

Manoella Vieira da Silva

**COMPORTAMENTOS CULINÁRIOS DE ESTUDANTES
INGRESSANTES DE UMA UNIVERSIDADE PÚBLICA
BRASILEIRA: RELAÇÃO COM CARACTERÍSTICAS
INDIVIDUAIS E CULINÁRIAS**

Dissertação submetida ao Programa de
Pós-Graduação em Nutrição da
Universidade Federal de Santa Catarina
para obtenção do título de Mestre em
Nutrição.

Orientadora: Prof.^a Ana Carolina Fernandes, Dr.^a

Florianópolis
Agosto de 2018

Ficha de identificação da obra elaborada pelo autor, através do Programa de Geração Automática da Biblioteca Universitária da UFSC.

Silva, Manoella Vieira da

Comportamentos culinários de estudantes ingressantes de uma universidade pública brasileira : relação com características individuais e culinárias / Manoella Vieira da Silva ; orientadora, Ana Carolina Fernandes, 2018.

168 p.

Dissertação (mestrado) - Universidade Federal de Santa Catarina, Centro de Ciências da Saúde, Programa de Pós-Graduação em Nutrição, Florianópolis, 2018.

Inclui referências.

1. Nutrição. 2. Comportamento culinário. 3. Habilidades culinárias. 4. Estudantes universitários. I. Fernandes, Ana Carolina. II. Universidade Federal de Santa Catarina. Programa de Pós-Graduação em Nutrição. III. Título.

Manoella Vieira da Silva

**COMPORTAMENTOS CULINÁRIOS DE ESTUDANTES
INGRESSANTES DE UMA UNIVERSIDADE PÚBLICA
BRASILEIRA: RELAÇÃO COM CARACTERÍSTICAS
INDIVIDUAIS E CULINÁRIAS**

Esta Dissertação foi julgada adequada para obtenção do Título de Mestre e aprovada em sua forma final pelo Programa de Pós-Graduação em Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina.

Florianópolis, 30 de agosto de 2018.

Prof. ^a Patrícia Faria di Pietro, Dr.^a
Coordenadora do Programa de Pós-Graduação em Nutrição da
Universidade Federal de Santa Catarina - UFSC

Prof. ^a Ana Carolina Fernandes, Dr.^a
Orientadora
Universidade Federal de Santa Catarina - UFSC

Banca Examinadora:

Prof. ^a Ana Paula Gines Geraldo, Dr.^a
Universidade Federal de Santa Catarina - UFSC

Prof. ^a Giovanna Medeiros Rataichesk Fiates, Dr.^a
Universidade Federal de Santa Catarina – UFSC

Prof. ^a Renata Carvalho de Oliveira, Dr.^a
Universidade Católica – CATOLICA/SC

Dedico este trabalho à minha família, Myrian e Mariana, e ao meu namorado, Bruno Souza, que me apoiaram nos momentos mais difíceis e entenderam meu silêncio. Em especial, dedico a você meu pai, que está vibrando em outro plano por mim.

AGRADECIMENTOS

Agradeço a todos que me acompanharam nesta jornada difícil, porém exitosa e enriquecedora, que é a conclusão do Mestrado em Nutrição na Universidade Federal de Santa Catarina. Tomar a decisão de retornar para a pós-graduação junto aos desafios da prática profissional como gestora do serviço de Nutrição hospitalar só foi possível com muito apoio e pessoas especiais, as quais gostaria de mencionar aqui.

Minhas **orientadoras, Rossana Proença**, que me aceitou como orientanda e cuja postura e produção sempre foram um grande marco e inspiração para mim, e sua postura além da academia, acolhendo e formando uma grande família; e **Ana Carolina Fernandes**, que me aceitou como orientanda e cuja trajetória acadêmica é uma referência para todo acadêmico de Nutrição, além de profissional carinhosa com grande vontade de construir mais pela ciência da produção de refeições.

Minha família, em especial meu **pai** (*in memoriam*), **mãe e irmã**, que me deram todo o suporte para que eu aproveitasse todas as oportunidades que a vida pôde me oferecer, dando-me condições de frequentar uma universidade de qualidade, construindo comigo valores de ética e moral que regem minha vida e profissão, enchendo-me de amor, suporte e torcida mesmo quando eu não achava que precisava. Não foi fácil passar pela perda, mas a força dos bons pensamentos e a certeza de que estás zelando por nós me conduz desde então.

Meu namorado, **Bruno Souza**, que apoiou desde o início o desafio e me deu suporte em todos momentos, desde a leitura silenciosa tardes afora aos incentivos para a produção final e a força nos momentos difíceis.

Às parceiras deste grande projeto de Habilidades Culinárias, **Manuela Jomori, Gabriele Rockenbach, Paula Uggioni** e, em especial, à **Greyce Bernardo**, pela sua incansável disposição em ajudar a construir este estudo.

À parceira de estudos **Thais Peiter de Borba**, que se debruçou comigo em cima dos dados e dividiu olhares, opiniões e dúvidas de estatística nestes dois anos.

Às amigas do mestrado, em especial à **Karine Andréia Albiero**, amiga da graduação que tive o prazer de reencontrar na pós-graduação e dividir muitas confidências e apoio desta nova e desafiadora fase para ambas.

Ao **Hospital Baía Sul**, que me cedeu flexibilidade para unir os estudos à prática profissional, incentivando a busca em cada colaborador à construção do conhecimento. Agradeço em especial minha equipe

Maebe, Jakceli, Karol, Stephanie, Roberta, Vanessa, Ethiene e Caroline, às incríveis **copeiras** e **cozinheiras** que me fazem ter tranquilidade e confiança para seguir em frente.

Ao grupo **NUPPRE** pelo acolhimento, conhecimento compartilhado e por emprestar grande prestígio ao curso e às nutricionistas que podem auxiliar na construção de políticas com visão técnico-científica de qualidade.

Aos amigos que tornam a vida leve e cheia de cores: Eliza Moritz; Alexandre Souza; Larissa Gutierrez; Estela Savi, Laura Aguiar, Robson Trilha, Prika, Rodrigo, Gabriele, Victor, Amanda Ferreira, Ashanti, família Souza, família Silva, família Vieira. Amo vocês.

Mas, se não é certo que nossos ideais são atingíveis, por que nos preocupar tentando alcançá-los, para começar? Porque se você não tentar fazê-lo é certo que nunca sentirá que sua vida tem um sentido.

Norman Doidge

RESUMO

Universitários ingressantes são um público caracterizado por transições que podem levar a alterações nos hábitos alimentares. Nesse contexto, alguns estudos associam uma maior frequência de refeições preparadas em casa com habilidades culinárias mais desenvolvidas e melhores escolhas alimentares. Comportamentos culinários compõem uma das dimensões das habilidades culinárias e podem ser divididos em comportamento culinário em casa e comportamento culinário fora de casa. Comportamento culinário em casa é a frequência com que se preparam diferentes tipos de alimentos e refeições em casa. Comportamento culinário fora de casa é a frequência com que se realizam refeições fora de casa e se utilizam sobras de refeições consumidas fora de casa. O possível declínio das habilidades culinárias pode refletir nestes comportamentos, que podem estar associados também a características individuais. Desse modo, este estudo teve como objetivo caracterizar e relacionar comportamentos culinários com características individuais e culinárias de universitários ingressantes de uma universidade brasileira. Trata-se de estudo transversal, descritivo e analítico que, a partir da coleta de dados por meio de questionário on-line validado e adaptado transculturalmente, analisou variáveis individuais e culinárias, bem como o comportamento culinário dentro e fora de casa de uma população de 766 universitários ingressantes. A associação entre as variáveis e comportamentos culinários foi verificada utilizando testes de Mann-Whitney e Kruskal-Wallis, com post hoc Mann-Whitney. A média de idade dos participantes foi de 21 anos, 60% eram do sexo feminino, 44% moravam com pais ou avós, 72% consideravam que sabiam cozinhar e dispunham de 1 a 3 horas diárias para cozinhar. A mediana final do comportamento culinário em casa foi de 3,07, enquanto a mediana final de comportamento culinário fora de casa foi de 2,25. A escala de comportamento culinário em casa apresentou todos os itens com escore acima do ponto médio da escala. Maiores medianas de comportamento culinário em casa foram associadas a universitários do sexo feminino, com disponibilidade de tempo para cozinhar acima de 1 hora, que referiram saber cozinhar e que realizavam a principal refeição em casa. Com relação ao comportamento culinário fora de casa, as medianas foram maiores para universitários do sexo masculino, que referiram não saber cozinhar, que aprenderam a cozinhar utilizando outras fontes de aprendizagem não relacionada aos familiares e que faziam sua principal refeição fora de casa. Características individuais e culinárias apontadas podem influenciar os comportamentos culinários, auxiliando o

planejamento de ações para incentivar o preparo de refeições em casa dentre o público universitário.

