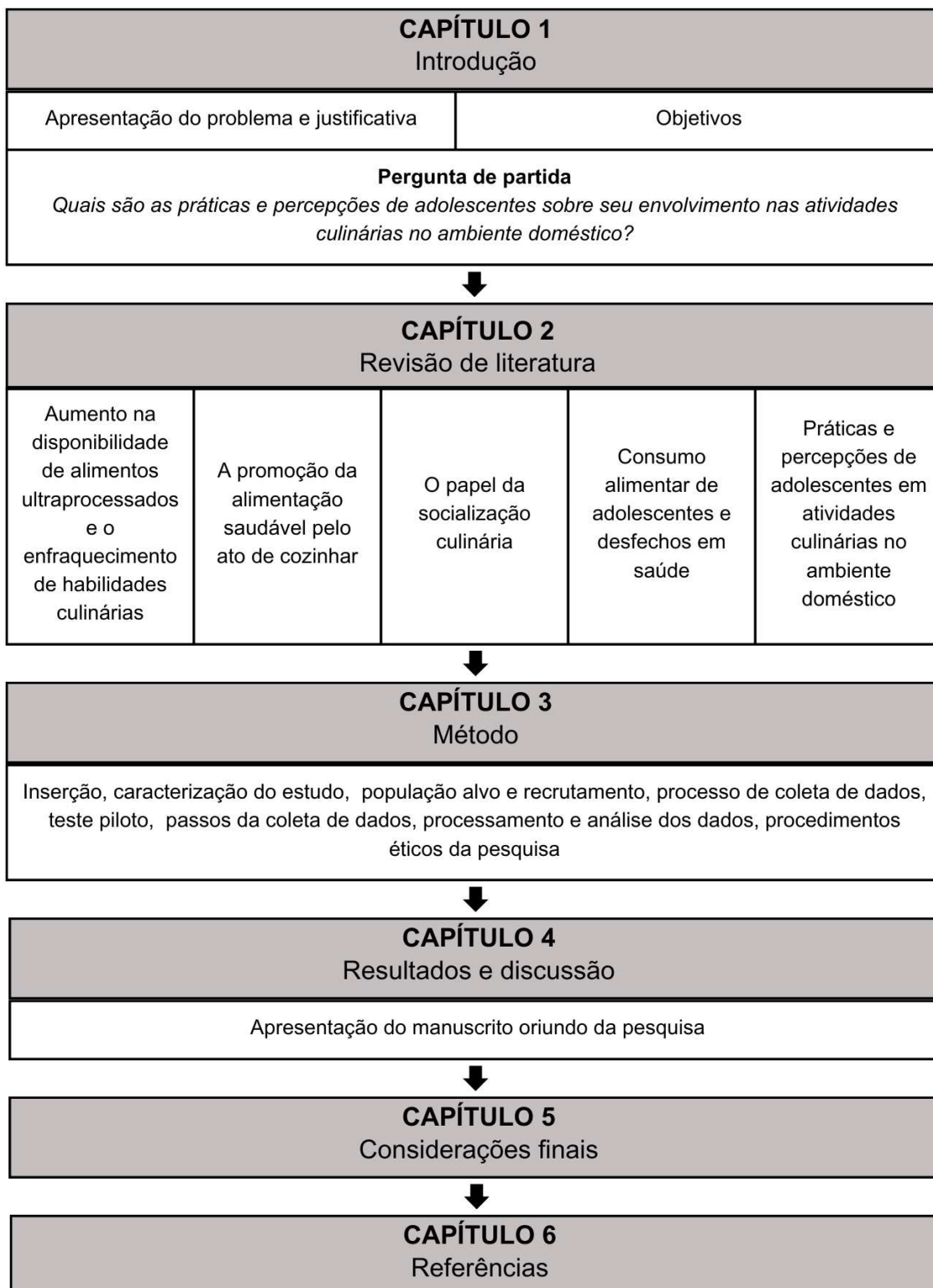
- Conhecer as práticas executadas pelos adolescentes em atividades culinárias no ambiente doméstico
- Conhecer os tipos de alimentos e refeições que os adolescentes preparam ou auxiliam a preparar no ambiente doméstico
- Conhecer as percepções de adolescentes sobre o seu envolvimento em atividades culinárias no ambiente doméstico

1.3 ESTRUTURA DA DISSERTAÇÃO

O presente projeto encontra-se dividido em sete capítulos, conforme ilustrado na Figura 1. O primeiro capítulo é pertinente à introdução do estudo, com a apresentação do problema e sua justificativa, objetivos geral e específicos. O segundo capítulo trata da revisão de literatura, abordando conceitos e estudos sobre adolescentes envolvidos no ato de cozinhar em casa.

O terceiro capítulo apresenta o método do estudo, com sua inserção, caracterização, delineamento, local, população alvo e amostra, especificidades da coleta e tratamento de dados e os cuidados éticos da pesquisa. O quarto capítulo contempla os resultados e a discussão com a apresentação do manuscrito oriundo desta pesquisa. O quinto capítulo compreende as limitações do estudo e as referências são enfim apresentadas no capítulo seis, que é seguido dos apêndices e anexo.

Figura 1 - Estrutura geral da dissertação



Fonte: elaborado pela autora (2023).

2 REVISÃO DE LITERATURA

Foram realizadas buscas em português e inglês nas bases de dados SciELO, Scopus® e Science Direct®, sem restrição de data de publicação, utilizando os descritores apresentados no Quadro 1. Duas combinações de descritores foram feitas. A primeira foi elaborada com termos MeSH (Medical Subject Headings), os quais fazem parte da nomenclatura para indexação de artigos das ciências da saúde na língua inglesa, e, seus equivalentes na língua portuguesa em termos DeCS (Descritores em Ciências da Saúde). Para ampliar a busca, utilizou-se uma segunda estratégia com palavras-chave ainda não indexadas em português e inglês, mas frequentemente empregadas em publicações na área tema da pesquisa.

Quadro 1 – Descritores em português e inglês utilizados para revisão de literatura.

Português	Inglês
Adolescentes Comportamento adolescente Adolescência	<i>Adolescent</i> <i>Adolescent behaviour</i> <i>Adolescence</i>
Culinária Cozinhar Preferência alimentar Preparo de alimentos	<i>Cooking</i> <i>Food preferences</i> <i>Cooking habit</i> <i>Food preparation</i>
Alimento Refeição	<i>Food</i> <i>Meal</i>
Percepção Comportamento Práticas	<i>Perception</i> <i>Behavior</i> <i>Practices</i>

Fonte: elaborado pela autora (2023).

Os artigos encontrados nas buscas em português e inglês, foram selecionados por título, posteriormente por resumo e, por fim, por meio da leitura integral do texto. Foram excluídos aqueles não referentes ao tema da pesquisa e aqueles que, após a leitura integral, não acrescentariam ao embasamento da mesma. Para complementar a busca, aplicou-se a técnica de *pearling* (Ramer,

2005) aos artigos selecionados pela leitura integral das referências e extraídos aquelas pertinentes aos objetivos do trabalho, após sua leitura completa.

2.1 AUMENTO NA DISPONIBILIDADE DE ALIMENTOS ULTRAPROCESSADOS E A DIMINUIÇÃO DE HABILIDADES CULINÁRIAS

Estudos propõem que, com o passar dos anos, estilos de vidas diferentes estão reestruturando as habilidades necessárias para cozinhar, devido a mudanças na sociedade, na economia e nos padrões de consumo (Caraher; Lang, 1999; Lang; Caraher, 2001; García-González *et al.*, 2018; Srivastava *et al.*, 2018).

No Brasil, produtos com elevado grau de processamento industrial cresceram em participação na alimentação (Martins *et al.*, 2013). Os dados mais recentes resultantes da Pesquisa de Orçamentos Familiares (POF) realizada do Brasil (2017-2018) mostram que cerca de metade (49,5%) das calorias totais disponíveis para consumo nos domicílios Brasileiros provém de alimentos IN/MP e 18,4% de alimentos UP. Análise comparativa com os inquéritos anteriores (2002-2003 e 2008-2009) indica que alimentos processados e UP estão cada vez mais ganhando espaço e substituindo o consumo de IN/MP e ingredientes culinários, apesar da queda na tendência de crescimento da participação de alimentos UP na disponibilidade domiciliar de alimentos (IBGE, 2020).

Uma possível explicação para essa situação é o que alguns estudos têm proposto: que há um número crescente de indivíduos se tornando adultos sem habilidades e conhecimentos necessários sobre preparo de alimentos (Caraher; Seeley, 2010; Lichtenstein; Ludwig, 2010; Soliah; Walter; Jones, 2012). Para jovens mulheres (18 – 35 anos) de baixa renda no Canadá, por exemplo, ir às compras é sinônimo de gastar tempo e energia. Nesse mesmo estudo, as participantes relataram especificamente não ter habilidades para fazer preparações básicas como sopas e molhos (Engler-Stringer, 2010)

A falta de habilidades culinárias é um obstáculo significativo ligado à redução na transmissão dessas aptidões e que está ligada ao indivíduo (Jones *et al.*, 2014). Como por exemplo, não conhecer frutas e vegetais, e não ter prática em prepará-los (Hartmann; Dohle; Siegrist, 2013), dificuldade em seguir receitas

escritas e compreender medidas (Stead *et al.*, 2004; Nour; Rouf; Allmanfarinelli, 2018).

Estudos mostram que os indivíduos têm dedicado menos tempo para cozinhar e ao passo que o tempo destinado ao preparo das refeições em casa foi reduzindo (Jabs; Devine, 2006; Warde *et al.*, 2007; Möser, 2010) tecnologias de produção, marketing e meios de comunicação se desenvolveram e permitiram o amplo acesso a alimentos processados e ultraprocessados, percebidos como mais baratos. Esses alimentos são convenientes, pois exigem pouco ou nenhum preparo e permitem que os indivíduos utilizem seu tempo fazendo outras atividades, ao invés de cozinhar (Popkin; Adair; Ng, 2012).

Em contrapartida, alguns estudos apontam determinados facilitadores e motivadores para o aprendizado de atividades culinárias. Ter mais tempo livre ou aproveitar os finais de semana para cozinhar as refeições da semana (McCloat; Mooney; Hollywood, 2017; Mills *et al.*, 2017), ter tempo para planejar, organizar, preparar e limpar motiva os indivíduos a cozinhar em casa (Jones *et al.*, 2014; Namin *et al.*, 2020) e essa disponibilidade de tempo para cozinhar se relaciona ao maior prazer com a atividade (Daniels *et al.*, 2012; McCloat; Mooney; Hollywood, 2017), principalmente quando o ato de cozinhar é uma escolha, não uma obrigação da rotina (Mills *et al.*, 2017; Mazzone *et al.*, 2020).

Não há uma única definição para o termo “habilidades culinárias” (HC). No contexto deste estudo, considerou-se o conceito do GAPB. Para o GAPB, HC são definidas não somente como um domínio de técnicas culinárias (como seleção, pré-preparo, tempero, cozimento), mas também envolvem o planejamento de compras, organização da despensa e definição das refeições ao longo da semana (Brasil, 2014).

O desenvolvimento de habilidades culinárias pode ser facilitado pelo aspecto social envolvido com o preparo de alimentos, como por exemplo, ter tido a oportunidade de observar os pais ou avós cozinhareem (Harris, 2017; Jones *et al.*, 2014), ou vir de famílias que compartilhavam as refeições, o que estimula jovens a tentar replicar isso na vida universitária com seus colegas, auxilia o desenvolvimento de habilidades e impulsiona a vontade de investir seu tempo em preparar refeições (Murray *et al.*, 2016). Estudos indicam que pode observar alguém preparar alimentos é mais útil do que seguir uma receita escrita (Stead *et al.*, 2004; Nour; Rouf; Allman-Farinelli, 2018). No entanto, o aprendizado de habilidades

culinárias entre gerações tem se enfraquecido (Brasil, 2014; Gatley, 2016; Lang; Caraher, 2001; Lavelle *et al.*, 2019).

2.2 A PROMOÇÃO DA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL PELO ATO DE COZINHAR

2.2.1 A definição de alimentação saudável

Há 10 anos, a qualidade da dieta foi um termo genérico frequentemente usado para definir o quanto a dieta de um indivíduo estava em conformidade com as recomendações nutricionais. Uma alimentação saudável, nutritiva e equilibrada significava estar apropriada aos níveis ideais de nutrientes para manter o corpo em um estado saudável (Elmadfa; Meyer, 2012).

A ideia de alimentação saudável também estava ligada à determinação da segurança biológica e ambiental dos alimentos, desde a produção até o consumo. Na literatura, o termo “alimentação saudável” aparece na epidemiologia nutricional ainda em uma perspectiva majoritariamente quantitativa, voltada principalmente para a avaliação da qualidade nutricional dos hábitos alimentares das populações e da eficácia de intervenções (Alkerwi, 2014).

No início do Século XXI passaram a ser propostos sistemas que classificam a qualidade nutricional de um alimento conforme o grau do processamento industrial ao qual este foi submetido (Moubarac *et al.*, 2014). Quanto maior o grau de processamento de um alimento, menos frequentemente ele deve ser consumido por indivíduos que desejam ter uma alimentação saudável (Monteiro, 2009; Monteiro *et al.*, 2016).

Porém, o conceito de alimentação saudável no Brasil não se resume somente ao equilíbrio no consumo de alimentos com menor processamento industrial. A definição se torna mais ampla, quando se leva em consideração a Política Nacional de Alimentação e Nutrição (PNAN), que tem como objetivo melhorar as condições de alimentação, nutrição e saúde da população com a promoção de práticas alimentares adequadas e saudáveis, a vigilância alimentar e nutricional, a prevenção e o cuidado integral dos agravos relacionados à alimentação e nutrição (Brasil, 2011). Alimentação saudável, portanto, é entendida como sinônimo de alimentação equilibrada e, de acordo com o glossário da primeira edição GAPB, pode ser definida como:

Um padrão alimentar adequado às necessidades biológicas e sociais dos indivíduos e de acordo com as fases do curso da vida. Notas: i) Deve ser acessível (física e financeiramente), saborosa, variada, colorida, harmônica e segura quanto aos aspectos sanitários. ii) Esse conceito considera as práticas alimentares culturalmente referenciadas e valoriza o consumo de alimentos saudáveis regionais (como legumes, verduras e frutas), sempre levando em consideração os aspectos comportamentais e afetivos relacionados às práticas alimentares (Brasil, 2013, p. 15).

O GAPB, que faz parte das diversas ações e instrumentos de alimentação e nutrição integrantes da PNAN, teve sua primeira edição publicada em 2006 e se destaca por apresentar as primeiras recomendações alimentares para a população Brasileira. Tais recomendações eram voltadas principalmente à prevenção de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), questões de deficiências nutricionais e doenças infecciosas. As orientações do guia eram em grande parte quantitativas e divididas em diretrizes, valorizando o ato de alimentar-se no ambiente familiar e considerando o aspecto social das refeições (Brasil, 2006).

Em 2011, havendo a necessidade de se adequar à recomendação da Organização Mundial da Saúde (OMS) de atualizar periodicamente as recomendações de alimentação adequada e saudável, o Ministério da Saúde iniciou o processo de elaboração da segunda edição do GAPB com o objetivo ser um instrumento de apoio e incentivo às práticas alimentares saudáveis individuais e coletivas da população. Diferentemente da primeira edição, a mais recente trouxe recomendações qualitativas a respeito da alimentação utilizando a classificação dos alimentos segundo grau de processamento (Brasil, 2014). Em 2016, a NOVA, classificação de alimentos de acordo com a extensão e finalidade do processamento industrial, foi apresentada de forma mais refinada e ajustada. Essa ferramenta foi, então, reconhecida e validada para pesquisa, política e ação em nutrição e saúde pública (Monteiro, *et al.*, 2016).

2.2.2 O ato de cozinhar em casa como promotor de uma alimentação mais saudável

Com o passar do tempo, os estudos avançaram e têm comprovado os benefícios em consumir alimentos preparados em casa (Larson, 2006; Hartmann;

Dohle; Siegrist, 2013; Van Der Horst, 2014; Jong *et al.*, 2015; Lee; Song; Cho, 2016; Nozue *et al.*, 2016; Zong *et al.*, 2016; Mills *et al.*, 2017; Méjean *et al.*, 2018; Fertig *et al.*, 2019), como apresentado a seguir. Um estudo transversal realizado com 1.207 estudantes japoneses com idades de 10 a 11 anos encontrou que o envolvimento no preparo de refeições em casa está associado a uma ingestão alimentar mais adequada, principalmente para os meninos. Enquanto que, aqueles que não se envolviam nas preparações culinárias no ambiente doméstico, foi verificado uma menor ingestão de vegetais (Nozue *et al.*, 2016). Uma relação semelhante foi observada em dois estudos anteriores (Larson, 2006; Van Der Horst, 2014) no qual o maior envolvimento de crianças e adolescentes na preparação das refeições aumentou o consumo de vegetais.

Hartmann e colaboradores (2013) relataram que as habilidades culinárias estão positivamente correlacionadas com o consumo semanal de vegetais e concluiu que as habilidades culinárias podem facilitar o cumprimento das orientações nutricionais diárias. Sendo, portanto, importante incentivar crianças e adolescentes a cozinhar e desenvolver competências culinárias.