Palavras-chave: Práticas culinárias. Preparações culinárias. Adulto Jovem. Habilidades culinárias. Preparo de refeições. Refeição fora de casa.

ABSTRACT

Culinary behaviors are one of the scales that compose culinary skills and can be splitted into culinary behavior at home and culinary behavior out of home. Culinary Behavior at Home is how often different types of foods and meals are prepared at home. Culinary behavior out of home it is frequency with which meals are made away from home and if leftover meals made out of home are consumed at the home. The possible decline of culinary skills can imply and modify culinary behaviors. The study had as goal to characterize and relate culinary behaviors with individuals and culinary characteristics of brazilian college students. It is a cross-sectional and descriptive study that, through the online validated and adapted transculturally questionnaire, analyzed individual and culinary variables, as well as identifying the variables and culinary habits of 766 university students. To avaliate association, all variables was submitted to Mann-Whitney and Kruskal-Wallys tests, with Mann-Whitney post hoc. The final median of home culinary behavior at home (3.07) was bigger than the final median of culinary behavior out of home (2.25). The culinary behavior at home scale had all items with a score above the midpoint of the scale. The culinary behavior at home was associated with female college student, with at least one-hour available for cooking, who referred knowing how to cooks and who held a main meal at home. Regarding culinary behavior out of home, medians were higher for male college students, who reported not knowing how to cook, learned to cook using other sources of non-family learning and that made their main meal out of the house. The culinary behavior at home is greater than the one outside the home for the Brazilian university students. Individual and culinary characteristics pointed out can influence the culinary behaviors, helping the planning of actions to encourage the preparation of meals at home among the university public.

Keywords: Culinary Skills. Food skills. Cooking behavior. Young adult. Home cooking.

LISTA DE FIGURAS

Figura 1 - Estrutura geral da dissertação	34
Figura 2 - Fluxograma de buscas sobre comportamento culinário, comportamento culinário em casa e comportamento culinário fora de casa.....	51
Figura 3 - Representação esquemática das etapas que compõem a dissertação.....	79

LISTA DE QUADROS

Quadro 1 - Principais descritores utilizados na busca de artigos para revisão bibliográfica	36
Quadro 2 - Descritores utilizados para buscas em comportamento culinário em casa	50
Quadro 3 - Descritores utilizados para buscas em comportamento culinário fora de casa.....	51
Quadro 4 - Estudos encontrados com resultados voltados ao comportamento culinário em casa	53
Quadro 5 - Estudos encontrados com resultados voltados ao comportamento culinário fora de casa.....	63
Quadro 6 - Variáveis relacionadas às características individuais dos estudantes universitários participantes do estudo	80
Quadro 7 - Variáveis relacionadas às características culinárias dos estudantes universitários participantes do estudo	81
Quadro 8 - Variável relacionadas às dimensões do comportamento culinário presentes no instrumento de identificação das habilidades culinárias e alimentação saudável	82
Quadro 9 - Adequação dos dados do questionário por tipo de variáveis e de análise descritiva.....	87

LISTA DE TABELAS

Tabela 1 - Distribuição de universitários ingressantes segundo características individuais e culinárias. Florianópolis, SC, 2015.	96
Tabela 2 - Escala de Comportamento Culinário em Casa de estudantes universitários ingressantes, Florianópolis, SC, 2015.	98
Tabela 3 - Escala de Comportamento Culinário Fora de Casa de estudantes universitários ingressantes, Florianópolis, SC, 2015.	98
Tabela 4 - Associação entre comportamento culinário dentro e fora de casa de universitários ingressantes com características sociodemográficas e pessoais. Florianópolis, SC, 2015 (n=766).	100

LISTA DE SIGLAS E ABREVIATURAS

CEPSH	Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos
COPERVE	Comissão Permanente de Vestibular
CWC	Cooking With a Chef
DCNT	Doenças Crônicas Não-Transmissíveis
EAN	Educação Alimentar e Nutricional
FLV	Frutas, Legumes e Verduras
GAPB	Guia alimentar para a População Brasileira
IBGE	Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística
IES	Instituições de Ensino Superior
NCC	Programa Nutrição e Culinária na Cozinha
NUPPRE	Núcleo de Pesquisa de Nutrição em Produção de Refeições da Universidade Federal de Santa Catarina – UFSC
PPGN	Programa de Pós-Graduação em Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina – UFSC
PROGRAD	Pró-Reitoria de Graduação
TCC	Trabalho de Conclusão de Curso
VIGITEL	Vigilância de Fatores de Risco e Proteção para Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico
WHO	World Health Organization

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO	25
1.1	APRESENTAÇÃO E JUSTIFICATIVA	25
1.2	OBJETIVOS	31
1.2.1	Objetivo geral	31
1.2.2	Objetivos específicos	31
1.3	INSERÇÃO DO ESTUDO.....	32
1.4	ESTRUTURA GERAL DA DISSERTAÇÃO	33
2	REVISÃO BIBLIOGRÁFICA	35
2.1	ALIMENTAÇÃO DE ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS E HABILIDADES CULINÁRIAS	37
2.1.1	Estado nutricional e comportamentos de saúde dos estudantes universitários	38
2.1.2	Consumo alimentar dos estudantes universitários	40
2.1.3	Habilidades culinárias e relação com alimentação	42
2.2	COMPORTAMENTOS CULINÁRIOS	48
2.2.1	Comportamento culinário em casa	52
2.2.2	Comportamento culinário fora casa	62
2.2.3	Comportamentos culinários e características individuais e culinárias	72
2.3	CONCLUSÃO DO CAPÍTULO	75
3	MÉTODO	77
3.1	CARACTERIZAÇÃO DO ESTUDO	77
3.2	DEFINIÇÃO DE TERMOS RELEVANTES PARA A PESQUISA	77
3.3	ETAPAS DA PESQUISA	79
3.4	MODELO DE ANÁLISE.....	80
3.4.1	Definição de variáveis	80
3.5	LOCAL E POPULAÇÃO DO ESTUDO	83
3.5.1	Local do estudo	83
3.5.2	População de estudo	83
3.6	INSTRUMENTO PARA COLETA DOS DADOS	85
3.7	TRATAMENTO E ANÁLISE DE DADOS	86
4	ARTIGO ORIGINAL	89
5	CONSIDERAÇÕES FINAIS E CONCLUSÕES	115
	REFERÊNCIAS	119
	ANEXO A - PARECER CONSUBSTANCIADO DO COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA COM SERES HUMANOS DA UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA	145

ANEXO B - INSTRUMENTO DE AVALIAÇÃO DAS HABILIDADES CULINÁRIAS E ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL (QUESTIONÁRIO <i>ON-LINE</i>)	151
ANEXO C - QUESTIONÁRIO DE CARACTERIZAÇÃO DOS ESTUDANTES	163
APÊNDICE A - NOTA À IMPRENSA	167

1 INTRODUÇÃO

1.1 APRESENTAÇÃO E JUSTIFICATIVA

O período de ingresso do estudante na universidade costuma ocorrer concomitantemente à transição entre a adolescência e a idade adulta. Para muitos jovens, esse período simboliza a independência diante dos pais e o rompimento com o período da infância¹. Essa transição, geralmente, traz consigo um aumento na responsabilidade quanto às escolhas alimentares, uma vez que muitos experimentam a oportunidade de tomar decisões em relação às escolhas alimentares pela primeira vez (PEARCEY; ZHAN, 2018), além de mudanças em outras práticas relacionadas à saúde².