Outros estudos indicam que, provavelmente, a qualidade da alimentação está relacionada com os benefícios de cozinhar com maior frequência. Um estudo longitudinal feito com 150 famílias de baixa renda nos EUA observou que a chance de crianças consumirem frutas e/ou verduras em refeições que eram preparadas em casa, era significativamente maior do que em refeições pré-preparadas (Fertig *et al.*, 2019). Resultados semelhantes foram encontrados na Holanda (n = 4.072), onde um dos determinantes de crianças (4 - 13 anos) não consumirem vegetais diariamente foi realizar refeições em casa menos de seis dias por semana (Jong *et al.*, 2015).

Ao cozinhar com maior frequência, espera-se que os indivíduos desenvolvam mais habilidades culinárias e confiança com a prática. Essas habilidades bem desenvolvidas promovem além de bem-estar emocional (Utter *et al.*, 2016; Chu *et al.*, 2013), uma melhor qualidade da alimentação (Chu *et al.*, 2014; Berge *et al.*, 2016; Lavelle *et al.*, 2016).

A revisão de Mills e colaboradores (2017) sugere que as habilidades culinárias favorecem o desenvolvimento de relacionamentos pessoais e estabelecem identidades culturais mais fortes. Outro estudo verificou que famílias de diferentes níveis socioeconômicos percebem o “cozinhar em casa” como

importante para se conectar melhor e, no caso dos adolescentes, para serem mais independentes (Simmons; Chapman, 2012). Considerando ainda o aspecto familiar, é possível supor que tais benefícios influenciam no número de refeições feitas em casa, uma vez que quanto maior o envolvimento de adolescentes no preparo de alimentos para a família, mais refeições são feitas em família (Berge *et al.*, 2016). Para as crianças, alguns estudos mostram que, cozinhar com os membros da família é algo agradável (Lukas; Cunningham-Sabo, 2011; Van Der Horst, Ferrage; Rytz, 2014).

Dados de um estudo transversal irlandês (n=1.049) indicaram que aprender habilidades culinárias principalmente em uma idade mais jovem tem um efeito positivo em muitos comportamentos relacionados à culinária, como maior criatividade da cozinha e identidade culinária, e qualidade da alimentação (Lavelle *et al.*, 2016). O aprendizado de habilidades culinárias na infância e/ou adolescência também tem sido associado a uma maior qualidade da dieta (Chen *et al.*, 2012; McGowan *et al.*, 2015; Berge *et al.*, 2016).

O estudo de Arcan e colaboradores (2019) demonstrou que o envolvimento frequente com preparo de refeições, na infância também se relaciona com maiores habilidades culinárias, habilidades essas fundamentais para uma alimentação baseada em alimentos IN/MP (Brasil, 2014).

Levando em consideração os potenciais benefícios do ato de cozinhar, pesquisadores têm apontado que desenvolver estratégias para resgatar e incentivar o desenvolvimento de habilidades culinárias é necessário para melhorar a qualidade da alimentação da população (Smith; Ng; Popkin, 2013). Além disso, reafirmam que promover habilidades que facilitem a escolha e o preparo dos alimentos, não reduzindo a ingestão a um processo biológico, é uma forma de aumentar o envolvimento de indivíduos e grupos com os alimentos (Alencar *et al.*, 2016).

Uma consequência da diminuição das habilidades culinárias apontada na literatura é que, conseqüentemente, os indivíduos dependerão de alimentos prontos ou pré-preparados (Brunner; Van Der Horst; Siegrist, 2010; Pettinger; Holdsworth; Gerber, 2006; Van Der Horst; Brunner; Siegrist, 2011), os quais consumidos em excesso podem contribuir para o desenvolvimento de DCNT (Lichtenstein; Ludwig, 2010; Reicks; Kocher; Reeder, 2018).

O processo de transição culinária, que é caracterizado por uma redução do tempo dedicado pelos indivíduos ao ato de cozinhar para se adequar a novas

demandas financeiras, de carreira, família e consumo de refeições (Caraher; Lang, 1999; Diez-Garcia; Castro, 2011; Lang; Caraher, 2001), pode estar relacionado a um consumo alimentar nutricionalmente inadequado (Caraher; Lang, 1999; Caraher; Seeley, 2010; Louzada *et al.*, 2015). Já o ato de cozinhar em casa com mais frequência se associa a uma melhor qualidade da dieta (Larson *et al.*, 2006; Berge *et al.*, 2016; Lavelle *et al.*, 2016), a um maior consumo de alimentos que fazem parte de uma alimentação saudável, como frutas, vegetais e cereais integrais (Lee; Song; Cho, 2016; Zong *et al.*, 2016) e a um menor consumo de gorduras, açúcar, fast-foods, alimentos prontos (Mills *et al.*, 2017), produtos de panificação, macarrão instantâneo (Lee; Song; Cho, 2016; Méjean *et al.*, 2018) e refrigerantes (Larson *et al.*, 2006; Zong *et al.*, 2016).

Habilidades culinárias são necessárias aos indivíduos desde a etapa de escolha dos alimentos até seu preparo (Brasil, 2014; Jomori *et al.*, 2018). A segunda edição do GAPB recomenda que os indivíduos desenvolvam habilidades culinárias por diversas formas, incluindo a realização de cursos, o uso de livros e da internet. Recomenda também o compartilhamento dessas habilidades entre pessoas, principalmente com os mais jovens (Brasil, 2014).

Ao recomendar que alimentos IM/MP sejam a base da alimentação da população, o GAPB reconhece que é necessário cozinhar mais, pois esses alimentos precisam ser selecionados, pré-preparados, temperados, cozidos e combinados a outros alimentos. Uma alimentação saudável deriva de um sistema alimentar socialmente e ambientalmente sustentável, e apoia os indivíduos na superação dos obstáculos para conseguir evitar o consumo de alimentos UP como: o custo, a facilidade de acesso e preparo, a alta publicidade e menor necessidade de detenção de habilidades culinárias (Brasil, 2014).

2.3 O PAPEL DA SOCIALIZAÇÃO CULINÁRIA

Socialização refere-se a processos pelos quais todo ser humano aprende habilidades, padrões de comportamento, papéis, valores e motivações necessários para o funcionamento competente na cultura em que se insere, nos domínios social, emocional, cognitivo e pessoal. Diversos são os agentes de socialização: pessoas, grupos e instituições, a mídia, a internet e o ambiente de trabalho (Grusec; Hastings, 2015)

O conceito de socialização quando aplicado à culinária é chamado de socialização culinária e se refere à combinação de diversos fatores, como influências pessoais e sociais às quais uma pessoa foi e está exposta, que resultará em decisões alimentares e culinárias, ou seja, é a assimilação de padrões culinários, que ocorrem durante a formação de grupos ou famílias e que são necessários para o funcionamento destes (Urdapilleta *et al.*, 2016).

Inicialmente, a família, principalmente os pais, são responsáveis por socializar conhecimentos relacionados ao cozinhar (Lavelle *et al.*, 2016; Murray *et al.*, 2016; Banna *et al.*, 2016; Harris, 2017; Wolfson *et al.*, 2017; Srivastava *et al.*, 2018; Utter *et al.*, 2018; Swan *et al.*, 2018; Namin *et al.*, 2020; Neves *et al.*, 2023). Posteriormente, outros indivíduos e fatores como amigos, parceiros, viagens, livros e programas de culinária e a internet também assumem esse papel de socializar o indivíduo (Lavelle *et al.*, 2016; Harris, 2017; McCloat; Mooney; Hollywood, 2017; Mills *et al.*, 2017; Wolfson *et al.*, 2017; Utter *et al.*, 2018; Neuman; Gottzén; Fjellström, 2019).

Algumas formas de socialização incluem os atos de comer e preparar alimentos em casa (Srivastava *et al.*, 2018). Autores sugerem que o encorajamento dos filhos no desenvolvimento de habilidades culinárias é fundamental (Banna *et al.*, 2016) e uma das formas de se fazer isso é envolvendo as crianças em atividades que envolvam cozinhar, ensinar técnicas culinárias, fazer compras e permitir que observem os pais enquanto cozinham (McCloat; Mooney; Hollywood, 2017; Srivastava *et al.*, 2018). Essa última foi citada por alguns participantes de estudos como a principal forma pela qual aprenderam a cozinhar (Engler-Stringer, 2010; Bowen; Devine, 2011; Gram *et al.*, 2015; Harris, 2017; Neves *et al.*, 2023).

As mulheres geralmente são relatadas como principais fontes de aprendizado culinário na infância, pois transmitem conhecimentos ao serem as principais responsáveis por preparar as refeições da família (Engler-Stringer, 2010; Smith *et al.*, 2015; Harris, 2017).

Frequentemente indivíduos relatam terem aprendido a cozinhar sozinhos (Lavelle *et al.*, 2016; Wolfson *et al.*, 2017). Muitas vezes esse processo envolve a busca de receitas nas mais variadas fontes de informação e, a partir dessas, experimentar praticando o preparo (Wolfson *et al.*, 2017). A confiança em cozinhar cresce ao longo do curso de vida por meio da prática, da tentativa e do erro (García-González *et al.*, 2018; Swan *et al.*, 2018), o que permite que os indivíduos

desenvolvam aos poucos sua identidade culinária, exercendo autonomia na cozinha (MILLS *et al.*, 2017) e se sentindo confiantes e engajados com a prática (Surgenor *et al.*, 2017).

2.4 CONSUMO ALIMENTAR DE ADOLESCENTES E DESFECHOS EM SAÚDE

O elevado consumo de alimentos ultraprocessados (UP) tem sido associado à alta prevalência de DCNT (Louzada *et al.*, 2015a; Srouf *et al.*, 2020), incluindo a obesidade (Silva *et al.*, 2018), e também à mortalidade por todas as causas (Rico-Campà *et al.*, 2019).

A adolescência é um período de alta demanda de nutrientes e energia e, por isso, é um período nutricionalmente crítico da vida, em que o estilo de vida e os hábitos alimentares estão mudando, tornando os adolescentes vulneráveis ao consumo de alimentos ricos em energia e pobres em nutrientes (Hobbs *et al.*, 2014; Lobstein *et al.*, 2015). No Brasil, crianças e adolescentes, na última década, são os grupos com maior aumento na prevalência de sobrepeso e obesidade (Niehues *et al.*, 2014), visto que são mais vulneráveis ao fácil acesso de alimentos UP proporcionado pelo ambiente ao redor de residências (Leite *et al.*, 2018) e escolas, e pela intensa comercialização de alimentos e bebidas industrializadas (Mallarino *et al.*, 2013; Barcelos; Rauber; Vitolo, 2014).

Um estudo realizado com 221 adolescentes universitários demonstrou que os alimentos ultraprocessados eram ingeridos principalmente em casa ou na lanchonete da Universidade (Oliveira *et al.*, 2019). Em contrapartida, outro estudo realizado com universitários identificou que após a pandemia pelo COVID-19 houve uma diminuição no consumo de fast-food e aumento da frequência de cozinhar e da realização de refeições caseiras com ingredientes frescos (Dezanetti *et al.* 2022).

Um estudo realizado com a população Brasileira (Louzada *et al.*, 2015b) identificou um alto risco de obesidade entre adolescentes que tinham alto consumo de alimentos ultraprocessados e também demonstrou uma importante contribuição desses alimentos para a ingestão energética total da dieta, variando de 21,5% a 51,2%. Quase metade da ingestão energética (49,2%) de 784 adolescentes Brasileiros era composta por tais produtos (D'avila; Kirsten, 2017). Em Niterói, houve uma maior prevalência de síndrome metabólica (SM) em adolescentes com

alto consumo de ultraprocessados do que naqueles que tinham um baixo consumo desses alimentos (Tavares *et al.*, 2012). Em São Luís, um estudo com 2.515 adolescentes de 18 a 19 anos de idade identificou que alimentos ultraprocessados estão associados à diminuição de massa magra na composição corporal (Viola *et al.*, 2020), já no Piauí, os adolescentes que apresentavam obesidade abdominal, consumiam mais alimentos ultraprocessados quando comparados a outros adolescentes sem excesso de gordura corporal (Oliveira *et al.*, 2019). No Rio Grande do Norte, um estudo com 1.919 universitários mostrou que o sobrepeso e a obesidade estavam significativamente associados aos baixos níveis de autoeficácia culinária e autoeficácia no uso de frutas, verduras e temperos (Pelonha *et al.*, 2023).

Neste contexto, o excesso de peso é conceituado como o acúmulo de gordura acima do normal, resultando em danos à saúde (WHO, 2000). Segundo a Pesquisa de Orçamento Familiar (POF), realizada pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) (2010), um a cada três adolescentes apresenta excesso de peso e, de acordo com o estudo de Silva e colaboradores (2018), a prevalência de obesidade e sobrepeso no Brasil supera 27% em crianças e adolescentes. Em 2019, o IBGE realizou uma Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar, que apontou um aumento no consumo de alimentos ultraprocessados, como refrigerantes, salsichas e biscoitos - além de uma redução no consumo de alimentos in natura e minimamente processados, tais como vegetais, frutas, grãos e leite (IBGE, 2021). O aumento do consumo de alimentos processados no perfil alimentar dos escolares está diretamente relacionado ao desenvolvimento da obesidade (Mallarino *et al.*, 2013), SM (Tavares *et al.*, 2012) e deficiência nutricional (Souza *et al.*, 2016), asma e respiração ofegante em adolescentes (Melo *et al.*, 2018). A associação da maior capacidade de cozinhar com maior índice de massa corporal em adolescentes também foi verificada (Larson *et al.*, 2006; Utter *et al.*, 2015).

Durante o isolamento social pelo COVID-19, um estudo com adolescentes (12-17 anos) realizado no Brasil identificou o aumento na prevalência de consumo de hortaliças, pratos congelados, chocolates e doces (Malta *et al.*, 2021). Além disso, famílias que mantiveram o isolamento social durante a pandemia apresentaram mais frequentemente o hábito de tomar café da manhã e consumir salada crua, legumes, feijão e refrigerantes. Por outro lado, famílias que não realizaram o isolamento social, principalmente as de classe baixa e do Nordeste

apresentaram menor consumo de alimentos saudáveis, assim como os adolescentes (Teixeira *et al.*, 2021).

Além disso, dados de dois estudos multicêntricos conduzidos por Ruiz-Roso e colaboradores (2020) com adolescentes de 10 a 19 anos de países como Brasil, Chile, Colômbia, Itália e Espanha observou que o consumo de alimentos UP foi elevado em todos os países durante o período da pandemia, porém mais prevalente nos países da América Latina. Sobretudo, no período de confinamento foi registrado o maior consumo de frituras e alimentos doces, assim como de legumes, verduras e frutas.

Ainda no contexto pandêmico, crianças e adolescentes brasileiros de 3 a 17 anos (ou seus responsáveis) relataram comer frutas, vegetais e doces de 3 a 4 vezes por semana e aqueles com hábitos alimentares mais saudáveis apresentaram menor prevalência de problemas relacionados com o sono (López-Gil *et al.*, 2021).

2.5 PRÁTICAS E PERCEPÇÕES DE ADOLESCENTES EM ATIVIDADES CULINÁRIAS NO AMBIENTE DOMÉSTICO

Com o objetivo de identificar estudos que investigaram especificamente o envolvimento de adolescentes nas atividades culinárias no ambiente doméstico, conduziu-se uma busca nas bases de dados SciELO, Scopus® e *Science Direct*®, sem restrição de data de publicação e de tipo de documento. A estratégia de busca, conduzida em português e inglês, está apresentada no Quadro 2.

Quadro 2 – Estratégia de busca em bases de dados para identificar estudos sobre culinária e adolescentes.

Idioma	Termos de busca	Operador booleano	Termo de busca
Português	“Adolescentes” OR “Comportamento adolescente” OR “Adolescência”	AND	“Culinária” OR “Preferência alimentar” OR “Planejamento” OR “Escolha” OR “Seleção” OR “Alimento” OR “Refeição” OR “Percepção” OR “Comportamento”
Inglês	“Adolescent” OR “Adolescent behaviour” OR “Adolescence”	AND	“Cooking” OR “Food preferences” OR “Food preparation” OR “Cooking habit”

Fonte: elaborado pela autora (2023).

Os artigos encontrados, não repetidos, foram selecionados por título, posteriormente por resumo e, por fim, por meio da leitura integral do texto. Foram excluídos estudos sem acesso ao texto completo após tentativa de contato com os autores; resumos de conferências ou congressos sem artigo publicado na íntegra; estudos de intervenção ou experimentais. Aplicou-se, também, a técnica de pearling (Ramer, 2005) aos artigos selecionados pela leitura integral das referências e extraídos aquelas pertinentes aos objetivos do trabalho, após sua leitura completa.

Os artigos selecionados foram analisados em relação ao objetivo, ao método, aos participantes, aos resultados e às conclusões.

Ao todo foram selecionados sete estudos, publicados entre os anos de 2006 e 2023 (Quadro 3).

Quadro 3 – Estudos identificados em relação às práticas e percepções de adolescentes sobre seu envolvimento em atividades culinárias em casa por meio de busca sistematizada na literatura (continua).

Autor/ano	País	Objetivo (s)	Número de participantes	Método	Principais Resultados
Neves <i>et al.</i> , 2023	Brasil	Investigar o envolvimento de adolescentes Brasileiros na alimentação caseira, estimando suas associações com sexo e nível socioeconômico.	835	Quantitativo: Questionários.	61% dos adolescentes não participavam do planejamento de refeições e 67% não escolhiam/compravam alimentos e ingredientes culinários. Os meninos eram menos propensos a saber cozinhar “do zero”, autoavaliar positivamente suas habilidades culinárias, gostar de cozinhar, desejar aprender mais sobre culinária e preparação de refeições e participar com frequência do planejamento e preparação das refeições. Além disso, pertencer a um nível socioeconômico mais baixo representou maior probabilidade de preparar refeições sozinhos para a família.
Romero e Francis, 2020	EUA	Explorar as práticas de preparo de alimentos de jovens de famílias imigrantes Latinas.	23	Qualitativo: Entrevistas com grupos focais.	Relação a respeito das normas de gênero (adolescentes mulheres e mais velhas possuíam mais responsabilidades). Houve consenso positivo de que os meninos deveriam aprender a cozinhar, porém estava restrita a condições em que a mulher não pudesse cozinhar. Além disso, quanto menor a idade do adolescente, tarefas mais simples eram direcionadas. Os participantes também viam o “cozinhar” como uma forma de ajudar em casa.

Fonte: elaborado pela autora (2023).

Quadro 3 – Estudos identificados em relação às práticas e percepções de adolescentes sobre seu envolvimento em atividades culinárias em casa por meio de busca sistematizada na literatura (continua).

Autor/ano	País	Objetivo (s)	Número de participantes	Método	Principais Resultados
Leak <i>et al.</i> , 2018	EUA	Compreender as percepções de adolescentes de famílias de baixa renda sobre seu envolvimento na preparação de alimentos em casa.	19	Qualitativo: Entrevistas semiestruturadas.	Oito adolescentes descreveram cozinhar como uma responsabilidade primária devido a questões pessoais como: Pais separados ou pais que trabalhavam fora de casa. Em geral, cozinhar era uma forma de auxiliar em casa e, normalmente, preparam comida para si próprios e para a família sem ajuda. Eles identificaram consequências como prazer e satisfação, bem como estresse e menos tempo para outras atividades. Onze adolescentes se envolviam na preparação da comida em casa para fornecer assistência ou "ajudar com a comida às vezes". Eles identificaram benefícios como diversão e interação familiar.
Berge <i>et al.</i> , 2016	EUA	O objetivo do estudo foi descrever o envolvimento dos pais e dos adolescentes na preparação de alimentos para a família e examinar se o envolvimento dos adolescentes no preparo dos alimentos estava relacionado à qualidade da dieta e aos padrões alimentares.	5.005	Quantitativo: Questionários.	O envolvimento do adolescente no preparo dos alimentos para a família foi significativamente associado a vários indicadores de melhor qualidade alimentar e melhores padrões alimentares. Em contraste, o envolvimento dos pais na preparação de alimentos para a família não estava relacionado à ingestão alimentar do adolescente.

Fonte: elaborado pela autora (2023).

Quadro 3 – Estudos identificados em relação às práticas e percepções de adolescentes sobre seu envolvimento em atividades culinárias em casa por meio de busca sistematizada na literatura (continua).

Autor/ano	País	Objetivo (s)	Número de participantes	Método	Principais Resultados
Utter <i>et al.</i> , 2015	Nova Zelândia	Determinar a relação de adolescentes entre cozinhar e indicadores de qualidade da dieta, bem-estar mental e relações familiares.	8.500	Quantitativo: Questionário multimídia.	Aproximadamente 80% dos alunos relataram que podem cozinhar uma refeição com ingredientes básicos. A capacidade de cozinhar relatada foi positivamente associada a melhores indicadores nutricionais, melhores indicadores de saúde mental e conexões familiares mais fortes. Adolescentes que relataram as maiores habilidades culinárias foram aproximadamente duas vezes mais prováveis de seguir as recomendações nutricionais para frutas e vegetais. Além disso, relataram níveis mais baixos de sintomas depressivos e maior bem-estar mental do que aqueles com menor capacidade de cozimento. No entanto, a maior capacidade de cozinhar também foi associada ao maior índice de massa corporal.
Woodruff e Kirby, 2013.	Canadá	Descrever a frequência de jantar em família por frequência de preparação de alimentos, autoeficácia para cozinhar e técnicas de preparação de alimentos em uma amostra de adolescentes no Canadá.	145	Quantitativo: Questionários.	Aproximadamente 59% relataram jantar em família seis ou sete dias por semana. Pouco mais da metade dos participantes (51%) responderam que gostariam de se envolver na preparação de alimentos tanto quanto já se envolvem atualmente, 44% gostariam de se envolver mais e 5% desejavam se envolver menos. As meninas apresentaram maiores técnicas de preparo de alimentos em comparação com os meninos. De acordo com o recordatório de 7 dias, não houveram diferenças na preparação de alimentos entre meninos e meninas, no entanto, os participantes das séries 7 e 8 foram mais envolvidos do que aqueles de séries menores, além disso, as crianças brancas estavam mais envolvidas na preparação de alimentos do que crianças não brancas.

Fonte: elaborado pela autora (2023).

Quadro 3 – Estudos identificados em relação às práticas e percepções de adolescentes sobre seu envolvimento em atividades culinárias em casa por meio de busca sistematizada na literatura (conclusão).

Autor/ano	País	Objetivo (s)	Número de participantes	Método	Principais Resultados
Larson <i>et al.</i> , 2006.	EUA	Descrever o envolvimento dos adolescentes na preparação e compra de alimentos e verificar se o envolvimento está relacionado à qualidade da dieta.	4.746	Quantitativo: Questionários.	A maioria dos adolescentes relatou ajudar a preparar o jantar (68,6%) e quase metade relatou fazer compras (49,8%) pelo menos uma vez na última semana. O maior envolvimento nessas tarefas foi relacionado por sexo (feminino), nível de escolaridade (ensino médio), raça (asiático-americano), status socioeconômico (mais baixo), frequência de refeições em família (mais alto) e status de peso (sobrepeso). A frequência de preparo dos alimentos foi relacionada à menor ingestão de gordura e maior ingestão de frutas e vegetais, fibras, folato e vitamina A. Além disso, a maior frequência de compras de alimentos esteve relacionada ao maior consumo de frituras entre adolescentes do sexo feminino.

Fonte: elaborado pela autora (2023).

No estudo de Larson e colaboradores (2006), o objetivo foi descrever o envolvimento dos adolescentes na preparação/compra de alimentos e se esse envolvimento estava relacionado à uma boa qualidade da dieta. No estudo foi verificado que a maioria dos adolescentes ajudava a preparar o jantar (68,6%) e quase metade auxiliava nas compras de alimentos (49,8%) ao menos uma vez na semana. A maioria dos adolescentes que relatou ajudar nessas tarefas, disse fazê-las ao menos três vezes na semana. Diferenças estatisticamente significativas no envolvimento das tarefas alimentares foram observadas por raça, com estudantes asiático-americanos relatando o maior envolvimento tanto na preparação quanto nas compras. Estudantes de menor nível socioeconômico relataram ajudar nas tarefas alimentares com mais frequência do que seus colegas de nível socioeconômico médio e alto.

Em relação aos padrões de consumo alimentar, o preparo de refeições esteve relacionado a escolhas alimentares mais saudáveis. O preparo dos alimentos foi positivamente associado ao consumo de frutas em adolescentes do sexo masculino e foi associado ao consumo de frutas e hortaliças em adolescentes do sexo feminino. O preparo também foi inversamente associado ao consumo de refrigerantes entre as adolescentes do sexo feminino e o consumo de frituras entre os adolescentes do sexo masculino (LARSON *et al.* 2006).

O estudo de Woodruff & Kirby (2013) descreveu a frequência de jantar em família pela frequência de preparação de alimentos, autoeficácia em cozinhar e técnicas de preparação de alimentos em uma amostra de 145 (41% meninos, 59% meninas) crianças e adolescentes de programas pré-escolares, programas esportivos e escola primária no sudoeste de Ontário, Canadá. Nesse estudo foi verificado que aproximadamente 59% relataram jantar em família seis ou sete dias por semana. Pouco mais da metade dos participantes (51%) responderam que gostariam de se envolver na preparação de alimentos tanto quanto já se envolvem atualmente, 44% gostariam de se envolver mais e 5% desejavam se envolver menos. Embora não tenham sido observadas diferenças por série, as meninas apresentaram maiores técnicas de preparo de alimentos em comparação com os meninos. Não foram observadas diferenças na frequência de preparo dos alimentos entre sexo, grau ou etnia. De acordo com o recordatório alimentar de 7 dias, não houve diferenças na preparação de alimentos entre meninos e meninas, no entanto, os participantes das séries 7 e 8 foram mais envolvidos do que aqueles das séries 4,

5 e 6, além disso, as crianças brancas estavam mais envolvidas na preparação de alimentos do que crianças não brancas.

Utter e colaboradores (2015) objetivou determinar a relação entre cozinhar e indicadores selecionados de qualidade da dieta, bem-estar mental e relações familiares em 8.500 alunos (com idades de 13 a 17 anos) da Nova Zelândia. Aproximadamente 80% dos alunos relataram que podem cozinhar uma refeição com ingredientes básicos de forma fácil. Pouco mais da metade dos alunos (54%) relatou cozinhar com uma frequência de uma a duas vezes ao mês. Houve poucas diferenças na frequência de cozinhar de acordo com a idade, mas os meninos (22%) foram mais propensos a relatar não ter cozinhado nada no último ano do que as meninas (15%). A capacidade de cozinhar relatada foi associada a melhores indicadores nutricionais, de saúde mental e conexões familiares mais fortes. Os adolescentes que relataram as maiores habilidades culinárias também relataram níveis mais baixos de sintomas depressivos e maior bem-estar mental do que aqueles com menor capacidade de cozinhar.

O estudo transversal de Berge e colaboradores (2016), objetivou descrever o envolvimento de pais e adolescentes norte-americanos na preparação de alimentos para a família e examinar se o envolvimento dos adolescentes na preparação de alimentos estava relacionado à qualidade da dieta e padrões alimentares. O envolvimento do adolescente no preparo de alimentos para a família foi significativamente associado a diversos marcadores de melhor qualidade alimentar e melhores padrões alimentares como o maior consumo de frutas e vegetais, ingestão adequada de nutrientes (ou seja, ferro, cálcio, folato, vitamina D, vitamina C, fibras) e mais refeições em família durante a semana em comparação com adolescentes sem envolvimento na preparação de alimentos. No entanto, não houve associação significativa entre o envolvimento da mãe ou do pai na preparação de alimentos para a família e o consumo de frutas e hortaliças do adolescente, ingestão de nutrientes ou gorduras, frequência do café da manhã, frequência das refeições da família, ingestão de fast-food ou consumo de bebidas açucaradas.

O estudo qualitativo de Leak e colaboradores (2018) compreendeu as percepções de adolescentes de famílias de baixa renda dos EUA sobre seu envolvimento na preparação de alimentos em casa, as razões subjacentes ao grau de envolvimento e as consequências positivas e negativas associadas ao seu envolvimento. As entrevistas semiestruturadas foram realizadas com 19

adolescentes (13-18 anos), amostra intencional retirada de um ensaio clínico randomizado que explorou o uso de estratégias comportamentais no ambiente doméstico para melhorar a ingestão de vegetais durante o jantar de uma criança de 9 a 12 anos (Leak *et al.* 2017). Todas as entrevistas ocorreram nas casas dos participantes e foram conduzidas pelo autor principal. As entrevistas foram gravadas em áudio e duraram em média 30 minutos (Leak *et al.* 2018).

Oito adolescentes descreveram cozinhar como uma responsabilidade primária e que eram os preparadores principais ou secundários das refeições devido a questões pessoais como pais separados ou pais que trabalhavam. Adolescentes com irmãos mais novos acreditavam que deveriam ter mais responsabilidades na cozinha por serem os mais velhos. Para 11 adolescentes, o envolvimento na preparação da comida em casa era principalmente para fornecer assistência ou "ajudar com a comida às vezes". Os adolescentes que eram os principais responsáveis pelo preparo das refeições em casa, bem como os que mais auxiliaram no preparo das refeições, descreveram o preparo dos alimentos no fogão, no forno e no micro-ondas (Leak *et al.*, 2018).

Ao preparar refeições para eles mesmos, alguns dos alimentos que os adolescentes preparavam eram mais "rápidos e fáceis", como "cachorros-quentes", "macarrão instantâneo", "nuggets de frango", "quesadillas" e "sanduíches com pasta de amendoim e geleia". Os participantes também identificaram benefícios em cozinhar como diversão e interação familiar e que alimentos preparados por muitos adolescentes tendem a ser rápidos e fáceis de preparar (Leak *et al.*, 2018).

O estudo de Romero e Francis (2020) explorou as práticas de preparo de alimentos de jovens de famílias imigrantes latinas. Para investigar os objetivos do estudo, os adolescentes foram convidados a participarem de uma série de sessões de grupos focais participativos. Os jovens eram elegíveis se tivessem idades de 9 a 17 anos e se tivessem, pelo menos, um dos pais cuja língua materna fosse o espanhol. A língua materna dos pais foi usada como um aspecto dos critérios de elegibilidade para simplificar a identificação de famílias de origem Latina. Vinte e três jovens participaram deste estudo.

Os jovens formaram oito grupos focais, cada um com duração de aproximadamente 1 hora. Cada grupo focal realizou uma atividade de receita curta (com duração de 30 minutos). Além disso, todas as entrevistas e atividades de receita foram realizadas em formato bilíngue (inglês e espanhol) com base nas

necessidades linguísticas dos jovens participantes. A análise temática revelou temas relacionados às expectativas das normas de gênero, habilidades culinárias específicas vinculadas à idade e ao tipo de alimento, e preparação de alimentos como uma importante contribuição familiar. As descobertas ilustram as diversas experiências dos jovens latinos na preparação de alimentos e com o envolvimento de jovens na preparação de alimentos no ambiente doméstico podem identificar alvos potenciais para a prevenção da obesidade e promoção da saúde alimentar (Romero; Francis, 2020).

Oito meninas participantes tinham irmãos mais novos e se descreveram como tendo mais responsabilidades. Muitos participantes que nasceram em outros países relataram um aumento de carga nas tarefas com a ida para os Estados Unidos. Houve um consenso positivo entre os participantes quando questionados se os meninos deveriam aprender a cozinhar. No entanto, a prática de cozinhar pelos meninos e homens era restrita a condições em que uma mulher não pudesse cozinhar. Além disso, quanto menor a idade do adolescente, tarefas mais simples eram direcionadas. Os participantes também viam o “cozinhar” como uma forma de ajudar em casa (Romero; Francis, 2020).

O estudo Brasileiro de Neves e colaboradores (2023) investigou o envolvimento de 835 adolescentes (de 14 a 19 anos) na alimentação caseira, estimando suas associações com sexo e nível socioeconômico. Mais de dois terços dos adolescentes afirmaram saber cozinhar “do zero” (79%; (n= 661), sendo que 91% (n = 598) aprenderam esta atividade com os pais, avós ou outros. Metade da amostra (51%, n= 337) auto avaliou suas habilidades culinárias positivamente adequadas e a maioria dos adolescentes gostariam de aprender mais sobre culinária e preparo de refeições. No entanto, muitos deles não estavam acostumados a preparar refeições sozinhos e também não participavam do planejamento das refeições. Mais da metade não participavam da escolha/compra de alimentos e ingredientes culinários.

Dos 610 que sabiam cozinhar e que conseguiam preparar refeições sozinhos, pelo menos 1 a 2 dias na semana, 75% (n = 456) relataram preparar lanches e refeições principais (café da manhã, almoço e/ou jantar), que foram geralmente consumidos por toda a família. Em relação aos 174 que não sabiam cozinhar "do zero", 86% (n = 149) afirmaram desejar aprender (Neves, *et al.*, 2023).

Os adolescentes do sexo masculino eram mais propensos a não saber cozinhar "do zero", no entanto, tiveram maior prevalência na questão do “não saber cozinhar, mas querer aprender”. Eles também eram menos propensos a autoavaliar suas habilidades culinárias de forma positiva. Aqueles adolescentes que pertenciam a um nível socioeconômico inferior tiveram maior prevalência em preparar as refeições sozinhos em casa para toda a família (Neves, *et al.*, 2023).

Dos sete estudos identificados no estado da arte, apenas dois utilizaram entrevistas (Leak *et al.*, 2018; Romero; Francis, 2020). Um estudo qualitativo é ideal para estudar processos para fornecer uma compreensão do fenômeno por meio das vivências daqueles que o experimentaram diretamente (Yin, 2011). Considerando o consumo alimentar de adolescentes, a importância da socialização culinária nesta faixa etária, a relação entre cozinhar em casa e uma dieta mais saudável, investigar as práticas e percepções de adolescentes que participam de atividades culinárias no ambiente doméstico pode contribuir para o direcionamento de intervenções e atividades educativas voltadas a este grupo, justificando, assim, a realização deste estudo.

3 MÉTODO

3.1 INSERÇÃO DO ESTUDO

O projeto vincula-se ao Programa de Pós-Graduação em Nutrição (PPGN) da Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC), inserido na linha de pesquisa III - Nutrição em produção de refeições e comportamento alimentar e ao Núcleo de Pesquisa de Nutrição em Produção de Refeições (NUPPRE).

Esta pesquisa está inserida em um projeto mais amplo, intitulado “Cozinhando alimentos e criando preparações culinárias no ambiente doméstico: percepções de diferentes gerações na perspectiva da Alimentação Adequada e Saudável” coordenado e orientado pela Prof^a Dr^a Giovanna Medeiros Rataichesk Fiates em parceria com a Prof^a Dr^a Moira Dean, da *Queens University Belfast* (Irlanda do Norte, Reino Unido), registrado no Sistema Integrado de Gerenciamento de Projetos de Pesquisa e de Extensão da UFSC (SIGPEX) sob o número 201801687.