Estudos internacionais apontam que o público universitário adquire hábitos alimentares menos saudáveis³. Esses hábitos são caracterizados pelo menor consumo de frutas, legumes e verduras (FLV), bem como pelo maior consumo de lanches, *fast food*, batata frita, doces, bolos, tortas e refrigerantes (LARSON et al., 2012; MURRAY et al., 2016; BERNARDO et al., 2017).

Bernardo e colaboradoras (2017) realizaram uma revisão de literatura com base em estudos nacionais e estrangeiros cujo foco foi a avaliação do consumo e hábitos alimentares dos universitários. Como resultado, as autoras destacam que, no Brasil, também há maior prevalência no consumo de alimentos industrializados, refrigerantes e açúcar, bem como baixo consumo de FLV, cereais integrais e leguminosas (BERNARDO et al., 2017).

Segundo revisão sistemática realizada por Crombie e colaboradores (2009), que analisaram estudos realizados em maioria nos Estados Unidos da América, estudantes universitários ganham, em média, 3 kg no primeiro ano de ingresso na universidade. Outros autores também apontam que esse período é considerado fator potencial para o ganho de peso⁴. Esse ganho de peso pode ocorrer entre os jovens independente do

¹ RACETTE et al., 2005; NELSON et al., 2008; DOORIS; DOHERTY, 2010; DOHERTY; CAWOOD; DOORIS, 2011; PEARCEY; ZHAN, 2018.

² PAPADAKI et al., 2007; DOORIS; DOHERT, 2010; DOHERT; CAWOOD; DORIS; 2011; RIDDELL et al., 2011; PEARCEY; ZHAN, 2018.

³ HUANG et al., 2003; RACETTE et al., 2005; CROMBIE et al, 2009; MURRAY et al., 2016.

⁴ HUANG et al., 2003; RACETTE et al., 2005; SPARLING, 2007; NELSON et al., 2008; VELLA-ZARB; ELGAR, 2009; DELIENS et al., 2013.

seu ingresso na universidade (BAUM, 2017), todavia, esse período de transição ainda é considerado crítico, observando-se que os adultos jovens tendem a adotar padrões de comportamento menos saudáveis (BERNARDO, 2017a).

Nesse sentido, o período de estudos universitários pode ser caracterizado pelo aumento da prevalência de sobrepeso e obesidade, bem como de estilos de vida pouco saudáveis associados ao maior risco para o desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) (HUANG et al., 2003; NELSON et al., 2008; NELSON et al., 2013; MURRAY et al., 2016). Dessa forma, os estudantes universitários representam uma população importante para a promoção da saúde, uma vez que seus hábitos alimentares podem ser levados para a vida adulta (NELSON et al., 2008; DOHERTY; CAWOOD; DOORIS, 2011).

Observa-se crescente número de evidências científicas relacionando o preparo de refeições em casa com padrões e escolhas alimentares mais saudáveis, particularmente pelo maior consumo de cereais integrais e FLV⁵, bem como com risco reduzido de obesidade (KRAMER et al., 2012; BURTON et al., 2017, MILLS et al., 2017a). Por outro lado, estudos internacionais sugerem que comer fora de casa tem sido associado ao aumento da ingestão de alimentos prontos para consumo e alimentos de conveniência com alta densidade calórica e menor qualidade nutricional⁶.

Contudo, o preparo de alimentos em casa parece estar menos frequente⁷. Nesse sentido, autores sugerem como uma das causas o possível declínio nas habilidades culinárias da população de adultos jovens em alguns países ocidentais⁸.

⁵; LASKA et al., 2009; THORPE et al., 2014; PRICE et al., 2017; LAM; ADAMS, 2017; KARFOUPOLOU et al., 2017; KERRISON; CONDRASKY; SHARP, 2017; TIWARI et al., 2017.

⁶ LARSON et al., 2006; VAN DER HORST, et al., 2011; HARTMANN; DOHLE; SIEGRIST, 2013; BEZERRA et al., 2013; THORPE et al., 2014; MONSIVAIS; AGGARWAL; DREWNOWSKI, 2014; TIWARI et al., 2017; CUNHA et al., 2018.

⁷ CARAHER; LANG, 1999; LARSON et al., 2006; CONDRASKY; HEGLER, 2010, WARMIN et al., 2012.

⁸ CARAHER et al., 1999; CARAHER; LANG, 1999; LANG et al., 1999; LANG; CARAHER, 2001; SHORT, 2003a; LARSON et al., 2006; CONDRASKY, 2006; CONDRASKY; GRIFFIN, 2007; PAPADAKI et al., 2007; WINKLER, 2008; LARSON et al., 2009; WARMIN, 2009; WINKLER; TURREL, 2009; DOORIS; DOHERT, 2010; CONDRASKY; HEGLER, 2010; BEGLEY; GALLEGOS, 2010; SMITH et al., 2010; LASKA et al., 2012; RIDDELL et al.,

As razões que permeiam esse possível declínio são complexas e elencam fatores como a falta tanto da prática em cozinhar, quanto de confiança e/ou conhecimentos para executar algumas tarefas consideradas básicas na cozinha⁹, que envolvem os procedimentos adotados para a etapa do pré-preparo e preparo de alimentos (ORNELLAS, 2006). Outro possível aspecto relacionado ao declínio das habilidades culinárias em adultos jovens é a diminuição na transmissão de conhecimentos culinários entre gerações e nas escolas¹⁰, além da maior oferta e disponibilidade de alimentos prontos para consumo (CARAHER et al 1999; LANG; CARAHER, 2001; CONDRASKY; HEGLER, 2010).

Contudo, Lang e Caraher (2001) sugerem que não há declínio nas habilidades culinárias, mas uma alteração relacionada ao contexto, denominada de transição culinária. A transição culinária se caracteriza pela mudança no padrão cultural da população, bem como no modo de preparar e consumir alimentos. Tais mudanças estão relacionadas também à maior preferência por alimentos que requerem o mínimo de preparo e utilizam tecnologias (como, por exemplo, o forno micro-ondas para reaquecê-los).

Esse processo, segundo os autores, pode levar a uma série de consequências para a saúde. As mudanças no preparo de alimentos podem favorecer o consumo de alimentos prontos para consumo, significando a ingestão involuntária de gorduras e açúcares, bem como o consumo insuficiente de frutas, legumes e verduras (CARAHER; LANG, 1999; CARAHER et al., 1999). É difícil afirmar, porém, se a disponibilidade de alimentos prontos para o consumo tem resultado em um declínio nas habilidades culinárias, ou se esses fatores apareceram no mesmo período por coincidência (HARTMANN; DOHLE; SIEGRIST, 2013).

Mills e colaboradores (2017a) discutem algumas das divergências em relação aos conceitos de habilidades culinárias. Em revisão sistemática, os autores citam que muitos estudos sobre culinária doméstica não tratam as habilidades culinárias como foco principal, mas

2011; LARSON et al., 2012; SOLIAH; WATLER; JONES, 2012; WARMIN; SHARP; CONDRASKY, 2012; HARTMANN; DOHLE; SIEGRIST, 2013; DE BACKER, 2013; THORPE et al., 2014; JONES et al., 2014; REICKS et al., 2014; WORSLEY et al., 2015; DANIELS et al., 2015; RONTTO et al., 2016; LAVELLE et al., 2016.

⁹ CARAHER et al., 1999; LANG et al., 1999; MICHAUD, 2007; WINKLER, 2008; WINKLER, TURREL, 2009; WARMIN, 2009; WARMIN; SHARP; CONDRASKY, 2012; LAVELLE et al., 2016.