3.2 CARACTERIZAÇÃO DO ESTUDO

Com base em seus objetivos, esta pesquisa é de caráter exploratório, uma vez que busca proporcionar maior familiaridade com o problema, com o intuito de torná-lo mais explícito ou a construir hipóteses (Gil, 2002; Kumar, 2014).

Com base em seus procedimentos técnicos, trata-se de um estudo qualitativo com coleta de dados por meio de entrevistas semiestruturadas e análise dos dados por meio da análise de conteúdo. A abordagem qualitativa tem como objetivo compreender o problema que o grupo estudado vivencia e a dinâmica das relações sociais (Kumar, 2014; Yin, 2015).

3.3 POPULAÇÃO ALVO E RECRUTAMENTO

A população do estudo foi composta por adolescentes com idade entre 10 anos e 19 anos completos (OMS, 1965) residentes na área urbana da Grande Florianópolis do estado de Santa Catarina (Brasil).

Os participantes foram recrutados a partir da divulgação da pesquisa nas redes sociais das pesquisadoras e do PPGN/UFSC (*Facebook*®, *Instagram*® e *WhatsApp*®).

Aqueles indivíduos que contataram a pesquisadora principal através de *e-mail*, rede social ou telefone, receberam um link que os direcionou para a participação na pesquisa. O responsável pelo adolescente e o adolescente assinaram, respectivamente, o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) e Termo de Assentimento Livre e Esclarecido (TALE) para a participação na pesquisa. Após a assinatura do TCLE e TALE, os responsáveis dos participantes iniciaram o preenchimento dos dados referentes a informações sociodemográficas *online* via Formulário Google® (elaborado pela pesquisadora). Nos questionários foram explicitados os objetivos e a importância da pesquisa, os contatos (*e-mail* e número) das pesquisadoras responsáveis foram disponibilizados para contato e esclarecimento de quaisquer dúvidas.

Os interessados foram considerados elegíveis para participar da pesquisa se apresentassem as seguintes características:

- Ter idade de 10 anos a 19 anos completos;
- Participar de atividades culinárias no ambiente doméstico;

- Saber ler, escrever e comunicar-se sem quaisquer impedimentos ou limitações;

- Aceitar a condição de a entrevista ser gravada (somente a voz);
- Possuírem acesso à internet para participar da entrevista;
- Os responsáveis assinarem o TCLE;
- Assinarem o TALE.

Os participantes que, após o preenchimento do questionário, atenderam aos critérios estabelecidos foram convidados a participar de um encontro virtual durante o qual foi realizada a entrevista.

A amostra foi selecionada de forma intencional, uma vez que a pesquisadora buscou participantes com maiores chances de apresentar os critérios de inclusão desejados (Kumar, 2014). Foi aplicada a técnica de amostragem “bola de neve”, obtendo-se o número total de 12 participantes. O tamanho amostral foi definido com base nos artigos identificados na revisão de literatura que caracterizam as práticas culinárias envolvendo adolescentes no ambiente doméstico (Leak *et al.*, 2018; Romero; Francis, 2020). Ressalta-se que este estudo não busca representatividade populacional.

A técnica da bola de neve utiliza o recrutamento de novos indivíduos através da rede de contato dos próprios participantes, no qual estes são convidados a indicar outra(s) pessoa(s) que se enquadram na temática da pesquisa e nos critérios de inclusão definidos pelo pesquisador (Bickman; Rog 2009; Vinuto, 2014).

3.4 PROCESSO DE COLETA DE DADOS

3.4.1 Desenvolvimento do questionário sociodemográfico

Para a elaboração do questionário sociodemográfico, foram identificadas as informações que descrevem o perfil da população estudada, como idade, escolaridade, renda e condições de moradia (Brasil, 2006). Portanto, as variáveis coletadas foram: idade, sexo, escolaridade, renda mensal familiar e número de familiares que residem com o adolescente (APÊNDICE A).

3.4.2 Desenvolvimento do roteiro de entrevista semiestruturado

Para a elaboração do roteiro, foram identificados estudos qualitativos envolvendo percepções e práticas de adolescentes nas práticas e atividades culinárias no ambiente doméstico (Leak *et al.*, 2018; Romero; Francis, 2020). O objetivo desta fase foi obter uma compreensão mais abrangente e adequada do assunto, para criar uma pré-estrutura para a entrevista (Barriball; While, 1994; Turner, 2010). Além disso, foram utilizadas outras orientações metodológicas e *feedbacks* de outros pesquisadores qualitativos do grupo de pesquisa (Rabionet, 2011).

Pesquisas relatam que a qualidade do guia de entrevista afeta a implementação da entrevista e a análise dos dados coletados (Barriball; While, 1994; Krauss *et al.*, 2009; Rabionet, 2011; Cridland *et al.*, 2015), por isso, foi elaborado um roteiro preliminar (APÊNDICE B) para a coleta de dados de entrevistas, utilizando conhecimentos prévios de formas estruturais, lógicas e coerentes (Turner, 2010).

Inicialmente, as primeiras perguntas (quebra-gelo) foram previstas para criar um ambiente mais confortável entre entrevistador e entrevistado (Rabionet, 2011; Cridland *et al.*, 2015). Os principais temas do questionário abrangeram os objetivos do projeto e os participantes foram incentivados a falar livremente sobre suas percepções e experiências. Depois disso, a ordem dos temas principais passou dos mais leves para os mais aprofundados (Whiting, 2008; Baumbusch, 2010; Cridland *et al.*, 2015), as perguntas de seguimento (*probes*) foram utilizadas para tornar os temas principais mais compreensíveis (Turner, 2010) e para direcionar a conversa para o assunto estudado (Baumbusch, 2010). As *probes* foram pré-elaboradas (Whiting, 2008; Rabionet, 2011), porém também aconteceram de forma espontânea com base na resposta do participante (Braun; Clarke, 2013).

A avaliação do roteiro de entrevista pelos pesquisadores do grupo de pesquisa foi utilizada para avaliar a adequação e abrangência do conteúdo do roteiro em relação aos objetivos e temas do estudo (Barriball; While, 1994) a fim de eliminar ambiguidades, avaliar a qualidade e verificar se há perguntas inadequadas (Barriball; While, 1994; Kallio *et al.*, 2016).

3.5 TESTE PILOTO

Após a aprovação da pesquisa pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Universidade Federal de Santa Catarina (CEPSH/UFSC)

(ANEXO 1), um teste piloto foi aplicado com dois adolescentes recrutados inicialmente. O teste piloto visa simular a situação real das entrevistas e fornecer informações cruciais sobre a implementação das entrevistas como o teste das ferramentas e aplicativos utilizados na coleta de dados, tempo para cada sessão, inteligibilidade e relevância das perguntas e verificar se há alguma limitação no roteiro (Braun; Clarke, 2013; Kallio *et al.*, 2016).

3.6 COLETA DE DADOS

Após a assinatura do TALE pelos participantes, do TCLE pelos responsáveis e preenchimento do questionário utilizado para a caracterização da amostra, a coleta das informações relacionadas ao objetivo principal foi feita por meio de entrevista semiestruturada via serviço de comunicação por vídeo (Google Meet®). O agendamento das entrevistas foi feito pela pesquisadora através do contato com o participante pelo número de telefone registrado no questionário de caracterização da amostra. Todas as entrevistas foram gravadas (utilizando o software *Audacity*®, que permite a gravação de voz). O para a coleta de dados foi previamente definido para adequar a exequibilidade temporal do estudo.

Foram feitos esforços para atingir uma maior diversidade de participantes da pesquisa.

3.7 ANÁLISE DOS DADOS

3.7.1 **Análise das variáveis de caracterização da amostra**

Os dados de caracterização da amostra (nome, idade, escolaridade e renda familiar) foram organizados em tabelas no programa Microsoft Excel® e apresentados por estatística descritiva. O controle de qualidade dos dados inseridos foi feito pela conferência das informações por um segundo pesquisador.

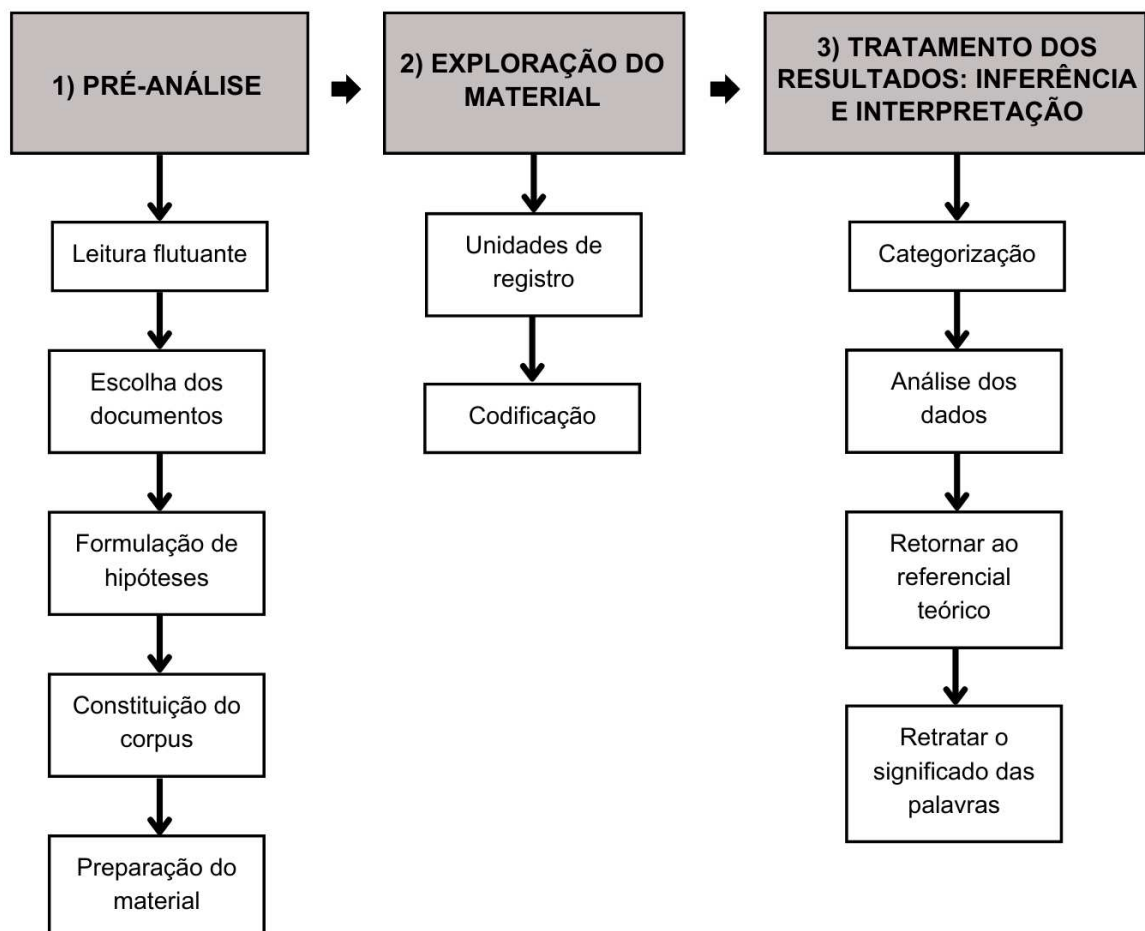
3.7.2 **Análise das entrevistas semiestruturadas**

As entrevistas foram transcritas *verbatim* pela pesquisadora com o auxílio do aplicativo *Transcribe*®, gerando um manuscrito. A partir das informações fornecidas

na entrevista, complementadas com as anotações de campo e os áudios registrados, todas as respostas de cada participante foram organizadas em um banco de dados no programa *Microsoft Office Word 2016*®.

A análise do conteúdo das entrevistas foi feita em três etapas (Figura 2). A primeira foi a leitura flutuante das transcrições das entrevistas; a segunda fase consistiu na exploração do texto com o objetivo de realizar a codificação das unidades de registro. A terceira etapa consistiu na classificação em blocos de determinadas categorias que confirmaram ou modificaram aquelas presentes nas hipóteses e referenciais teóricos inicialmente propostos, calcada nos resultados brutos obtidos a fim de torná-los significativos e válidos (BARDIN, 2011).

Figura 2 - Etapas da análise de conteúdo



Fonte: Elaborado pela autora (2024).

A confiabilidade inter e intra-avaliadora foi assegurada pela conferência dos temas gerados por outro pesquisador experiente em métodos qualitativos, até

obtenção de consenso, e pela dupla análise dos dados em um intervalo de quinze dias pela pesquisadora principal.

3.8 PROCEDIMENTOS ÉTICOS DA PESQUISA

A pesquisa foi submetida à análise do CEPESH/UFSC, atendendo as exigências éticas e científicas impostas na Resolução nº 510/2016 do Conselho Nacional de Saúde (Brasil, 2016). Sua aprovação foi obtida no dia 01 de agosto de 2022, sob o parecer nº 5.556.343 (Anexo 1).

Todos os adolescentes assinaram o Termo de Assentimento Livre e Esclarecido (TALE) e seus responsáveis assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), assim como somente foram coletados dados dos adolescentes cujo responsável consentiu com a realização da pesquisa.

Os participantes tiveram a liberdade de negar a participação ou abandonar a pesquisa a qualquer momento de sua execução. Todas as informações prestadas pelos participantes foram mantidas em sigilo e anonimato, de modo a preservar sua privacidade. Apenas pesquisadores envolvidos com o projeto possuem acesso aos dados coletados, mantidos em arquivo pessoal do pesquisador principal.

A pesquisa poderia causar algum constrangimento para os participantes, uma vez que a voz do participante foi registrada durante a gravação da entrevista. No entanto, os participantes foram esclarecidos e somente participaram com a assinatura prévia do TCLE e TALE.

A participação na pesquisa foi totalmente voluntária, sem oferta de qualquer recurso financeiro, de modo que a sensibilização para a adesão à pesquisa se deu apenas pelo esclarecimento dos seus objetivos e pelos potenciais benefícios, relativos à produção de conhecimento sobre o tema deste estudo.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

O manuscrito original apresentado a seguir aborda as práticas e percepções de adolescentes sobre seu envolvimento em atividades culinárias no ambiente doméstico.

*Práticas e percepções de adolescentes sobre seu envolvimento em atividades
culinárias*

ADOLESCENTES E ATIVIDADES CULINÁRIAS

RESUMO

Objetivo: Investigar as percepções e práticas de adolescentes sobre sua participação em atividades culinárias no ambiente doméstico.

Método: Pesquisa qualitativa, exploratória e descritiva com uma amostra intencional de adolescentes de ambos os sexos (n = 12, média de idade 14,6 ± 2,3 anos). A coleta de dados ocorreu por meio de entrevistas semiestruturadas conduzidas online, que foram transcritas e submetidas à Análise de Conteúdo.

Resultados: Nove adolescentes relataram preparar tanto lanches como refeições mais elaboradas para o almoço ou o jantar, para toda a família e para amigos, sozinhos a maior parte das vezes. Cinco participantes informaram ter autonomia para decidir o que será preparado. As refeições do final de semana foram citadas como mais elaboradas e diferentes (lasanha, panqueca), enquanto as da semana eram mais simples (arroz e feijão). As principais motivações citadas para começar a cozinhar, foram: necessidade devido aos horários de trabalho dos pais, ver os próprios familiares cozinhando, ter vontade de comer alguma preparação específica, querer ter uma alimentação mais saudável e assistir programas de culinária na TV. Os adolescentes relataram gostar de cozinhar e mencionaram aspectos positivos relacionados ao cuidado com a família e amigos, sensação de bem-estar, aspectos de promoção da convivialidade, autonomia e variedade alimentar.

Conclusão: A presença de um familiar referência na cozinha, prazer, interesse e contato precoce com o preparo de refeições foram reconhecidos como influências para a própria prática de cozinhar. Os adolescentes eram autônomos para cozinhar diferentes preparações para si e outras pessoas, mas a falta de tempo para o preparo de refeições foi percebida como uma barreira para envolver-se com o ato de cozinhar. Intervenções direcionadas ao desenvolvimento de habilidades culinárias para planejamento e organização de refeições podem beneficiar este grupo etário.

Descritores: Adolescente; Culinária; Percepção; Refeição.

INTRODUÇÃO

A alta disponibilidade de alimentos que quase não exigem habilidades para o preparo, como os ultraprocessados (UP), é um fator importante na redução da autonomia dos indivíduos de preparar sua própria comida a partir de alimentos in natura ou minimamente processados e realizar escolhas mais saudáveis. Uma maior dedicação ao preparo de alimentos em casa associa-se a uma melhor qualidade na dieta, com maior consumo de alimentos in natura ou minimamente processados como frutas, vegetais e cereais integrais e menor consumo de alimentos UP^{1,6,7,8,9}.

No Brasil e em outros países vem ocorrendo diminuição do interesse e da motivação para aprender a cozinhar, levando os indivíduos a dependerem de alimentos industrializados prontos para consumo, o que pode estar relacionado a um consumo alimentar nutricionalmente inadequado^{1,2,3,4,5}.

Segundo a Pesquisa de Orçamentos Familiares 2017-2018, o percentual estimado para o consumo de UP foi mais elevado entre adolescentes do que no grupo de adultos e idosos, representando 26,7% do total de calorias diárias consumidas. A frequência de consumo estimada de frutas, verduras e legumes, em geral, também foi menor entre adolescentes¹⁰.