¹⁰ LANG et al., 1999; CARAHER et al., 1999; LYON et al., 2011.

relacionadas a barreiras e facilitadores para a prática de preparo de alimentos em casa. Os autores sugerem que isso pode ser o resultado de diferentes conceitos utilizados entre pesquisadores, na medida em que confundem ter habilidades culinárias com cozinhar e, portanto, não explicitam e/ou medem ambos os conceitos porque assumem que os dois são intercambiáveis.

Segundo o Guia Alimentar para a População Brasileira (2014), as habilidades culinárias podem ser definidas como aquelas envolvidas com a seleção, pré-preparo, tempero, cozimento, combinação e apresentação dos alimentos. O conceito de habilidades culinárias, todavia, passa por diferentes perspectivas. Há o conceito de habilidades culinárias centradas na tarefa, referindo-se ao emprego de técnicas práticas e habilidades mecânicas no manuseio dos alimentos (como picar, fatiar, temperar, remover, fritar, assar). Tem-se, ainda, o conceito de habilidades culinárias centradas na pessoa, relacionadas ao conhecimento científico (acadêmico) e empírico (perceptuais e conceituais) do indivíduo para o planejamento, organização e preparo dos alimentos (SHORT, 2003a; 2003b). Complementarmente, as habilidades culinárias centradas na pessoa podem ser influenciadas pela confiança, atitude e comportamento culinário¹¹.

Englobando os conceitos citados acima, ressalta-se uma recente revisão de literatura elaborada por grupo de pesquisa da Universidade Federal de Santa Catarina estudioso da temática, que propôs um conceito para as habilidades culinárias considerando aspectos relacionados aos alimentos e indivíduos. Jomori et al. (2017) trazem que as habilidades culinárias podem ser definidas como “confiança, atitude e aplicação de conhecimentos individuais para desempenhar tarefas culinárias, desde o planejamento dos cardápios e das compras até o preparo dos alimentos, sejam esses *in natura*, minimamente processados, processados ou ultraprocessados”.

Muitos estudos apresentam metodologias diferentes para entender a relação entre habilidades culinárias e alimentação saudável¹². Ainda que sinalizem a tendência na relação positiva, a partir do aumento ou o desenvolvimento do conhecimento e da confiança culinária em

¹¹CARAHER et al., 1999; LANG et al., 1999; MICHAUD, 2007; WINKLER, 2008; WINKLER; TURREL, 2009; WARMIN, 2009; WARMIN; SHARP; CONDRASKY, 2012.

¹²CARAHER et al., 1999; LANG et al., 1999; LAWE, 2013; WINKLER, 2008; WINKLER; TURREL, 2009; MCGOWAN ET AL, 2016; BURTON et al., 2017; LAM; ADAMS, 2017; WILSON et al., 2017.

universitários, alguns resultados não apontam alterações no seu comportamento alimentar¹³. Nesse sentido, as diferenças de resultados podem ser devido às divergências metodológicas entre instrumentos utilizados para avaliar habilidades culinárias.

Diante da dificuldade em avaliar de maneira específica as dimensões das habilidades culinárias, destaca-se o instrumento estadunidense desenvolvido para a avaliação do impacto do programa de intervenção culinária *Cooking with a Chef (CWC)*¹⁴, liderado pela pesquisadora Margaret Condrasky, da *Clemson University*, da Carolina do Sul (Estados Unidos da América). Em busca sistemática realizada em 2017, o CWC foi, até o momento, o único programa encontrado na literatura que utiliza um instrumento de avaliação validado que considera diferentes dimensões das habilidades culinárias (BERNARDO, 2017a; JOMORI, 2017). O instrumento de identificação das habilidades culinárias foi adaptado culturalmente e validado para o Brasil por Jomori (2017) no contexto do Programa Nutrição e Culinária na Cozinha, um modelo de intervenção para o desenvolvimento de habilidades culinárias adaptado para o Brasil e aplicado com estudantes universitários (BERNARDO, 2017a; BERNARDO et al., 2017b).

O instrumento conta com oito escalas e uma avaliação de conhecimento culinário, fundamentadas em revisão de literatura e baseadas em itens confiáveis e válidos (MICHAUD, 2007). São elas: 1) Índice de Disponibilidade e Acessibilidade de Frutas e Vegetais (FLV); 2) Atitudes Culinárias; 3) Comportamento Culinário em Casa; 4) Comportamento Culinário Fora de Casa; 5) Autoeficácia no Uso de Técnicas Culinárias Básicas e Preparo das Refeições; 6) Autoeficácia em Consumir FLVs; 7) Autoeficácia em Utilizar FLVs e temperos e 8) Avaliação do Conhecimento de Termos e Técnicas Culinários.

A partir da descrição dos itens da escala, definiu-se comportamento culinário em casa como frequência com que se preparam diferentes tipos de alimentos e refeições em casa, e comportamento culinário fora de casa como frequência com que se realizam refeições fora de casa e se utilizam refeições consumidas fora de casa (MICHAUD, 2007; BERNARDO, 2017; JOMORI, 2017).

Em busca na literatura científica, não foram encontrados até o momento estudos com foco principal no comportamento culinário, mas

¹³ WARMIN; CONDRASKY, 2012; LAWE, 2013; THORPE et al., 2014; LASKA et al., 2016.

¹⁴ MICHAUD, 2007; WARMIN, 2009; CONDRASKY et al., 2011; WARMIN; SHARP; CONDRASKY, 2012; CONDRASKY et al., 2013.

foram encontradas variáveis relacionadas ao comportamento culinário em estudos que abordam o preparo de alimentos em casa¹⁵, a mensuração/identificação de habilidades culinárias como um todo¹⁶, a mensuração/avaliação de intervenções culinárias ou nutricionais¹⁷ e a frequência de alimentação fora de casa¹⁸.

Em alguns estudos que avaliam habilidades culinárias e o preparo de alimentos em casa, buscam-se associações com variáveis individuais como sexo, idade, renda, etnia, cultura, classe social e Índice de Massa Corpórea (IMC). Especificamente para o público universitário, uma maior frequência de preparo de alimentos em casa é encontrada entre o público feminino¹⁹, estudantes que moram com os pais (PAPADAKI et al., 2007; RIDELL et al., 2011) e que cursaram a área da saúde (WILSON et al., 2017; KOWALKOWSKA; POINHOS; RODRIGUES, 2018). Variáveis relacionadas à maior frequência de refeições fora de casa e ao maior consumo de alimentos de conveniência, foram encontradas em associação com sexo masculino¹⁴; tipo de moradia (quando vivem longe dos pais) e IMC (AL-OTAIBI et al., 2015; ALFAWAZ et al., 2012) (não há consenso se essa associação é positiva ou negativa).

¹⁵ LARSON et al., 2006; SMITH et al., 2010; SOLIAH; WALTER; JONES, 2012; DANIELS et al., 2012; LASKA et al., 2012; DE BACKER, 2013; JONES et al., 2014; MONSIVAIS; AGGARWAL; DREWNOWSKI, 2014; REICKS et al., 2014; SMITH; NG; POPKIN, 2014; DANIELS et al., 2015; ADAMS et al., 2015; SMITH et al., 2015; WORSLEY et al., 2015; BERGE et al., 2016; DOHLE; RALL; SIEGRIST, 2016; LAM; ADAMS, 2017; KARFOPOULOU et al., 2017.

¹⁶BEGLEY; GALLEGOS, 2010; PINARD et al., 2015; McGOWAN et al., 2015; 2016; LAVELLE et al., 2016; LAM; ADAMS, 2017, WILSON et al., 2017; BURTON et al., 2017; WOLFSON et al., 2017; KOWALKOWSKA; POINHOS; RODRIGUES, 2018.

¹⁷ BARTON; WRIEDEN; ANDERSON, 2011; CONDRASKY et al., 2011; LAWE, B., 2013; REICKS et al., 2014, PINARD et al., 2015; PRICE et al., 2017; LASKA et al., 2016; DOHLE; RALL; SIEGRIST, 2016; BERNARDO et al., 2017b.