Estudos internacionais quantitativos com delineamento transversal envolvendo adolescentes identificaram que aprender habilidades culinárias em idade mais jovem se associa com criatividade e identidade culinária da cozinha, e tem efeito positivo sobre qualidade da alimentação¹¹; que ser capaz de cozinhar se associa a melhores indicadores nutricionais e a conexões familiares mais fortes¹²; e que o envolvimento do adolescente no preparo de alimentos para a família é significativamente associado a diversos marcadores de melhor qualidade alimentar e melhores padrões alimentares¹³. No entanto, de acordo com uma pesquisa envolvendo adolescentes Brasileiros, a única identificada na temática, muitos não se envolvem no planejamento de refeições e escolha de alimentos¹⁴.

Estudos de delineamento qualitativo com adolescentes de outros países verificaram que aqueles pertencentes a famílias de baixa renda têm responsabilidade primária ou compartilhada por cozinhar para a família devido ao trabalho dos adultos e horários familiares e que associam a atividade a diversão e

interação familiar¹⁵; e que o envolvimento de adolescentes com a culinária doméstica envolve normas de gênero e habilidades culinárias específicas vinculadas à idade e ao tipo de alimento, além de ser vista como uma importante contribuição familiar¹⁶.

Considerando os hábitos alimentares da população adolescente Brasileira e os resultados de estudos sobre os benefícios associados ao envolvimento de adolescentes com o preparo de refeições, o objetivo da presente pesquisa foi investigar as percepções e práticas de adolescentes sobre sua participação em atividades culinárias no ambiente doméstico.

MÉTODOS

Coleta de dados

O estudo foi submetido e aprovado por comitê de ética institucional (CCAE 59951722.7.0000.0121, parecer consubstanciado nº 5.556.343) e atendeu as exigências éticas e científicas dispostas na Resolução nº466/2012 do Conselho Nacional de Saúde¹⁷.

O recrutamento de participantes ocorreu por meio de divulgação nas redes sociais das pesquisadoras e grupo de pesquisa (Facebook®, Instagram® e WhatsApp®) e institucionais. A seleção foi intencional e se baseou nos seguintes critérios de inclusão: ter idade entre 10 e 19 anos¹⁸, participar de atividades culinárias no ambiente doméstico; saber ler, escrever e conseguir se comunicar sem impedimentos; aceitar a condição da entrevista ser gravada (voz); ter smartphone ou computador com acesso à internet; e residir na região metropolitana de Florianópolis.

A coleta de dados ocorreu entre agosto e dezembro de 2022 por meio de questionário e entrevista online. O número de participantes foi definido com base em estudos publicados na literatura sobre o tema^{15,16}. O questionário hospedado no aplicativo Google Forms® informava os objetivos e a importância da pesquisa, esclarecia questões éticas e coletava a anuência por meio da assinatura de Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) pelo responsável e de Termo de Assentimento Livre e Esclarecido (TALE) pelo adolescente. Após a coleta das assinaturas, o participante era direcionado para a página que solicitava o preenchimento de informações sociodemográficas: idade, sexo, escolaridade, renda mensal familiar e número de pessoas na residência.

O roteiro da entrevista foi baseado nos objetivos da pesquisa e passou por teste piloto com dois adolescentes que atendiam aos critérios de inclusão da pesquisa. O roteiro (Tabela 1) continha perguntas iniciais para criar um ambiente mais confortável entre entrevistador e entrevistado¹⁹, seguidas pelas perguntas principais sobre o tema da pesquisa. Os participantes foram incentivados a falar livremente sobre suas percepções e experiências; e perguntas de seguimento foram utilizadas para estimular e direcionar a conversa²⁰. As entrevistas foram conduzidas pela primeira autora por meio do Google Meet® e gravadas com a utilização do software Audacity®.

[TABELA 1]

Análise de dados

Os dados sociodemográficos foram organizados em tabelas e apresentados por estatística descritiva. As entrevistas foram transcritas verbatim no Microsoft Word 2016® com o auxílio do aplicativo Transcribe® e posteriormente organizadas em um banco de dados no Microsoft Excel® para análise de conteúdo (AC)²¹. As informações disponibilizadas pelos entrevistados foram interpretadas a partir de uma descrição objetiva e sistemática do conteúdo manifesto e posteriormente agrupadas em categorias, seguindo criteriosamente as etapas metodológicas propostas por Bardin²¹. As categorias foram discutidas, revisadas e refinadas por ambas as autoras e falas representativas foram selecionadas para ilustrar as percepções dos participantes da pesquisa.

RESULTADOS

Participaram da pesquisa 12 adolescentes de ambos os sexos (8 do sexo feminino), com média de idade de 14,6 anos \pm 2,3 anos. Os domicílios eram compostos em média por 3,5 familiares (variando de 2 a 6), incluindo o adolescente. A faixa de renda familiar mais comum foi de um a três salários-mínimos mensais (n= 8) (Tabela 2).

[TABELA 2]

Práticas de adolescentes que se envolvem em atividades culinárias no ambiente doméstico

A idade em que os entrevistados começaram a se envolver com a preparação de alimentos em casa variou entre 7 e 14 anos. A maioria dos adolescentes (n=9) relatou preparar tanto lanches (sanduíche de queijo e presunto, ovo frito) como refeições mais elaboradas para o almoço ou o jantar (estrogonofe, nhoque, arroz, feijão, carnes e outras), para toda a família e para amigos, sozinhos a maior parte das vezes. Foi pequeno o número de adolescentes que referiu precisar de auxílio (n=3), principalmente das mães, mas também dos pais e irmãos, inclusive mais novos; preparar apenas refeições simples como batida de frutas, omelete (n=3); e cozinhar somente para consumo próprio (n=3). Cinco participantes informaram ter autonomia para escolher os alimentos e decidir o que será preparado; os demais relataram que a escolha é compartilhada ou definida exclusivamente por outra pessoa.

Onze adolescentes mencionaram diferenças no tipo de preparação / refeição elaborada durante a semana e no final de semana. Segundo o relato de um adolescente, *“dia de semana a gente vai fazer mais o arroz, feijão, um negócio mais simples. Final de semana a gente tem que dar uma diferenciada... fazer uma lasanha, uma panqueca, coisa assim”*. (Sexo masculino, 16 anos).

Dois participantes mencionaram que precisar ir para a escola os impede de fazer refeições mais elaboradas durante a semana, e a interação familiar também foi citada como influência para variar o tipo de preparação: *“no final de semana quando eu cozinho (...) normalmente é para meu irmão, meu pai e minha mãe, então é algo um pouco mais elaborado, um pouco diferente, porque é um momento ali da família”*. (Sexo feminino, 16 anos).

Percepções de adolescentes que se envolvem em atividades culinárias no ambiente doméstico

A motivação mais frequentemente citada, em ambos os sexos (n=6), para começar a cozinhar em casa, foi a necessidade, devido aos horários de trabalho dos pais. Também foram citadas como motivações ver os próprios familiares cozinhando, ter vontade de comer alguma preparação específica, querer ter uma alimentação mais saudável e assistir programas de culinária na TV. Seguem algumas frases dos participantes que ilustram as motivações mencionadas:

“Eu adoro cozinhar, é uma coisa que desde pequena sempre vi a mãe fazer. Sempre quis também aprender.” (Sexo feminino, 14 anos).

“Eu vi meu pai fazendo as coisas, ensinando. Aí eu comecei a me apegar nisso, comecei a fazer (...) vi ele fazendo arroz, frango, ovo, essas coisas.” (Sexo masculino, 12 anos).

“Tinha coisas que eu tinha vontade de comer. Aí minha mãe falava “olha na internet a receita e tenta fazer” aí eu comecei assim, tentando fazer coisas também para saber, para aprender a cozinhar e porque eu sempre tive vontade mesmo (...)” (Sexo feminino, 14 anos).

“Quando era criança eu ajudava de vez em quando (...) Mas aí quando eu comecei a querer comer mais certo pra mim [comer mais saudável], comer mais o que eu gosto e o que eu acho bom pra mim eu comecei a participar mais.” (Sexo feminino, 17 anos).

“A questão de ver na televisão, é... passa na TV, culinária essas coisas, tipo MasterChef. E eu comecei a me interessar.” (Sexo feminino, 15 anos).

Ao descreverem sua percepção sobre o ato de cozinhar, os adolescentes relataram gostar e mencionaram muitos aspectos positivos, relacionados ao cuidado com a família e amigos, sensação de bem-estar. Também foram valorizados aspectos de promoção da convivialidade, autonomia e variedade alimentar:

“Cozinhar para alguém, você tem uma responsabilidade de querer acertar o máximo, mas eu também sei que estou gostando de cozinhar, sei lá, para as minhas amigas, quando elas vêm aqui ou pra minha mãe, eu estou sempre inventando coisas novas.” (Sexo feminino, 18 anos).

“Eu acho que me acalma, sabe? Aí quando eu estou muito ansiosa ou nervosa, eu vou cozinhar (...) eu me sinto muito, muito grata por conseguir fazer aquilo.” (Sexo feminino, 15 anos).

“Eu sentia que quando eu cozinhava eu tinha menos vontade de comer compulsivamente, assim, sabe, porque eu já tinha tido toda relação com a comida antes de comer, então eu comia com muito mais tranquilidade e sem aquela ansiedade que eu tinha.” (Sexo feminino, 16 anos).

“Como eu cozinho com mais pessoas junto comigo... fica um negócio mais descontraído. Não presta atenção naquela parte chata tipo “ai, a medida disso, a medida daquilo”, entende? Acaba se tornando uma coisa mais automática, não se torna tão chato e até um pouco divertido.” (Sexo masculino, 16 anos).

“Eu acho que só de saber fazer essas coisas e ter uma certa autonomia ali na cozinha e não depender de outras pessoas ou de comprar coisas prontas eu sinto independência... que eu já sei fazer uma coisa e não ficar dependendo deles.” (Sexo feminino, 16 anos).

“E eu vejo muito também a diferença da minha variedade alimentar com a dos meus amigos e ter mais contato com alimentos que eles ou nunca comeram ou não tem um contato porque vivem naquela coisa de fast-food.” (Sexo feminino, 16 anos).

A maior parte dos adolescentes (n=8) relatou um aumento no envolvimento no preparo de refeições durante o período da pandemia não somente pelo maior tempo disponível para cozinhar, mas pelo maior tempo de realizar pesquisas online sobre receitas. Conforme o relato de uma participante, *“A gente ficou mais conectado com a internet e dependendo disso, eu acabei me envolvendo mais. Eu comecei a ver no YouTube, nos programas de culinária na Netflix também e a gente não tinha muita coisa pra fazer...”* (Sexo feminino, 15 anos). O envolvimento reduziu após o retorno das aulas presenciais; segundo uma participante, a volta à rotina anterior com amigos fez com que *“essas coisas [preparo de refeições] começaram a ficar cada vez mais difíceis de serem feitas.”* (Sexo feminino, 16 anos).

DISCUSSÃO

Este estudo investigou percepções e práticas de adolescentes sobre sua participação em atividades culinárias no ambiente doméstico. De acordo com o

relato dos entrevistados, foram identificados alguns determinantes para que cozinhar em casa se concretizasse na adolescência, como o contato precoce com a preparação de alimentos, a presença de um familiar como referência na cozinha, bem como prazer e interesse em cozinhar. Esses fatores, reconhecidos pelos adolescentes, foram também observados em estudos com adultos^{8,11,22}, indicando que, mesmo nesta faixa etária mais jovem, foram capazes de reconhecer influências para a sua própria prática de cozinhar.

Na amostra, a maioria relatou cozinhar sozinhos tanto para si quanto para família e amigos, refeições completas como almoço e jantar. A prática de cozinhar “do zero”, é reconhecida como mais saudável^{23,24} e vai ao encontro das recomendações do Guia Alimentar para a População Brasileira (GAPB)¹. O envolvimento do adolescente no preparo de alimentos para a família já foi associado ao maior consumo de frutas e vegetais, ingestão saudável de nutrientes e mais refeições em família durante a semana^{13,11}. Adicionalmente, estudos mostram que a retenção da prática de cozinhar quando mais jovens está associada a adultos mais confiantes, à criatividade na cozinha e a ter identidade culinária^{11,25}.

Variações no tipo de preparações feitas durante a semana e no final de semana foram citadas. As refeições dos finais de semana eram tidas como mais diferentes e elaboradas, sendo a maior disponibilidade de tempo para cozinhar e a interação familiar os principais facilitadores e motivadores para essa variação. Estudos anteriores apontam que ter mais tempo livre ou aproveitar os finais de semana para cozinhar^{8,26}, ter tempo para planejar, organizar, preparar e limpar, motiva os indivíduos a cozinhareem em casa^{27,28} e essa disponibilidade de tempo para cozinhar pode ser relacionada ao maior prazer com a atividade^{26,29}.

No que diz respeito às motivações dos adolescentes sobre o ato de cozinhar em casa, as principais estavam relacionadas à necessidade e ao desejo de comer algo específico. Em suas práticas, somente três adolescentes referiram necessitar de auxílio para preparar refeições. A adolescência é caracterizada como período em que ocorre a construção da autonomia e personalidade, representada pela consolidação de comportamentos e hábitos, dentre eles, os alimentares³⁰. Tal autonomia se mostra importante para a capacidade prática dos indivíduos de preparar suas próprias refeições e do desenvolvimento de habilidades culinárias^{31,32} pois para os adolescentes, desenvolver habilidades culinárias é tida como uma prática que gera autonomia³².

Neste estudo, o ato de ver tanto a mãe quanto o pai cozinhando também foi citado pelos participantes como motivação para despertar o interesse em cozinhar. Para os poucos que necessitavam de ajuda, as mães eram o principal auxiliador. Estudos mostram que o hábito de cozinhar está relacionado de maneira importante com a presença de exemplos dentro do ambiente doméstico^{27,31}. A família é considerada um dos principais agentes de socialização culinária^{11,28,33}, primordialmente os pais^{33,34}. Ainda hoje, as mães são consideradas a principal fonte de transmissão desses conhecimentos^{11,26,34}, através da possibilidade de observação regular de comportamentos e atitudes^{11,35}.

O ato de cozinhar com outras pessoas, principalmente os familiares, foi mencionado no estudo como algo descontraído e divertido, fazendo com que a parte “chata” da tarefa não fosse percebida. Tal achado reforça a recomendação do GAPB a respeito de cozinhar com mais pessoas e a divisão de tarefas entre homens, mulheres, crianças e adolescentes, para que a carga de trabalho seja reduzida e favoreça a transmissão dos conhecimentos culinários para as crianças e adolescentes¹.

No que diz respeito ao ato de preparar refeições durante o período de isolamento social devido à Pandemia pela COVID-19, a maior parte dos adolescentes mencionou ter se envolvido mais enquanto passavam mais tempo em casa. Foi nesse contexto de mais tempo livre, que mudanças positivas na alimentação dos indivíduos foram possíveis, nos períodos de isolamento social, provavelmente porque os indivíduos dedicaram mais tempo para o ato de cozinhar^{36,37}. No entanto, o inverso ocorreu após o retorno das aulas presenciais, pois houve uma redução no tempo disponível para dedicar ao preparo de refeições. À medida que a falta de tempo é percebida como uma barreira, o inverso, é percebido como facilitador^{26,28}. Tempo e habilidades culinárias estão interligados, o que reforça a importância de desenvolver não somente habilidades culinárias técnicas, mas também de planejamento de compras, organização da despensa e definição das refeições ao longo da semana. Afinal, maior habilidade culinária pode reduzir o tempo de preparo das refeições¹. Adicionalmente, indivíduos destacaram que essa capacidade de organização e planejamento favorecem a efetivação do ato de cozinhar^{23,24,27}.

A maior parte dos participantes relatou renda mensal familiar entre um e três salários-mínimos. A necessidade de preparar refeições foi um relato frequente em

casos cujos pais não estavam em casa ou estavam ocupados, ou quando os adolescentes estavam com muita fome e precisavam preparar a própria comida³⁸. A associação entre baixa renda e responsabilidade primária pela preparação de alimentos para a família por adolescentes já foi relatada em estudos norte-americanos^{15,38} e brasileiros¹⁴. É possível que os resultados do presente estudo estejam relacionados à necessidade de assumir a responsabilidade pela alimentação da família na ausência dos pais.

LIMITAÇÕES

A desejabilidade social pode ser considerada como limitação deste estudo, uma vez que a entrevistadora era nutricionista. Isso pode levar os participantes a uma propensão em responder de forma tendenciosa às perguntas apresentadas³⁹.

Além disso, este estudo não teve como objetivo identificar se os adolescentes elaboram refeições de forma saudável, baseando-se em alimentos in natura e minimamente processados e evitando alimentos UP, sendo assim, não se pode relacionar os achados com indicadores de dieta mais adequada.

A faixa de renda predominante na amostra foi de 1-3 salários-mínimos, assim os achados da pesquisa refletem principalmente este grupo.

PONTOS FORTES

Existem poucos estudos Brasileiros que abordam o envolvimento de adolescentes em refeições feitas em casa, portanto, o caráter exploratório desta pesquisa qualitativa deve ser enfatizado pois fornece achados importantes para investigações futuras neste grupo específico.

Foram seguidos protocolos bem estabelecidos para a elaboração do roteiro semiestruturado utilizado nas entrevistas, além da avaliação e análise de pesquisadores experientes em pesquisa qualitativa.