¹⁸ SOLIAH; WALTER; ANTOSH, 2006; KIM et al., 2011; MONSIVAIS; AGGARWAL; DREWNOWSKI et al., 2014; SMITH; NG; POPKIN, 2014; PAPIER et al., 2015; AL-OTAIBI; BASUNY, 2015; TELEMAN et al., 2015; HILGER; LOERBROKS; DIEHL, 2017.

¹⁹ LARSON et al., 2006; DRISKELL; MECKNA; SCALES, 2006; YAHIA et al., 2008; LASKA et al., 2012; EL ANSARI; STOCK; MICOLAJCZYK, 2012; DELIENS et al., 2013; EVAGELOU et al., 2014; KOWALKOWSKA; POINHOS; RODRIGUES, 2018.

Outros estudos trazem avaliações da frequência, do envolvimento e do tempo gasto para o preparo das refeições com variáveis pessoais, como: relações pessoais, disponibilidade de tempo e com quem aprendeu a cozinhar²⁰. A investigação dessas variáveis e sua relação com o comportamento culinário pode auxiliar no planejamento e implementação de ações direcionadas ao incentivo de mudanças positivas no comportamento culinário.

Até o presente momento, não foram identificados estudos nacionais que tenham investigado os comportamentos culinários ou que os tenham conceituado de alguma forma. Observou-se também essa lacuna de conceituação entre estudos internacionais, bem como de consenso metodológico para sua mensuração, em semelhança ao estado da arte de estudos sobre avaliação de habilidades culinárias (JOMORI, 2017).

Por fim, ressalta-se ainda que a caracterização dos comportamentos culinários na população de estudantes universitários e sua associação com características individuais podem contribuir com o direcionamento de intervenções que visam a promoção de habilidades culinárias nesse público. Neste sentido, este estudo buscou responder à seguinte pergunta de partida:

Qual a relação dos comportamentos culinários com as características individuais e culinárias de estudantes universitários ingressantes brasileiros?

1.2 OBJETIVOS

1.2.1 Objetivo geral

Caracterizar e relacionar os comportamentos culinários com as características individuais e culinárias de estudantes universitários ingressantes.

1.2.2 Objetivos específicos

²⁰ CARAHER et al., 1999; LANG et al., 1999; WRIEDEN et al., 2007; SMITH et al., 2011; RIDELL et al., 2011; WARMIN; SHARP; CONDRASKY, 2012; CONDRASKY et al., 2013; DE BACKER, 2013; HARTMANN; DOHLE; SIEGRIST, 2013; SMITH; NG; POPKIN, 2013; JONES et al., 2014; THORPE et al., 2014; WORSLEY et al., 2015; McGOWAN et al., 2016; MILLS et al., 2017; LAM, ADAMS, 2017; WILSON et al., 2017.

- Identificar as características individuais e culinárias de estudantes universitários ingressantes;
- Caracterizar os comportamentos culinários de estudantes universitários ingressantes;
- Verificar a relação dos comportamentos culinários com as características individuais e culinárias de estudantes universitários ingressantes.

1.3 INSERÇÃO DO ESTUDO

Esta dissertação está inserida no Programa de Pós-Graduação em Nutrição (PPGN) da Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC), como parte integrante da linha de pesquisa III – Nutrição em Produção de Refeições e Comportamento Alimentar, no âmbito do Núcleo de Pesquisa de Nutrição em Produção de Refeições (NUPPRE). Faz parte de um projeto maior, intitulado “Habilidades culinárias em estudantes universitários”.

Como parte do referido projeto, já foram realizadas duas teses de doutorado, uma para adaptação transcultural do questionário de avaliação de intervenção do programa estadunidense *Cooking with a Chef* (CWC) com estudantes ingressantes de uma universidade brasileira (JOMORI, 2017; JOMORI et al., 2017; JOMORI et al., 2018), e outra visando o desenvolvimento do programa de habilidades culinárias Nutrição e Culinária na Cozinha (NCC), com adaptação, aplicação e avaliação do impacto de intervenção sobre habilidades culinárias nas práticas alimentares de estudantes universitários (BERNARDO, 2017; BERNARDO et al., 2017a; BERNARDO et al., 2017b). Ainda, como parte do desenvolvimento do NCC, foi elaborado um trabalho de conclusão de curso para seleção, adaptação e teste de receitas culinárias do CWC aplicadas no programa de intervenção NCC (RITA, 2016).

Além disso, com relação ao público-alvo, alguns estudos anteriores do NUPPRE embasaram a trajetória e apoiam a temática, como os que analisaram aspectos do ambiente nutricional de estudantes universitários (BASQUEROTTO, 2013; PULZ, 2014; PULZ et al., 2017).

O presente estudo explora uma das dimensões das habilidades culinárias pesquisadas no instrumento de identificação, que é o comportamento culinário, relacionando-o com variáveis pessoais e sociodemográficas de estudantes universitários ingressantes. Paralelamente, foi conduzida a dissertação de Borba (2017), que aborda

as dimensões de autoeficácia culinária do questionário de avaliação das habilidades culinária e as possíveis relações com variáveis pessoais e sociodemográficas de estudantes universitários ingressantes.

1.4 ESTRUTURA GERAL DA DISSERTAÇÃO

Este documento está dividido em cinco capítulos. O primeiro contempla a introdução, incluindo apresentação do problema, justificativa, pergunta de partida, objetivos, inserção do estudo e a estrutura geral do trabalho.

O segundo capítulo consiste na revisão bibliográfica que embasa o estudo, iniciando com questões sobre a alimentação dos estudantes universitários, sua relação com os comportamentos de saúde e o consumo alimentar dos estudantes universitários. Em seguida, o tópico alimentação e relação com as habilidades culinárias discute fatores que podem contribuir para um possível declínio das habilidades culinárias. Por fim, aborda-se o tema dos comportamentos culinários, dentro e fora de casa, e prováveis influências causadas por características individuais.

No terceiro capítulo é descrito o método da dissertação, abrangendo a definição dos termos relevantes e as etapas da pesquisa, além do modelo de análise. Prossegue-se com a caracterização do estudo, abordando o instrumento utilizado para coleta dos dados e discorrendo sobre a população, o local do estudo, o recrutamento, a elegibilidade, a amostragem e os procedimentos para a coleta, tratamento e análise de dados.

O quarto capítulo traz os resultados e discussões, em forma de manuscrito original a ser submetido ao periódico *Eating Behaviors*.

Finalmente, no quinto capítulo, são discutidas as considerações finais, limitações e pontos fortes, bem como recomendações procedentes do estudo.

A Figura 1 resume a estrutura geral da dissertação.

Figura 1 - Estrutura geral da dissertação

Capítulo 1 - INTRODUÇÃO		
Apresentação do problema e justificativa	Inserção do estudo	Objetivos
PERGUNTA DE PARTIDA Qual a relação dos comportamentos culinários com as características individuais e culinárias de estudantes universitários ingressantes brasileiros?		
Capítulo 2 - REVISÃO BIBLIOGRÁFICA		
ALIMENTAÇÃO DOS ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS E HABILIDADES CULINÁRIAS - Estado nutricional e comportamentos de saúde de estudantes universitários - Consumo alimentar dos estudantes universitários - Habilidades culinárias e relação com alimentação saudável	COMPORTAMENTOS CULINÁRIOS - Comportamento culinário dentro e fora de casa - Comportamentos culinários e características individuais e culinárias	
Capítulo 3 - MÉTODO		
- Caracterização do estudo - Definição dos termos relevantes - Etapas da pesquisa - Modelo de análise	- Definição de variáveis e indicadores - Local e população do estudo - Instrumento para coleta dos dados - Tratamento e análise dos dados	
Capítulo 4 - RESULTADOS		
Artigo Original		
Capítulo 5 – CONSIDERAÇÕES FINAIS		
Conclusões, limitações e pontos fortes		

Fonte: Elaborada pela autora, 2018.