CONCLUSÃO

Os adolescentes foram capazes de reconhecer influências motivadoras para a sua própria prática de cozinhar como a presença de um familiar (mães, pais e irmãos) como referência na cozinha, bem como prazer e interesse em cozinhar e o contato precoce com o preparo de refeições. Demonstraram autonomia para cozinhar diferentes preparações para si e outras pessoas, motivados tanto por

necessidade (possível influência da faixa de renda familiar), quanto por desejo próprio. Além disso, o tempo foi percebido como uma barreira para um maior envolvimento no preparo de refeições, acentuado com o retorno das aulas após a pandemia de COVID-19. A adolescência, fase da vida que propicia mudanças e novos aprendizados, pode ser uma janela de oportunidade para estimular o envolvimento no ato de cozinhar em casa. Esse grupo etário pode se beneficiar de intervenções que ensinem habilidades culinárias, especialmente para planejamento e organização de refeições. Mais pesquisas são necessárias para compreender melhor os impactos que as responsabilidades relacionadas ao cozinhar podem ter em adolescentes.

REFERÊNCIAS

1. Ministério da Saúde (Brasil). Guia Alimentar Para a População Brasileira. Brasília: Ministério; 2014. [citado em 13 set 2023]. Available from: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_alimentar_populacao_Brasileira_2e_d.pdf
2. Caraher M, Lang T. Can't cook, won't cook: A review of cooking skills and their relevance to health promotion. *International Journal of Health Promotion and Education*. 1999;37(3):89–100. Available from: <https://openaccess.city.ac.uk/id/eprint/502/>
3. Caraher M, Seeley A. Cooking in schools: Lessons from the UK. *Journal of the Home Economics Institute of Australia*. 2010;17(1):2–9. Available from: <https://openaccess.city.ac.uk/id/eprint/7873/>
4. Möser A. Food preparation patterns in German family households. An econometric approach with time budget data. *Appetite*. 2010 Aug;55(1):99–107. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2010.04.008>
5. Soliah LAL, Walter JM, Jones SA. Benefits and Barriers to Healthful Eating. *American Journal of Lifestyle Medicine*. 2011 Nov 4;6(2):152–8. <https://doi.org/10.1177/1559827611426394>
6. Alencar B de, Toral N, Recine E, Rizzolo A. Factors related to food involvement in the adult population. *Revista de Nutrição*. 2016 Jun;29(3):337–45. <https://doi.org/10.1590/1678-98652016000300004>
7. Zong G, Eisenberg DM, Hu FB, Sun Q. Consumption of Meals Prepared at Home and Risk of Type 2 Diabetes: An Analysis of Two Prospective Cohort Studies. White M, editor. *PLOS Medicine*. 2016 Jul 5;13(7):e1002052. <https://doi.org/10.1371/journal.pmed.1002052>
8. Mills S, Brown H, Wrieden W, White M, Adams J. Frequency of eating home cooked meals and potential benefits for diet and health: cross-sectional analysis of a

- population-based cohort study. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*. 2017 Aug 17;14(1). <https://doi.org/10.1186/s12966-017-0567-y>
9. Vanderlee L, Hobin EP, White CM, Hammond D. Grocery Shopping, Dinner Preparation, and Dietary Habits among Adolescents and Young Adults in Canada. *Canadian Journal of Dietetic Practice and Research*. 2018 Dec 1;79(4):157–63. <https://doi.org/10.3148/cjdpr-2018-025>
10. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Pesquisa de Orçamentos Familiares 2017-2018: avaliação nutricional da disponibilidade domiciliar de alimentos no Brasil/IBGE, Coordenação de Trabalho e Rendimento. Rio de Janeiro: Instituto; 2020. Available from: <https://www.ibge.gov.br/estatisticas/sociais/populacao/24786-pesquisa-de-orcamentos-familiares-2.html>
11. Lavelle F, Spence M, Hollywood L, McGowan L, Surgenor D, McCloat A, *et al*. Learning cooking skills at different ages: a cross-sectional study. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*. 2016 Nov 14;13(1). Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5109777/>
12. Utter J, Denny S, Lucassen M, Dyson B. Who is teaching the kids to cook? Results from a nationally representative survey of secondary school students in New Zealand. *International Journal of Adolescent Medicine and Health*. 2016 Aug 10;30(3). <https://doi.org/10.1515/ijamh-2016-0064>
13. Berge JM, MacLehose RF, Larson N, Laska M, Neumark-Sztainer D. Family Food Preparation and Its Effects on Adolescent Dietary Quality and Eating Patterns. *Journal of Adolescent Health*. 2016 Nov 1;59(5):530–6. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2016.06.007>
14. Neves FS, Martins CA, Fontes VS, Batista AP, de Faria ER, Netto MP, *et al*. Involvement of Brazilian adolescents in home cooking: an exploratory analysis (EVA-JF Study). *Nutrition*. 2023 Feb;111998. <https://doi.org/10.1016/j.nut.2023.111998>
15. Leak TM, Aasand TA, Vickers Z, Reicks M. The Role of Adolescents From a Low Socioeconomic Background in Household Food Preparation: A Qualitative Study. *Health Promotion Practice*. 2018 May 10;20(6):890–6. <https://doi.org/10.1177/1524839918776647>
16. Romero MMY, Francis LA. Youth involvement in food preparation practices at home: A multi-method exploration of Latinx youth experiences and perspectives. *Appetite*. 2020 Jan;144:104439. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2019.104439>
17. Ministério da Saúde (Brasil). Resolução nº 466 de 12 de dezembro de 2012: diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisa envolvendo seres humanos. *Diário Oficial da União*. Brasília; 2012. Available from: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/cns/2013/res0466_12_12_2012.html
18. Organización Mundial de la Salud. Problemas de salud de la adolescencia: informe de un Comité de Expertos de la OMS. Ginebra; 1964. <https://iris.who.int/handle/10665/38485>
19. Rabionet S. How I Learned to Design and Conduct Semi-structured Interviews: An Ongoing and Continuous Journey. *The Qualitative Report*. 2014 Oct 19;16(2). <https://doi.org/10.46743/2160-3715/2011.1070>
20. Turner DW. Qualitative Interview Design: A Practical Guide for Novice Investigators. *NSUWorks*. 2010. <https://doi.org/10.46743/2160-3715/2010.1178>
21. Bardin L. *Análise de conteúdo*. São Paulo: Edições 70, 2011, 229 p.

22. Mazzonetto AC, Dean M, Fiates GMR. Perceptions about home cooking: an integrative review of qualitative studies. *Cien Saude Colet* 2020;25:4559–71. <https://doi.org/10.1590/1413-812320202511.01352019>
23. Lavelle F, McGowan L, Spence M, Caraher M, Raats MM, Hollywood L, *et al.* Barriers and facilitators to cooking from “scratch” using basic or raw ingredients: a qualitative interview study. *Appetite* 2016;107:383–391. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2016.08.115>
24. Wolfson JA, Bleich SN, Smith KC, Frattaroli S. What does cooking mean to you?: Perceptions of cooking and factors related to cooking behavior. *Appetite* 2016; 97:146-154. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2015.11.030>
25. McGowan L, Caraher M, Raats M, Lavelle F, Hollywood L, McDowell D, *et al.* Domestic cooking and food skills: A review. *Critical reviews in food science and nutrition*. 2017;57(11):2412–31. <https://doi.org/10.1080/10408398.2015.1072495>
26. McCloat A, Mooney E, Hollywood LE. Have Irish parents put cooking on the back burner? An Island of Ireland study of the food skills, cooking confidence and practices of parents. *British Food Journal*. 2017 May 2;119(5):992–1002. <https://doi.org/10.1108/BFJ-09-2016-0440>
27. Jones SA, Walter J, Soliah L, Phifer JT. Perceived motivators to home food preparation: Focus group findings. *J Acad Nutri Diet* 2014; 114(10):1552-1556. <https://doi.org/10.1016/j.jand.2014.05.003>
28. Namin A, Ratchford BT, Saint Clair JK, Bui M (Myla), Hamilton ML. Dine-in or take-out: Modeling millennials’ cooking motivation and choice. *Journal of Retailing and Consumer Services*. 2020 Mar;53:101981. <https://doi.org/10.1016/j.jretconser.2019.101981>
29. Daniels S, Glorieux I, Minnen J, van Tienoven TP. More than preparing a meal? Concerning the meanings of home cooking. *Appetite*. 2012 Jun;58(3):1050–6. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2012.02.040>
30. UNITED NATIONS CHILDREN’S FUND (UNICEF). Progress for Children: a Report Card on Adolescents. Number 10. 2012. Available on: <https://www.unicef.org/reports/progress-children-no-10>.
31. Diez-Garcia RW, Castro IRR de. A culinária como objeto de estudo e de intervenção no campo da Alimentação e Nutrição. *Ciência & Saúde Coletiva*. 2011 Jan;16(1):91–8. <https://doi.org/10.1590/S1413-81232011000100013>
32. Brasil. Ministério da Saúde. Política Nacional de Alimentação e Nutrição. Brasília: Ministério da Saúde, 2012. Available on: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica_nacional_alimentacao_nutricao.pdf
33. Srivastava D, Torquati J, de Guzman MRT, Dev DA. Understanding Parental Ethnotheories and Practices About Healthy Eating: Exploring the Developmental Niche of Preschoolers. *American Journal of Health Promotion*. 2018 Nov 8;33(5):727–35. <https://doi.org/10.1177/0890117118810247>

34. Bernardo GL, Jomori MM, Fernandes AC, Colussi CF, Condrasky MD, Proença RP da C. Positive impact of a cooking skills intervention among Brazilian university students: Six months follow-up of a randomized controlled trial. *Appetite*. 2018 Nov;130:247–55. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2018.08.014>
35. Engler-Stringer R. Food, Cooking Skills, and Health: A Literature Review. *Canadian Journal of Dietetic Practice and Research*. 2010 Sep;71(3):141–5. <https://doi.org/10.3148/71.3.2010.141>
36. Dezanetti T, Quinaud RT, Caraher M, Jomori MM. Meal preparation and consumption before and during the COVID-19 pandemic: The relationship with cooking skills of Brazilian university students. *Appetite*. 2022 Aug;175:106036. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2022.106036>
37. Sarda B, Delamaire C, Serry AJ, Ducrot P. Changes in home cooking and culinary practices among the French population during the COVID-19 lockdown. *Appetite*. 2022 Jan;168:105743. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2021.105743>
38. Green EM, Gaines A, Hill TF, Dollahite JS. Personal, proxy, and collective food agency among early adolescents. *Appetite* 2021;166:105435.
39. Anastasi A & Urbina S. *Testagem Psicológica*. Porto Alegre: 7ª Edição. Artes Médicas, 2000. 575 páginas.

Tabela 1 – Roteiro de entrevista utilizado para explorar as percepções e práticas de adolescentes em atividades culinárias.

Perguntas
<ul style="list-style-type: none"> ● Você se lembra com que idade e por qual motivo começou a se envolver com o preparo de refeições em casa? ● Qual o primeiro prato/refeição que você lembra ter elaborado? ● Qual prato/refeição específica(o) que você gosta de preparar? ● Qual refeição (almoço, jantar, café da manhã) que você costuma preparar com frequência? ● Quando você prepara um prato ou refeição, você faz tudo ou alguém ajuda? ● Você decide o que vai ser feito ou alguém diz o que fazer? ● As refeições/preparações que você faz são somente para você? Ou para mais pessoas? E quando só você come o que faz, o que as outras pessoas comem? ● O tipo de preparação / refeição muda dependendo do dia da semana? Por exemplo, de segunda-feira a sexta-feira é diferente do sábado e domingo? ● Você percebeu alguma mudança no seu envolvimento no preparo de refeições no período da pandemia? E quando as aulas presenciais retornaram você percebeu alguma mudança? ● Como você se sente ao cozinhar uma refeição para você ou para sua família?

Fonte: Elaborado pela autora (2023).

Tabela 2 – Características dos participantes.

Sexo	Idade	Escolaridade	Nº membros família	Renda familiar (em SMN*)
Feminino	14	Ensino fundamental incompleto	4	1 - 3
Feminino	17	Ensino médio incompleto	3	9 - 12
Masculino	15	Ensino fundamental incompleto	2	1 - 3
Feminino	15	Ensino médio incompleto	5	3 - 6
Feminino	16	Ensino médio incompleto	3	1 - 3
Masculino	16	Ensino fundamental completo	6	1 - 3
Feminino	16	Ensino médio incompleto	2	1 - 3
Masculino	12	Ensino fundamental incompleto	3	1 - 3
Feminino	10	Ensino fundamental incompleto	4	1 - 3
Feminino	18	Ensino médio completo	2	3 - 6
Feminino	16	Ensino médio incompleto	4	> 15
Masculino	11	Ensino fundamental incompleto	4	1 - 3

Fonte: Elaborado pela autora (2023). *Salário-mínimo Nacional.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O tema desta pesquisa foi emanado das lacunas existentes na literatura, tendo como objetivo conhecer as práticas e as percepções de adolescentes sobre seu envolvimento nas atividades culinárias no ambiente doméstico. A partir da análise de conteúdo aplicada às entrevistas semiestruturadas transcritas, conjunto de dados revelou importantes achados sobre o objeto de estudo.

Os adolescentes foram capazes de reconhecer influências motivadoras para a sua própria prática de cozinhar como a presença de um familiar (mães, pais e irmãos) como referência na cozinha, bem como prazer e interesse em cozinhar e o contato precoce com o preparo de refeições. Demonstraram autonomia para cozinhar diferentes preparações para si e outras pessoas, motivados tanto por necessidade, quanto por desejo próprio e houve uma associação entre estar num NSE menor e uma maior probabilidade do adolescente preparar sozinho uma refeição para a família. Além disso, o tempo foi percebido como uma barreira para um maior envolvimento no preparo de refeições, acentuado com o retorno das aulas após a pandemia de COVID-19. A adolescência, fase da vida que propicia mudanças e novos aprendizados, pode ser uma janela de oportunidade para estimular o envolvimento no ato de cozinhar em casa. Esse grupo etário pode se beneficiar de intervenções que ensinem habilidades culinárias, especialmente para planejamento e organização de refeições. Mais pesquisas são necessárias para compreender melhor os impactos que as responsabilidades relacionadas ao cozinhar podem ter em adolescentes.

O estudo possui limitações e pontos fortes. Em relação às limitações, a desejabilidade social é entendida como uma propensão por parte de participantes de pesquisas psicológicas a responderem de forma tendenciosa a perguntas apresentadas. Os participantes tenderiam a apresentar respostas consideradas mais aceitáveis ou aprovadas socialmente e tenderiam ainda a negar sua associação pessoal com opiniões e comportamentos que seriam desaprovados socialmente (Crowne; Marlowe, 1960; Markus; Zajonc, 1985; Anastasi; Urbina, 2000). Além disso, não foi possível identificar se os adolescentes elaboram as refeições de forma saudável, se utilizam alimentos ultraprocessados ou *in natura* nas preparações, sendo assim, não se pode relacionar os achados com indicadores de dieta mais

adequada. A faixa de renda predominante da amostra foi de 3 salários-mínimos, assim os achados da pesquisa refletem principalmente este grupo específico. O período de coleta de dados definido previamente também foi considerado como limitação para este estudo pois pode ter afetado a profundidade dos dados.

Quanto aos pontos fortes, destaca-se que foram seguidos protocolos bem estabelecidos para a elaboração do roteiro semiestruturado utilizado nas entrevistas, além da avaliação e análise de pesquisadores experientes em pesquisa qualitativa. O caráter exploratório do estudo também deve ser enfatizado pois fornece achados importantes para investigações futuras. Por se tratar de um assunto pouco explorado no Brasil e no mundo, verifica-se a potencialidade para a continuidade da investigação sobre como os adolescentes se envolvem em atividades culinárias no ambiente doméstico, o que possibilitaria conhecer, observar e investigar a realidade desse grupo em diversos contextos sociais.

Dentro da trajetória na pós-graduação, a mestranda pôde trabalhar, além da elaboração da dissertação, em atividades que agregaram vivência acadêmica. Foi um grande aprendizado estar em contato com os pesquisadores experientes do grupo. Enquanto pesquisadora, trabalhar com a metodologia de pesquisa qualitativa, especificamente com a Análise de Conteúdo proposta por Bardin (2011) para a análise e interpretação dos resultados, permitiu um profundo aprendizado em relação a variedade de percepções e motivações do indivíduo. Para compreender e aprender sobre o assunto foram necessárias pesquisas em livros, artigos e discussão com colegas e com a orientadora, anotações e revisões. A realização do mestrado envolveu muitos desafios pessoais, profissionais e emocionais durante todo o seu desenvolvimento. Contudo, após a realização dessa dissertação é possível observar que houve evolução nas habilidades e competências, a partir das compreensões dessa metodologia.