2 REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

A revisão bibliográfica que embasa esta dissertação estrutura-se em dois grandes tópicos. O primeiro discorre sobre os estudantes universitários, os comportamentos de saúde que podem afetar seus hábitos alimentares, o perfil nutricional e a caracterização do consumo alimentar dessa população. Em seguida, as habilidades culinárias são abordadas quanto ao seu possível declínio e influência na alimentação, trazendo a discussão sobre o preparo de refeições em casa, alimentação fora de casa e possíveis desfechos de saúde relacionados. No segundo tópico, discute-se sobre os comportamentos culinários partindo da definição, explorando especificamente o comportamento culinário dentro e fora de casa, a forma como são abordados pelos estudos e possíveis influências de características individuais e culinárias dos sujeitos.

Foram realizadas buscas na literatura científica nas bases de dados: Pubmed/Medline - *National Library of Medicine*, SciELO - *The Scientific Electronic Library Online*, LILACS, Scopus, bem como Portal de periódicos e banco de teses CAPES. Foram consultados também sites de órgãos governamentais nacionais e internacionais, a Plataforma *Lattes* e o Diretório de Grupos de pesquisa do CNPq. Além disso, utilizou-se a técnica de bola de neve, realizando-se busca de estudos nas referências dos artigos encontrados.

Para realizar as buscas, foram utilizados conjuntos de unitermos em português e inglês, isoladamente ou em associação entre eles, principalmente referentes a habilidades culinárias e intervenções culinárias, especificamente sobre as dimensões dos comportamentos culinários e seus aspectos (preparo dos alimentos/refeições em casa e/ou alimentação fora de casa), além de estudantes universitários e adultos jovens (Quadro 1).

Quadro 1 - Principais descritores utilizados na busca de artigos para revisão bibliográfica

Português	Inglês
Habilidades Culinárias e intervenções culinárias	<i>cook* skills; cook* techniques; cook* training; cook* practices; cook* classes; cook* activities; cook* ability; food skills</i>
	<i>culinar* skills, culinar* techniques, culinar* training, culinar* practices, culinar* classes, culinar * activities, culinar* ability, culinar* intervention, culinar* program, culinar* education</i>
Comportamento Culinário	<i>culinar* OR cook* OR food OR nutr* OR eat OR diet* AND (behaviour OR practices OR habits)</i>
Preparo dos alimentos/ refeições	<i>food preparation; food skills, meal preparation; home cooking; home food preparation; cooking</i>
Alimentação fora de casa	<i>restaurant; food service; fast food; convenience food; ready prepared food; ready to eat meal; eating out; catering; cafeteria; café; canteen; dinner hall; dining área; dining room; refectory; buffet; bistrô; eating place</i>
Estudantes universitários e ingressantes Adultos jovens	<i>University students; college students; freshman; young adults; sophomore</i>

Fonte: Elaborado pela autora, 2017. Baseado em Bernardo (2017) e Jomori (2017).

As buscas foram realizadas sem restrição de data ou outros filtros. Conforme as limitações de cada base de dados, as combinações foram adaptadas para utilizar unitermos mais gerais ou mais específicos, assim como para utilizar um ou associar dois ou mais conjuntos de unitermos em uma mesma busca. Após cada busca, foram avaliados os títulos e resumos dos artigos encontrados e os artigos que contemplavam o tema desta pesquisa foram selecionados e explorados nos tópicos a seguir.

2.1 ALIMENTAÇÃO DE ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS E HABILIDADES CULINÁRIAS

Os jovens dos 18 aos 25 anos de idade, em transição do final da adolescência para o início da idade adulta, são denominados de adultos jovens. Os adultos jovens são caracterizados por abandonarem a dependência dos pais, mas ainda não assumirem todas as responsabilidades atribuídas aos adultos (ARNETT, 2000; ARNETT; ZUKAUSKIENE; SUGIMURA, 2014). Esse período é marcado por mudanças e uma maior autonomia nas escolhas pessoais (NELSON, 2008).

A adolescência é um período sensível para transformações físicas, sociais e psicológicas que influenciam a saúde e tem sido apontada como uma fase importante para estimular comportamentos que auxiliem na prevenção de doenças crônicas não-transmissíveis na idade adulta (PATTON et al., 2012). Desta forma, a transição da adolescência para a idade adulta é um momento propício para a atuação de estratégias de promoção à saúde, pois é quando muitos jovens podem estabelecer maior grau de independência e desenvolver hábitos de saúde duradouros²¹.

Embora esse momento de transição para o adulto jovem geralmente esteja associado a um bom estado de saúde (NELSON, 2008), novos fatores, como o ingresso na universidade, podem fazer com que esses jovens passem a ter uma maior autonomia e independência financeira, maior responsabilidade pelo gerenciamento do tempo, aumento do estresse²², mudanças nas relações sociais e a adoção de novos comportamentos, como diferentes padrões de alimentação e de atividade física, menor tempo de sono e, em alguns casos, início de consumo de álcool e de cigarro²³.

Esses novos padrões podem interferir na formação física, social e biológica dos universitários e torná-los mais vulneráveis ao desenvolvimento de problemas de saúde²⁴.

²¹RACETTE et al., 2005; PAPADAKI et al., 2007; DOORIS; DOHERTY, 2010; DOHERTY; CAWOOD; DOORIS, 2011; PATTON et al., 2012; POOBALAN et al., 2014; LASKA et al., 2016; RONTTO et al., 2016.

²²NELSON et al., 2008; PELLETIER; LASKA, 2012; NANNEY et al., 2015; VADEBONCOEUR; TOWNSEND; FOSTER, 2015.

²³RACETTE et al., 2005; PAPADAKI et al., 2007; FEITOSA et al., 2010; DELIENS et al., 2013; VADEBONCOEUR; TOWNSEND; FOSTER, 2015; POPE; LATIMER; WANSINK, 2015; PEARCEY; ZHAN, 2018.

²⁴RACETTE et al., 2005; PETRIBÚ; CABRAL; ARRUDA, 2009; COSTA; VASCONCELOS, 2012; POPE; LATIMER; WANSINK, 2015.

Nesse contexto, os jovens adultos em países ocidentais estão ganhando peso mais rápido que seus pais e são mais propensos a ganhar peso do que qualquer outro grupo etário (MUNT; PARTRIDGE; ALLMAN-FARINELLI, 2016). O aumento da prevalência de excesso de peso e obesidade nessa faixa etária vem sendo observado em uma série de estudos internacionais que têm identificado a transição entre a adolescência e o período adulto como um período de risco aumentado para o excesso de peso²⁵ e o estabelecimento de padrões alimentares que podem perdurar pela idade adulta²⁶.

2.1.1 Estado nutricional e comportamentos de saúde dos estudantes universitários

Nos Estados Unidos da América, entre os anos de 1991 a 2001, o aumento mais significativo nos índices de obesidade entre adultos aconteceu na faixa etária de 18 a 29 anos (de 7% para 14%) (HUANG et al., 2003). Em 2012, a prevalência de obesidade nesse mesmo país entre adolescentes (12-19 anos) foi de 20% e de excesso de peso, 34%. Já a prevalência de obesidade entre as faixas etárias de 20-39 anos foi de 30% e de excesso de peso, 60% (OGDEN et al., 2012).

Estudo conduzido com 620 universitários no México, de 18 a 24 anos, encontrou prevalência de 10% de obesidade e 22% de sobrepeso (SANDOVAL et al., 2014). Desde 1985, a prevalência da obesidade em adultos canadenses aumentou de 6% para 18% e é esperado que chegue em 21% em 2019 (TWELLS et al., 2014).

No Brasil, o aumento dos índices de sobrepeso e obesidade também são percebidos. Os dados da última pesquisa de Vigilância de Fatores de Risco e Proteção para Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico (VIGITEL) de 2017 indicam que a prevalência de obesidade entre 18-24 anos foi de 9,2% e de excesso de peso, 32,1%. Já entre a população de 25 a 34 anos, a prevalência de obesidade foi de 16,5% e de excesso de peso, 50% (BRASIL, 2017).