REFERÊNCIAS

- ALENCAR, B. de *et al.* Factors related to food involvement in the adult population. **Revista de Nutrição**, v. 29, n. 3, p. 337–345, 2016.
- ALKERWI, A. Diet quality concept. **Nutrition**, v. 30, n. 6, p. 613–618, 2014.
- ANASTASI, A. URBINA, S. Testagem psicológica. **Porto Alegre: Artes Médicas**, 2000.
- ARCAN, C. *et al.* Fill “half your child’s plate with fruits and vegetables”: Correlations with food-related practices and the home food environment. **Appetite**, v. 133, p. 77–82, 2019.
- BANDURA, A. **Social foundations of thought and action: A social cognitive theory**. 1. ed. Englewood Cliffs, NJ, US: Prentice-Hall, Inc, 1986.
- BANNA, J. C. *et al.* Influences on eating: A qualitative study of adolescents in a periurban area in Lima, Peru. **BMC Public Health**, v. 16, n. 1, 2016.
- BARCELOS, G. T.; RAUBER, F.; VITOLO, M. R. Produtos processados e ultraprocessados e ingestão de nutrientes em crianças. **Ciência & Saúde**, v. 7, n. 3, p. 155, 2014.
- BARDIN, L. **Análise de conteúdo**. São Paulo: Edições 70, 2011, 229 p.
- BARRIBALL, K. L.; WHILE, A. Collecting data using a semi-structured interview: a discussion paper. **Journal Of Advanced Nursing**, v. 19, n. 2, p. 328-335, 1994.
- BAUMBUSCH, J. Semi-Structured Interviewing in Practice-Close Research. **Journal For Specialists In Pediatric Nursing**, v. 15, n. 3, p. 255-258, 2010.
- Berge, J. M. *et al.* Family Food Preparation and Its Effects on Adolescent Dietary Quality and Eating Patterns. **Journal Of Adolescent Health**, v. 59, n. 5, p. 530-536, nov. 2016.
- BICKMAN, L.; ROG, D. The SAGE Handbook of Applied Social Research Methods. **Sage Publications, Inc.**, 2009.
- BOWEN, R. L.; DEVINE, C. M. “Watching a person who knows how to cook, you’ll learn a lot”. Linked lives, cultural transmission, and the food choices of Puerto Rican girls. **Appetite**, v. 56, n. 2, p. 290–298, 2011.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Conselho Nacional de Saúde. **Resolução no 510, de 7 de abril de 2016**. Trata sobre as diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisa em ciências humanas e sociais. Diário Oficial da União, Brasília, DF, 24 maio 2016.

Brasil. Ministério da Saúde. **Portaria nº 2.715, de 17 de novembro de 2011.** Atualiza a Política Nacional de Alimentação e Nutrição. Diário Oficial da República Federativa do Brasil, Poder Executivo, Brasília, DF.

Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria - Executiva. Secretaria de Atenção à Saúde. **Glossário temático: alimentação e nutrição.** 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2013. 52 p.

Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Guia alimentar para a população Brasileira.** 1 ed., Brasília: Ministério da Saúde, 2006. 210 p.

Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Guia alimentar para a população Brasileira.** 2 ed., Brasília: Ministério da Saúde, 2014. 151 p.

Brasil. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome Secretaria Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional. **Marco de referência de educação alimentar e nutricional para as políticas públicas.** Brasília: MDS, 2012. 68 p.

BRAUN, V.; CLARKE, V. **Successful qualitative research: A practical guide for beginners.** 1. ed. Londres: Sage, 2013.

BRUNNER, T. A.; VAN DER HORST, K.; SIEGRIST, M. Convenience food products. Drivers for consumption. **Appetite**, v. 55, n. 3, p. 498–506, 2010.

CARAHER, M.; LANG, T. Can't cook, won't cook: A review of cooking skills and their relevance to health promotion. **International Journal of Health Promotion and Education**, v. 37, p. 89–100, 1999.

CARAHER, M.; SEELEY, A. Cooking in schools: Lessons from the UK. **Journal of the Home Economics Institute of Australia**, v. 17, p. 2–9, 2010.

CHEN, R. C. *et al.* Cooking frequency may enhance survival in Taiwanese elderly. **Public Health Nutrition**, v. 15, n. 7, p. 1142-1149, 2011.

CHU, Y. L. *et al.* Involvement in home meal preparation is associated with food preference and self-efficacy among Canadian children. **Public Health Nutrition**, v. 16, n. 1, p. 108-112, 11 maio 2012.

CHU, Y. L.; STOREY, K. E.; VEUGELERS, P. J. Involvement in Meal Preparation at Home Is Associated With Better Diet Quality Among Canadian Children. **Journal Of Nutrition Education And Behavior**, v. 46, n. 4, p. 304-308, 2014.

CRAVENER, T. L. *et al.* Feeding Strategies Derived from Behavioral Economics and Psychology Can Increase Vegetable Intake in Children as Part of a Home-Based Intervention: results of a pilot study. **Journal Of The Academy Of Nutrition And Dietetics**, v. 115, n. 11, p. 1798-1807, nov. 2015.

CRIDLAND, E. K. *et al.* Qualitative research with families living with autism spectrum disorder: recommendations for conducting semistructured interviews. **Journal Of Intellectual And Developmental Disability**, v. 40, n. 1, p. 78-91, 2014.

CROWNE, D. P. MARLOWE, D. A new scale of social desirability independent of psychopathology. **Journal of Consulting Psychology**, 24, 349-354. 1960.

D'AVILA, H. F.; KIRSTEN, V. R. Consumo energético proveniente de alimentos ultraprocesados por adolescentes. **Revista Paulista de Pediatria**, v. 35, n. 1, p. 54-60, 2017.

DANIELS, S. *et al.* More than preparing a meal? Concerning the meanings of home cooking. **Appetite**, v. 58, n. 3, p. 1050–1056, 2012.

DENZIN, N.K; LINCOLN, Y.S. **Handbook of qualitative research**. Thousand Oaks: Sage Publications; 1994.

DEZANETTI, T. *et al.* Meal preparation and consumption before and during the COVID-19 pandemic: the relationship with cooking skills of brazilian university students. **Appetite**, [S.L.], v. 175, p. 106036, ago. 2022.

DIEZ-GARCIA, R.W; CASTRO, I.R.R. A culinária como objeto de estudo e de intervenção no campo da Alimentação e Nutrição. **Ciência e Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v.16, n.1. 2011.

ELMADFA, I.; MEYER, A. L. Diet Quality, a Term Subject to Change over Time. **International Journal For Vitamin And Nutrition Research**, v. 82, n. 3, p. 144-147, 1 jun. 2012.

ENGLER-STRINGER, R. Food, cooking skills, and health: a literature review. **Canadian Journal of Dietetic Practice and Research: A Publication of Dietitians of Canada = Revue Canadienne De La Pratique Et De La Recherche Em Dietetique: Une Publication Des Dietetistes Du Canada**, v. 71, n. 3, p. 141–145, 2010.

FERTIG, A. R. *et al.* Compared to Pre-prepared Meals, Fully and Partly Home-Cooked Meals in Diverse Families with Young Children Are More Likely to Include Nutritious Ingredients. **Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics**, v. 119, n. 5, p. 818–830, 2019.

FULKERSON, J. A. *et al.* Promoting healthful family meals to prevent obesity: home plus, a randomized controlled trial. **International Journal Of Behavioral Nutrition And Physical Activity**, v. 12, n. 1, p. 154-154, dez. 2015.

GARCÍA-GONZÁLEZ, Á. *et al.* Identifying factors related to food agency: Cooking habits in the Spanish adult population—A cross-sectional study. **Nutrients**, v. 10, n. 2, 2018.

GATLEY, A. The Significance of Culinary Cultures to Diet. **British Food Journal**, v.118, n.1, p.40-59, 2016.

GIL, A. C. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 4. ed. São Paulo: Atlas, 2002.

GRAM, M. *et al.* Intergenerational relationships and food consumption: the stories of young adults leaving home. **Young Consumers**, v. 16, n. 1, p. 71–84, 2015.

GRUSEC, J. E.; HASTINGS, P. D. **Handbook of Socialization: Theory and Research**. 2. ed. Nova Iorque: The Guildford Press, 2015.

HANSON, A. J. *et al.* Cooking and Meal Planning as Predictors of Fruit and Vegetable Intake and BMI in First-Year College Students. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 16, n. 14, p. 2462, 2019.

HARRIS, N. G.; this link will open in a new window. **An Exploration of College Students' Cooking Behavior and Factors That Influence That Behavior Using Social Cognitive Theory**. 2017. 183 p. Tese (Doutorado) - Nutrition and Food Systems, The University of Southern Mississippi, Mississippi, 2017.

HARTMANN, C.; DOHLE, S.; SIEGRIST, M. Importance of cooking skills for balanced food choices. **Appetite**, v. 65, p. 125-131, 2013.

HOBBS, M. *et al.* Sedentary behaviour and diet across the lifespan: an updated systematic review. **British Journal Of Sports Medicine**, v. 49, n. 18, p. 1179-1188, 2014.

IBGE. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Pesquisa de orçamentos familiares: 2008-2009: **Antropometria e Estado Nutricional de Crianças, Adolescentes e Adultos no Brasil**. Rio de Janeiro: IBGE, 2010.

IBGE. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Pesquisa de orçamentos familiares: 2017-2018: avaliação nutricional da disponibilidade domiciliar de alimentos no Brasil**. Rio de Janeiro: IBGE, 2020.

Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). **Pesquisa nacional de saúde do escolar: 2019**. Rio de Janeiro: IBGE; 2021.

JABS, J.; DEVINE, C. M. Time scarcity and food choices: An overview. **Appetite**, v. 47, n.2, p. 196–204, 2006.

JOMORI, M. M. *et al.* The concept of cooking skills: A review with contributions to the scientific debate. **Revista de Nutrição**, v. 31, n. 1, p. 119–135, 2018.

JONES, S. A. *et al.* Perceived Motivators to Home Food Preparation: Focus Group Findings. **Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics**, v. 114, n. 10, p. 1552–1556, 2014.

JONG, E. *et al.* Home environmental determinants of children's fruit and vegetable consumption across different SES backgrounds. **Pediatric Obesity**, v. 10, n. 2, p. 134–140, 2015.

KALLIO, H. *et al.* Systematic methodological review: developing a framework for a qualitative semi-structured interview guide. **Journal Of Advanced Nursing**, v. 72, n. 12, p. 2954-2965, 2016.

KRAUSS, S. *et al.* Preliminary Investigation and Interview Guide Development for Studying how Malaysian Farmers Form their Mental Models of Farming. **The Qualitative Report**, p. 245-260, 2014.

KUMAR, R. **Research Methodology: A Step-by-Step Guide for Beginners**. 4. ed. Londres: Sage, 2014.

KUSHKOVA, A. **At the Center of the Table. Russian Studies in History**, v. 50, n. 1, p. 44–96, 2011.

LARSON, N. I. *et al.* Food Preparation and Purchasing Roles among Adolescents: associations with sociodemographic characteristics and diet quality. **Journal Of The American Dietetic Association**, v. 106, n. 2, p. 211-218, fev. 2006.

LAVELLE, F. *et al.* Learning cooking skills at different ages: a cross-sectional study. **International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity**, v. 13, p. 119, 2016.

LEAK, T. M. *et al.* Examining the feasibility of implementing behavioural economics strategies that encourage home dinner vegetable intake among low-income children. **Public Health Nutrition**, v. 20, n. 8, p. 1388-1392, 2017.

LEAK, T. M. *et al.* The Role of Adolescents From a Low Socioeconomic Background in Household Food Preparation: a qualitative study. **Health Promotion Practice**, v. 20, n. 6, p. 890-896, 2018.

LEE, K. W.; SONG, W. O.; CHO, M. S. Dietary quality differs by consumption of meals prepared at home vs. outside in Korean adults. **Nutrition Research And Practice**, v. 10, n. 3, p. 294, 2016.

LEITE, F. H. M. *et al.* Association of neighbourhood food availability with the consumption of processed and ultra-processed food products by children in a city of Brazil: a multilevel analysis. **Public Health Nutrition**, v. 21, n. 1, p. 189-200, 2018.

LEITE, F. H. M. *et al.* Availability of processed foods in the perimeter of public schools in urban areas. **Jornal de Pediatria**, v. 88, n. 4, p. 328-34, 2012.

LICHTENSTEIN, A. H.; LUDWIG, D. S. Bring Back Home Economics Education. **JAMA**, v. 303, n. 18, p. 1857–1858, 2010.

LOBSTEIN, T. Child and adolescent obesity: part of a bigger picture. **The Lancet**, v. 385, n. 9986, p. 2510-2520, jun. 2015.

LÓPEZ-GIL, J. F. *et al.* Sleep-related problems and eating habits during COVID-19 lockdown in a southern Brazilian youth sample. **Sleep Medicine**, v. 85, p. 150–156, set. 2021.

LOUZADA, M. L. C. *et al.* Consumption of ultra-processed foods and obesity in Brazilian adolescents and adults. **Preventive Medicine**, v. 81, p. 9-15, 2015b.

LOUZADA, M. L. C. *et al.* Ultra-processed foods and the nutritional dietary profile in Brazil. **Revista de Saúde Pública**, v. 49, 2015a.

LUKAS, C. V.; CUNNINGHAM-SABO, L. Qualitative Investigation of the Cooking with Kids Program: focus group interviews with fourth-grade students, teachers, and food educators. **Journal Of Nutrition Education And Behavior**, [S.L.], v. 43, n. 6, p. 517-524, nov. 2011.

MACCOBY, E. E. **Historical Overview of Socialization Research and Theory. In: Handbook of socialization: Theory and research.** 2. ed. Nova Iorque: The Guildford Press, 2015. p. 718.

MALLARINO, C. *et al.* Advertising of ultra-processed foods and beverages: children as a vulnerable population. **Revista de Saúde Pública**, v. 47, n. 5, p. 1006-1010, 2013.

MALTA, D. C. *et al.* A pandemia de COVID-19 e mudanças nos estilos de vida dos adolescentes brasileiros. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, v. 24, 7 jun. 2021.

MARCUS, H., & ZAJONC, R. B. The Cognitive Perspective in Social Psychology. Em G. Lindzey & E. Aronson (Orgs.), **Handbook of social psychology**. New York: Random House. 1985.

MARTINS, A. P. B. *et al.* Participação crescente de produtos ultraprocessados na dieta brasileira (1987-2009). **Revista de Saúde Pública**, v. 47, n. 4, p. 656–665, 2013.

MCCLOAT, A.; MOONEY, E.; HOLLYWOOD, L. E. Have Irish parents put cooking on the back burner? An Island of Ireland study of the food skills, cooking confidence and practices of parents. **British Food Journal**, v. 119, n. 5, p. 992–1002, 2017.

MCGOWAN, L. *et al.* Domestic Cooking and Food Skills: A Review. **Critical Reviews in Food Science and Nutrition**, v. 57, n. 11, p. 2412-2431, 2017.

MÉJEAN, C. *et al.* Influence of food preparation behaviors on 5-year weight change and obesity risk in a French prospective cohort. **International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity**, v. 15, n. 1, 2018.

MELO, B. *et al.* Associations of ultra-processed food and drink products with asthma and wheezing among Brazilian adolescents. **Pediatric Allergy And Immunology**, v. 29, n. 5, p. 504-511, 2018.

MILLS, S. *et al.* Health and social determinants and outcomes of home cooking: A systematic review of observational studies. **Appetite**, v. 111, p. 116–134, 2017a.

- MILLS, S. *et al.* Home food preparation practices, experiences and perceptions: A qualitative interview study with photo-elicitation. **PloS One**, v. 12, n. 8, p. e0182842, 2017b.
- MONTEIRO, C. A. *et al.* NOVA. The star shines bright. **World Nutrition**, v. 7, n. 1–3, p. 28–38, 2016.
- MONTEIRO, C. A. *et al.* Ultra-processed foods: what they are and how to identify them. **Public Health Nutrition**, v. 22, n. 5, p. 936–941, 2019.
- MONTEIRO, C. A. Nutrition and health. The issue is not food, nor nutrients, so much as processing. **Public Health Nutrition**, v. 12, n. 5, p. 729–731, 2009.
- MÖSER, A. Food preparation patterns in German family households: An econometric approach with time budget data. **Appetite**, v. 55, n. 1, p. 99–107, 2010.
- MOUBARAC, J.C. *et al.* Food Classification Systems Based on Food Processing: Significance and Implications for Policies and Actions: A Systematic Literature Review and Assessment. **Current Obesity Reports**, v. 3, n. 2, p. 256–272, 2014.
- MURRAY, D. W. *et al.* Culinary efficacy: an exploratory study of skills, confidence, and healthy cooking competencies among university students. **Perspectives in Public Health**, v. 136, n. 3, p. 143–151, 2016.
- NAMIN, A. *et al.* Dine-in or take-out: Modeling millennials' cooking motivation and choice. **Journal of Retailing and Consumer Services**, v. 53, p. 101981, 2020.
- NEUMAN, N.; GOTTZÉN, L.; FJELLSTRÖM, C. Distinctions and boundaries: men's talk about food celebrities. **British Food Journal**, v. 121, n. 2, 2019.
- NEVES, F. S. *et al.* Involvement of Brazilian adolescents in home cooking: an exploratory analysis (eva-jf study). **Nutrition**, v. 110, p. 111998, jun. 2023.
- NIEHUES, J. R. *et al.* Prevalence of Overweight and Obesity in Children and Adolescents from the Age Range of 2 to 19 Years Old in Brazil. **International Journal Of Pediatrics**, v. 2014, p. 1-7, 2014.
- NOUR, M. M.; ROUF, A. S.; ALLMAN-FARINELLI, M. Exploring young adult perspectives on the use of gamification and social media in a smartphone platform for improving vegetable intake. **Appetite**, v. 120, p. 547–556, 2018.
- NOZUE, M. *et al.* Associations between Japanese schoolchildren's involvement in at-home meal preparation, their food intakes, and cooking skills. **Nutrition Research And Practice**, v. 10, n. 3, p. 359, 2016.
- OLIVEIRA, M. F B. de; CASTRO, I. R. R. Autonomia culinária: um modelo conceitual multinível de culinária doméstica saudável. **Cadernos de Saúde Pública**, [S.L.], v. 38, n. 4, maio 2022.

OLIVEIRA, I. K. F. *et al.* Consumo de alimentos ultraprocessados e obesidade abdominal em adolescentes universitários. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 11, n. 16, p. e1574, 2019.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Problemas de la salud de la adolescencia. Informe de un comité de expertos de la O.M.S.** 308. ed. Genebra, 1965.