No ano de ingresso dos estudantes na universidade, em especial, parece haver uma tendência ao ganho de peso. Em revisão sistemática

²⁵RACETTE et al., 2005; HIVERT et al., 2007; VELLA-ZARB; ELGAR, 2009; CROMBIE et al., 2009; VELLA-ZARB; ELGAR, 2010; DELIENS et al., 2013, VADENBONCOEUR; TOWNSEND; FOSTER, 2015.

²⁶RACETTE et al., 2005; RACETTE et al., 2008; VELLA-ZARB; ELGAR, 2009; CROMBIE et al., 2009; VELLA-ZARB; ELGAR, 2010; SMALL et al., 2012; DELIENS et al., 2013; PEMBER; KNOWLDEN, 2017.

com metanálise conduzida por Vadeboncoeur, Townsend e Foster (2015), abrangendo estudos entre 1993 e 2014, foi observado que quase dois terços dos estudantes universitários ganharam peso durante o primeiro ano de universidade, com média de ganho de 3,5 kg. Em outra revisão sistemática, foram analisados 17 estudos longitudinais sobre o ganho de peso entre universitários em seu ano de ingresso, encontrando-se uma variação de 3,1 a 3,4 kg (CROMBIE et al., 2009).

Em revisão de literatura conduzida por Vella-Zarb e Elgar (2009), foram analisados 24 estudos, que incluíram 3401 estudantes universitários (84,5% mulheres) dos Estados Unidos da América e do Canadá. Os autores observaram que a média de ganho de peso foi de 1,75 kg durante o primeiro ano na universidade. Embora o ganho de peso varie, estima-se que ocorra significativo ganho de peso na idade adulta entre 20 e 25 anos, podendo ocorrer independentemente do ingresso na universidade (LEWIS et al., 2000)

No Brasil, em estudo realizado com 968 universitários de São Luís (Maranhão), aproximadamente 30% encontrava-se com sobrepeso e 9% com obesidade. A prevalência de sobrepeso e obesidade foi maior em homens (39% e 12%, respectivamente) do que em mulheres (24% e 7%, respectivamente) (BARBOSA et al., 2016). Uma maior prevalência de excesso de peso corporal entre os homens ingressantes na universidade de 17 a 20 anos também foi encontrada em estudo realizado na Bahia (Brasil), com mais de 1000 universitários (SOUZA; BARBOSA, 2017).

Embora estudos apontem mudanças nos hábitos alimentares de estudantes universitários, associações prospectivas entre a qualidade da dieta no ano de ingresso e mudança de peso não foram encontradas ou não foram testadas nos estudos que avaliaram ganho de peso (SERLACHIUS; HAMER; WARDLE, 2007; DEFORCHE et al., 2015).

Os comportamentos associados ao ganho de peso, incluindo ingestão inadequada de cereais integrais, frutas e legumes e verduras, bem como consumo excessivo de alimentos prontos para consumo e tipo *fast food* podem ser considerados sinônimos daqueles proeminentes em adultos jovens (MUNT; PARTRIDGE; ALLMAN-FARINELLI, 2016).

Alguns determinantes para o ganho de peso nos adultos jovens de 18 a 25 anos podem, ainda, estar ligados a mudanças de comportamento, como não consumirem café da manhã, alimentarem-se fora de casa, terem maior acesso a alimentos com maior densidade calórica (HALIMIC et al.,

2017) e aumentarem atividades sociais que contribuem para mudanças no estilo de vida²⁷.

Diante do cenário apresentado, o período de estudos universitários pode ser caracterizado, além do ganho de peso, pela prevalência de sobrepeso e obesidade e de estilos de vida associados ao aumento do risco para Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT)²⁸.

2.1.2 Consumo alimentar dos estudantes universitários

As universidades são ambientes que podem restringir alunos e funcionários ao campus, onde se situa todo o ambiente educacional e administrativo, e onde existe reduzida oferta de alimentos, o que pode limitar a escolha alimentar (DELLIENS et al., 2014; HILGER; LOERBROKS; DIEHL, 2017). Dado o tempo que adolescentes e adultos jovens passam na universidade e seus arredores, o ambiente educacional e suas proximidades podem influenciar os hábitos alimentares desses estudantes na vida adulta (LARSON et al., 2009).

Segundo revisão sistemática de Crombie e colaboradores (2009), são potenciais fatores para as mudanças de peso entre os adultos jovens: a densidade energética de alimentos e bebidas (alto consumo de lanches e alimentos de baixo valor nutricional, bem como baixo consumo de alimentos saudáveis como frutas, legumes e verduras); os comportamentos alimentares (comer em situações emocionalmente vulneráveis, como depressão e estresse; tamanhos das porções de refeições no campus; restrições alimentares; elevado consumo de álcool ou beber socialmente); o tipo de residência (morar no campus ou fora do campus); e o tempo de atividade física (aumento do sedentarismo, bem como diminuição do lazer).

Em revisão narrativa realizada por Bernardo e colaboradores (2017), foram encontrados 37 artigos sobre consumo alimentar de estudantes universitários, dos quais oito foram realizados no Brasil. Essa revisão destaca que as principais inadequações encontradas nesse público em estudos nacionais e internacionais são o elevado consumo de *fast food*, *snacks*, frituras, doces, refrigerantes e outras bebidas açucaradas, bebidas energéticas, cereais refinados e açúcares, bem como bebidas alcoólicas, sobretudo cervejas. Como principal desfecho analisado, a revisão destaca

²⁷ YAHIA et al., 2008; DE PIERO et al., 2015; SPANOS; HANKEY, 2010; TELEMAN et al., 2015.

²⁸ HUANG et al., 2003; NELSON et al., 2008; STORY, 2009; MURRAY et al., 2016.

o baixo consumo de FLV, apresentando-se abaixo das recomendações diárias internacionais em todos os estudos analisados, com alguns deles ressaltando a baixa ingestão de fibras alimentares.

No que diz respeito à frequência de realização das principais refeições, a mais omitida entre os estudantes universitários foi o café da manhã, seguido do almoço ou do jantar. Apesar de poucos estudos terem avaliado o impacto do café da manhã na saúde de adolescentes e adultos jovens, há evidências científicas sobre os benefícios do consumo regular de café da manhã no desempenho acadêmico, função cognitiva e qualidade da dieta em crianças e adolescentes (BERNARDO et al., 2017).

Embora, como já citado, os estudos brasileiros tenham apresentado resultados similares aos dos estudos internacionais, destaca-se que dois estudos brasileiros (MARCONDELLI; COSTA; SCHMITZ, 2008; FEITOSA et al., 2010) referem que a maioria dos estudantes da amostra apresentou o hábito de consumir leguminosas diariamente, principalmente o feijão, o que pode indicar a preferência pela alimentação tradicional brasileira (BERNARDO et al., 2017). Em pesquisa recente brasileira, confirma-se que 60% dos adultos jovens consomem feijão em 5 ou mais dias da semana; no entanto, observa-se que houve decréscimo do consumo regular da leguminosa na população brasileira de mais de 9% de 2011 para 2017 (BRASIL, 2017).

Pesquisas sugerem que a qualidade da dieta pode acompanhar algumas mudanças nos padrões de comportamento durante esse período de transição (PAPADAKI et al., 2007; LASKA et al., 2009; POOBALAN et al., 2014; HILGER; LOERBROKS; DIEHL, 2017). Os adultos jovens parecem apresentar maior consumo de alimentos preparados fora de casa (LARSON et al., 2011) e de *fast food*, e quando consumido duas ou mais vezes por semana está associado ao aumento da adiposidade central nessa população (PEREIRA; KARTASHOV, EBBELING, 2005). Além disso, o consumo de *fast food* tem sido associado ao ganho de peso e estudos conduzidos nos Estados Unidos da América (EUA) indicam que a faixa etária dos 20 a 29 anos é a que faz refeições nesses restaurantes com maior frequência (PAERATAKUL et al., 2003).