PELONHA, R. N. da C. *et al.* Low Cooking Skills Are Associated with Overweight and Obesity in Undergraduates. **Nutrients**, [S.L.], v. 15, n. 11, p. 2424, 23 maio 2023.

PETTINGER, C.; HOLDSWORTH, M.; GERBER, M. Meal patterns and cooking practices in Southern France and Central England. **Public Health Nutrition**, v. 9, n. 8, p. 1020–1026, 2006.

RABIONET, S. How I Learned to Design and Conduct Semi-structured Interviews: an ongoing and continuous journey. **The Qualitative Report**, v. 16, n. 2, p. 563-566, 2014.

RAMER, S. L. Site-ation pearl growing: methods and librarianship history and theory. **Journal of the Medical Library Association**, v. 93, n. 3, p. 397–400, 2005.

REICKS, M.; KOCHER, M.; REEDER, J. Impact of Cooking and Home Food Preparation Interventions Among Adults: A Systematic Review (2011–2016). **Journal of Nutrition Education and Behavior**, v. 50, n. 2, p. 148- 172.e1, 2018.

RICO-CAMPÀ, A. *et al.* Association between consumption of ultra-processed foods and all cause mortality: sun prospective cohort study. **Bmj**, p. 1949, 2019.

ROMERO, M. Y. M.; FRANCIS, L. A. Youth involvement in food preparation practices at home: A multi-method exploration of Latinx youth experiences and perspectives. **Appetite**, v. 144, p. 104439, 2020.

RUIZ-ROSO, M. B. *et al.* Changes of Physical Activity and Ultra-Processed Food Consumption in Adolescents from Different Countries during Covid-19 Pandemic: Na Observational Study. **Nutrients**, v. 12, n. 8, p. E2289, 30 jul. 2020.

RUIZ-ROSO, M.B. *et al.* Covid-19 Confinement and Changes of Adolescent's Dietary Trends in Italy, Spain, Chile, Colombia and Brazil. **Nutrients**, v.12, n. 6, p. 1807, 2020.

SILVA, D. A. S. *et al.* É tempo de cuidar das crianças e dos adolescentes Brasileiros. **Brazilian Journal Of Kinanthropometry And Human Performance**, v. 20, n. 4, p. 363-366, 2018.

SILVA, F. M. *et al.* Consumption of Ultra-Processed Food and Obesity: Cross Sectional Results from the Brazilian Longitudinal Study of Adult Health (ELSA-Brasil) Cohort (2008-2010). **Public Health Nutrition**, v. 21, n. 12, p. 2271–2279, 2018.

SIMMONS, D.; CHAPMAN, G. E. The significance of home cooking within families. **British Food Journal**, v. 114, n. 8, p. 1184–1195, 2012.

SMITH, L. P.; NG, S. W.; POPKIN, B. M. Trends in US home food preparation and consumption: analysis of national nutrition surveys and time use studies from 1965–1966 to 2007–2008. **Nutrition Journal**, v. 12, n. 1, p. 45, 2013.

SMITH, T. M. *et al.* Factors influencing food preparation behaviors: Findings from focus groups with Mexican-American mothers in southern California. **Public Health Nutrition**, v. 19, n. 5, p. 841–850, 2015.

SOLIAH, L. A. L.; Walter, J. M.; Jones, S. A. Benefits and Barriers to Healthful Eating: What Are the Consequences of Decreased Food Preparation Ability? **American Journal of Lifestyle Medicine**, v. 6, n. 2, p. 152–158, 2012.

SOUZA, A. M. *et al.* ERICA: intake of macro and micronutrients of brazilian adolescents. **Revista de Saúde Pública**, v. 50, n. 1, p. 1-15, 2016.

SRIVASTAVA, D. *et al.* Understanding Parental Ethnotheories and Practices About Healthy Eating: Exploring the Developmental Niche of Preschoolers. **American Journal of Health Promotion**, 2018.

SROUR, B. *et al.* Ultraprocessed Food Consumption and Risk of Type 2 Diabetes Among Participants of the NutriNet-Santé Prospective Cohort. **Jama Internal Medicine**, v. 180, n. 2, p. 283, 2020.

STEAD, M. *et al.* Confident, fearful and hopeless cooks: Findings from the development of a food-skills initiative. **British Food Journal**, v. 106, p. 274–287, 2004.

SURGENOR, D. *et al.* The impact of video technology on learning: A cooking skills experiment. **Appetite**, v. 114, p. 306–312, 2017.

SWAN, E. *et al.* Food stories: Unraveling the mechanisms underlying healthful eating. **Appetite**, v. 120, p. 456–463, 2018.

TAVARES, L. F. *et al.* Relationship between ultra-processed foods and metabolic syndrome in adolescents from a Brazilian Family Doctor Program. **Public Health Nutrition**, v. 15, n. 1, p. 82-87, 15 jul. 2011.

TEIXEIRA, M. T. *et al.* Eating habits of children and adolescents during the COVID-19 pandemic: The impact of social isolation. **Journal of Human Nutrition and Dietetics: The Official Journal of the British Dietetic Association**, v. 34, n. 4, p. 670–678, ago. 2021.

TURNER, D. Qualitative Interview Design: a practical guide for novice investigators. **The Qualitative Report**, v. 15, n. 3, p. 154-760, 2014.

URDAPILLETA, I. *et al.* Culinary choices: A sociopsychological perspective based on the concept of Distance to the Object. **Food Quality and Preference**, v. 48, p. 50–58, 1 mar. 2016.

URUGUAI. Ministerio de Salud. Dirección General de la Salud. Área Programática de Nutrición. **Guía Alimentaria para la Población Uruguaya: para una alimentación saludable, compartida y placentera**. Montevideo: Ministerio de Salud, 2016.

UTTER, J. *et al.* Who is teaching the kids to cook? Results from a nationally representative survey of secondary school students in New Zealand. **International Journal of Adolescent Medicine and Health**, v. 30, n. 3, 2018.

VAN DER HORST, K. *et al.* Involving children in meal preparation. Effects on food intake. **Appetite**, v. 79, p. 18-24, ago. 2014.

VAN DER HORST, K.; BRUNNER, T. A.; SIEGRIST, M. Ready-meal consumption: associations with weight status and cooking skills. **Public Health Nutrition**, v. 14, n. 2, p. 239–245, 2011.

VAN DER HORST, K.; FERRAGE, A.; RYTZ, A. Involving children in meal preparation. Effects on food intake. **Appetite**, v. 79, p. 18-24, ago. 2014.

VANDERLEE, L. *et al.* Grocery shopping, dinner preparation, and dietary habits among adolescents and young adults in Canada. **Canadian Journal of Dietetic Practice and Research**, v. 79, n. 4, p. 157–163, 2018.

VINUTO, Juliana. A amostragem em bola de neve na pesquisa qualitativa. **Tematicas**, v. 22, n. 44, p. 203-220, 30 dez. 2014.

VIOLA, P. C. A. F. *et al.* High consumption of ultra-processed foods is associated with lower muscle mass in Brazilian adolescents in the RPS birth cohort. **Nutrition**, v. 79-80, p. 110983, nov. 2020.

WARDE, A. *et al.* Changes in the Practice of Eating: A Comparative Analysis of Time-Use. **Acta Sociologica**, v. 50, n. 4, p. 363–385, 2007.

WHITING, L.S. Semi-structured interviews: guidance for novice researchers. **Nursing Standard**, v. 22, n. 23, p. 35-40, 13 fev. 2008.

WOLFSON, J. A. *et al.* Perspectives on learning to cook and public support for cooking education policies in the United States: A mixed methods study. **Appetite**, v. 108, p. 226–237, 2017.

WOODRUFF, S. J.; KIRBY, A. R. The Associations Among Family Meal Frequency, Food Preparation Frequency, Self-efficacy for Cooking, and Food Preparation Techniques in Children and Adolescents. **Journal Of Nutrition Education And Behavior**, v. 45, n. 4, p. 296-303, jul. 2013.

World Health Organization (WHO). **Obesity: Preventing and managing the global epidemic: report of a WHO consultation.** Geneva, Switzerland; 2000.

YIN, R. K. **Qualitative Research: From Start to Finish.** 1. ed. Nova Iorque: The Guildford Press, 2011.

ZONG, G. *et al.* Consumption of Meals Prepared at Home and Risk of Type 2 Diabetes: An Analysis of Two Prospective Cohort Studies. **PLOS Medicine**, v. 13, n. 7, p. e1002052, 2016.

APÊNDICE A – QUESTIONÁRIO SOCIODEMOGRÁFICO

Nome: _____

E-mail: _____

Telefones para contato: _____

Cidade em que reside: _____

Idade: _____

Gênero:

- Feminino (cis)
- Masculino (cis)
- Transgênero
- Prefiro não dizer
- Outro (por favor, responda qual)

Qual é a sua escolaridade?

- Ensino fundamental incompleto
- Ensino fundamental completo
- Ensino médio incompleto
- Ensino médio completo

Quantas pessoas moram em sua casa? Identifique o grau de parentesco (mãe, pai, tio(a), avô(ó) etc)

Qual a renda mensal da sua família?

- Até 1 salário mínimo
- De 1 a 3 salários mínimos
- De 3 a 6 salários mínimos
- De 6 a 9 salários mínimos
- De 9 a 12 salários mínimos
- De 12 a 15 salários mínimos
- Mais de 15 salários mínimos

APÊNDICE B – ROTEIRO DE ENTREVISTA

Introdução sobre a pesquisa

- Estamos aqui hoje porque você relatou que tem o hábito de cozinhar em casa e a pesquisa que eu estou desenvolvendo tem o objetivo de conhecer como os adolescentes se envolvem no preparo de refeições no ambiente doméstico. Por isso hoje, eu quero saber um pouco sobre como você se envolve no preparo de refeições na sua casa.

Perguntas quebra gelo

- Você se lembra com que idade mais ou menos você começou a se envolver com o preparo de refeições na sua casa e qual foi o motivo?
- Qual o primeiro prato/refeição que você lembra ter elaborado?
- Existe algum prato/refeição específica(o) que você gosta de preparar?

Perguntas centrais

- Tem alguma refeição (almoço, jantar, café da manhã) que você costuma preparar com frequência?
- Quando você prepara um prato ou refeição, você faz tudo ou sempre tem alguém que te ajuda? / E é você que decide o que vai ser feito ou alguém te diz o que fazer?
- As refeições/preparações que você faz, geralmente é só para você ou mais alguém come? / E quando só você come o que as outras pessoas comem?
- O tipo de preparação muda dependendo do dia da semana? Por exemplo, de segunda-feira a sexta-feira é diferente do sábado e domingo?
- Você percebeu alguma mudança no seu envolvimento no preparo de refeições no período da pandemia, enquanto você estava estudando em casa? / E quando as aulas presenciais retornaram você percebeu alguma mudança nesse envolvimento?
- Como você se sente ao cozinhar uma refeição para você ou para sua família?

Fechamento

Tem mais alguma coisa que tu queiras dizer?

ANEXO 1 – PARECER CONSUBSTANCIADO DO COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA

UNIVERSIDADE FEDERAL DE
SANTA CATARINA - UFSC



PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: Práticas e percepções de adolescentes sobre seu envolvimento em atividades culinárias no ambiente doméstico

Pesquisador: Giovanna Medeiros Rataichesk Fiates

Área Temática:

Versão: 2

CAAE: 59951722.7.0000.0121

Instituição Proponente: Universidade Federal de Santa Catarina

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 5.556.343

Apresentação do Projeto:

Segundo pesquisadora: "Estudo transversal com abordagem qualitativa. Amostra: adolescentes com idades maior ou igual a 12 e menor que 18 anos, residentes na área urbana da Grande Florianópolis do estado de Santa Catarina (Brasil).

Recrutamento: divulgação da pesquisa em redes sociais das pesquisadoras e do PPGN/UFSC (Facebook®, Instagram® e WhatsApp®), e em escolas localizadas nas proximidades do campus Reitor Joao David Ferreira Lima, sede da UFSC.

Aqueles indivíduos que contatarem a pesquisadora principal através de e-mail, rede social ou telefone, receberão um link que os direcionará para a participação na pesquisa. O responsável pelo adolescente deverá assinar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) e o adolescente deverá assinar o Termo de Assentimento Livre e Esclarecido (TALE) para a participação do menor na pesquisa. Após a assinatura do TCLE e TALE, os responsáveis dos participantes iniciarão o preenchimento dos dados referentes a informações sociodemográficos online via Formulário Google® (elaborado pela pesquisadora). Critérios de inclusão: a) ter idade igual ou superior a 12 anos e inferior a 18 anos; b) participar de atividades culinárias no ambiente doméstico; c) saber ler, escrever e comunicar-se sem quaisquer impedimentos ou limitações; d) aceitar a condição da entrevista ser gravada (somente a voz); e) possuírem smartphone com acesso à internet para participar da entrevista; f) os responsáveis assinarem o TCLE; g) assinarem o TALE. Amostragem/tamanho amostral: não-probabilística selecionada por conveniência e pela técnica de

Endereço: Universidade Federal de Santa Catarina, Prédio Reitoria II, R: Desembargador Vitor Lima, nº 222, sala 701
Bairro: Trindade **CEP:** 88.040-400
UF: SC **Município:** FLORIANOPOLIS
Telefone: (48)3721-6094 **E-mail:** cep.propesq@contato.ufsc.br

UNIVERSIDADE FEDERAL DE
SANTA CATARINA - UFSC



Continuação do Parecer: 5.556.343

amostragem "bola de neve", com um número inicial de 20 participantes.

Desfecho Primário: práticas e percepção de adolescentes sobre seu envolvimento nas atividades culinárias no ambiente doméstico."

Objetivo da Pesquisa:

Segundo pesquisadora: "Conhecer as práticas e a percepção de adolescentes sobre seu envolvimento nas atividades culinárias no ambiente doméstico."

Avaliação dos Riscos e Benefícios:

Segundo pesquisadora:

"Riscos: desconforto emocional caso julgue, durante as respostas às pergunta

Benefícios: ampliar e aprofundar o conhecimento sobre o tema ambiente alimentar, contribuindo com a ciência e formulação de políticas públicas relacionadas à alimentação e nutrição, além de promover o autoconhecimento dos participantes."

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

Vide campo "Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações".

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

Vide campo "Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações".

Recomendações:

Vide campo "Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações".

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

Os pesquisadores informaram que o recrutamento dar-se-á apenas de forma online, excluindo as escolas da região. Foi anexada uma nova versão do TCLE, a qual está adequada.

Não apresenta pendências e/ou inadequações.

Considerações Finais a critério do CEP:

Lembramos que a presente aprovação (versão projeto 14/07/2022; TCLE 14/07/2022 e TALE 14/07/2022) refere-se apenas aos aspectos éticos do projeto. Qualquer alteração nestes documentos deve ser encaminhada para avaliação do CEP SH. Informamos que obrigatoriamente a versão do TCLE a ser utilizada deverá corresponder na íntegra à versão vigente aprovada.

Lembramos aos senhores pesquisadores que o CEP SH/UFSC deverá receber, por meio de notificação, os relatórios parciais sobre o andamento da pesquisa e o relatório completo ao final do estudo.

Endereço: Universidade Federal de Santa Catarina, Prédio Reitoria II, R: Desembargador Vitor Lima, nº 222, sala 701
Bairro: Trindade **CEP:** 88.040-400
UF: SC **Município:** FLORIANOPOLIS
Telefone: (48)3721-6094 **E-mail:** cep.propesq@contato.ufsc.br

UNIVERSIDADE FEDERAL DE
SANTA CATARINA - UFSC



Continuação do Parecer: 5.556.343

Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_PROJETO_1961810.pdf	14/07/2022 23:36:18		Aceito
Outros	CartaResposta_CEPSH.pdf	14/07/2022 23:35:25	LORENA CRISTINA GUERREIRO GATINHO	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	PROJETO_CEPSH_LORENA_versao_3.pdf	14/07/2022 23:33:47	LORENA CRISTINA GUERREIRO GATINHO	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TCLE_versao_3.pdf	14/07/2022 23:32:19	LORENA CRISTINA GUERREIRO GATINHO	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TALE_versao_3.pdf	14/07/2022 23:32:02	LORENA CRISTINA GUERREIRO GATINHO	Aceito
Folha de Rosto	FOLHA_DE_ROSTO_CEPSH.pdf	21/06/2022 00:21:37	LORENA CRISTINA GUERREIRO GATINHO	Aceito
Outros	SOCIODEMOGRAFICO.pdf	06/06/2022 22:21:38	LORENA CRISTINA GUERREIRO GATINHO	Aceito
Outros	ROTEIRO.pdf	06/06/2022 22:21:13	LORENA CRISTINA GUERREIRO GATINHO	Aceito
Orçamento	ORCAMENTO.pdf	06/06/2022 22:19:18	LORENA CRISTINA GUERREIRO GATINHO	Aceito
Cronograma	cronograma.pdf	06/06/2022 22:11:40	LORENA CRISTINA GUERREIRO GATINHO	Aceito

Situação do Parecer:

Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:

Não

Endereço: Universidade Federal de Santa Catarina, Prédio Reitoria II, R: Desembargador Vitor Lima, nº 222, sala 701
Bairro: Trindade **CEP:** 88.040-400
UF: SC **Município:** FLORIANOPOLIS
Telefone: (48)3721-6094 **E-mail:** cep.propesq@contato.ufsc.br