O consumo de bebidas açucaradas entre adultos jovens é também maior quando comparado a outras faixas etárias em estudos longitudinais (KIT et al., 2013). De acordo com pesquisa populacional brasileira VIGITEL (2017), 15% da população das capitais brasileiras consomem refrigerantes em cinco ou mais dias da semana, sendo que o comportamento é mais comum entre adultos jovens de 18 a 24 (23%) seguido pela faixa etária de 25 a 34 (17%). Para consumo regular de FLV, os resultados encontrados para a população de adultos jovens foram 26%,

enquanto entre a população adulta a frequência foi de 35%, sendo menor entre homens (28%) do que entre mulheres (40%) (BRASIL, 2017).

Observa-se que, independentemente de o estudo ser nacional ou internacional, muitas características apresentaram-se comuns, como por exemplo a tendência de os estudantes universitários consumirem alimentos menos saudáveis ao entrarem na universidade.

Entre as barreiras comumente citadas para a alimentação saudável na população de estudantes universitários, estão preferências pessoais/sabor (LARSON et al., 2012), falta de tempo²⁹, fator financeiro restrito (LAVELLE et al., 2016; SAVELLI et al., 2017) e aumento no consumo de alimentos de conveniência (DELIENS et al., 2014; POOBALAN et al., 2014). A maior disponibilidade e a facilidade em obter guloseimas também podem influenciar a escolha dos jovens universitários (BEVAN et al., 2016; HILGER; LOERBORCK; DIEHL, 2017).

Além disso, adultos jovens podem apresentar inexperiência de compra, preparação e planejamento de refeições. A baixa confiança e a percepção de não possuir habilidades culinárias suficientes também se destacam como barreiras para o preparo de refeições e escolhas alimentares mais saudáveis (LARSON et al., 2006; FRANKO et al., 2008; HEALTH CANADA, 2015).

2.1.3 Habilidades culinárias e relação com alimentação

O aumento da obesidade e de DCNT está relacionado a transformações no ambiente, na dieta e no estilo de vida da sociedade atual. Devido ao seu rápido desenvolvimento em populações geneticamente estáveis, a obesidade pode ser atribuída a fatores ambientais que afetam a dieta ou o nível de atividade física (PEREIRA; KARTASHOV; EBBELING, 2005; WHO, 2010; WHO, 2015). A globalização, o crescimento econômico e a urbanização são alguns dos fatores que fomentam essas transformações. Embora tenha agregado melhorias na qualidade de vida para muitas pessoas, a globalização também possibilitou o acesso a alimentos de baixo custo, muitas vezes com baixo valor nutricional e alta densidade energética, e permitiu o aumento do consumo de alimentos processados, de conveniência e de bebidas adoçadas. Essas mudanças seguiram acompanhadas por estilos de

²⁹ LARSON et al., 2006; SOLIAH; WALTER; ANTOSH, 2006; LAVELLE et al., 2016; BURTON et al., 2017.

vida cada vez mais sedentários, facilitados pelas condições urbanas com maior infraestrutura e tecnologia (MALIK; WILLET; HU, 2013).

Um fator dietético potencialmente importante é o consumo de refeições fora de casa, que pode ser uma das características ligadas a essa mudança (PROENÇA, 2002; BEZERRA et al., 2013; GORGULHO; FISBERG; MARCHIONI, 2014). A relativa facilidade e disponibilidade de manter padrões alimentares menos saudáveis (definidas pelo tempo, custo, instalações e presença de alimentos com menor qualidade nutricional) é uma barreira comumente relatada em outras populações, inclusive para a população dos adultos jovens (MUNT; PARTRIDGE; ALLMAN-FARINELLI, 2016). Dentre este público, a procura pela conveniência emerge como mais um fator associado ao status social e, geralmente, à restrição de recursos financeiros (SAVELLI et al., 2017).

Alguns autores levantam uma possível associação entre consumo de alimentos fora de casa e o ganho de peso ou aumento do índice de massa corporal³⁰. Pereira e colaboradores (2005), em estudo prospectivo realizado por meio de acompanhamento de jovens estadunidenses dos 18 aos 30 anos, encontraram associação positiva entre frequência de realizar refeições em restaurantes do tipo *fast food*, ganho de peso e aumento da resistência à insulina, independentemente de fatores de confusão, como a falta de atividade física ou longos períodos assistindo à televisão.

Nesse sentido, as escolhas alimentares dos indivíduos podem ser influenciadas pelo tipo de estabelecimento escolhido. Larson e colaboradores (2011) salientam que esforços devem ser feitos para incentivar os jovens a prepararem a sua própria comida em casa quando possível, bem como proporcionar ferramentas para auxiliar escolhas alimentares saudáveis fora de casa.

A busca por uma alimentação mais saudável tem levado à valorização da culinária como objeto de estudo, no sentido de ampliar sua interlocução com a ciência da Nutrição (CONDRASKY; HEGLER, 2010; DIEZ-GARCIA; CASTRO, 2011) e sua promoção é enfatizada por documentos oficiais e políticas públicas (BRASIL, 2012; BRASIL, 2014).

A Estratégia Global para Alimentação, Atividade Física e Saúde, da Organização Mundial da Saúde, enfatiza a necessidade de redução do consumo de alimentos com alto teor de energia e de sódio, gorduras saturadas, gorduras trans e carboidratos refinados (WHO, 2003). O atual Guia Alimentar Para a População Brasileira (GAPB) traz orientações com enfoque nas refeições e nos aspectos relacionados ao comportamento

³⁰ PAERATAKUL et al., 2003; PEREIRA; KARTASHOV; EBBELING, 2005; LARSON et al., 2011; BEZERRA; CURIONI; SICHIERI, 2012.

alimentar, como as dimensões culturais, sociais, econômicas e ambientais. A recomendação é que se estimule o ato de cozinhar, em particular entre os mais jovens, buscando proteger o patrimônio cultural representado pelas tradições culinárias locais. Ressalta-se ainda a relação positiva das habilidades culinárias com a frequência de consumo de legumes e verduras e de forma inversa ao consumo de alimentos ultraprocessados (BRASIL, 2014).

A valorização da culinária enquanto prática emancipatória está entre os seis princípios para as ações de educação alimentar e nutricional apontados pelo Marco de Referência de Educação Nutricional Alimentar (EAN) do Brasil (BRASIL, 2012). O documento ressalta as múltiplas dimensões que permeiam a culinária e que permitem o estabelecimento de vínculo entre o processo pedagógico e as diferentes realidades e necessidades locais e familiares. Levanta ainda que saber preparar o próprio alimento gera autonomia, permite praticar as informações técnicas e amplia o conjunto de possibilidades dos indivíduos. Mesmo quando o preparo efetivo de alimentos não é viável nas ações educativas, incentiva a reflexão sobre a importância e o valor da culinária como recurso para alimentação saudável (BRASIL, 2012).

Jomori (2017), em sua tese de doutorado, discute sobre a definição e a evolução temporal do conceito de culinária, culminando na definição de habilidades culinárias. Considerando este contexto, a explanação aqui contida busca somente contextualizar a definição, recomendando-se a leitura do artigo para aprofundamento (JOMORI et al., 2018).

Segundo o dicionário Houaiss, habilidades podem ser definidas como características daquele que possui capacidade, aptidão, agilidade ou destreza em alguma atividade. Ao conceito de habilidades com relação à alimentação, pode-se incluir o ato de cozinhar, uma vez que envolve habilidade e capacidade para preparar algum alimento. De acordo com o dicionário, cozinhar significa preparar os alimentos por meio da ação do fogo (cozimento) ou de qualquer outro processo, transformando algo cru em cozido (HOUAISS; VILLAR, 2009).

Entretanto, o conceito de cozinhar pode ir além do significado etimológico do verbo. O ato de cozinhar inclui a seleção de alimentos e a frequência de seu uso (KINOUCI et al., 2008 apud JOMORI, 2017), as técnicas de preparo e a produção de sabores particulares, organizadas e orientadas por regras referentes à aceitabilidade, adequação de pratos a situações de rotina e a momentos especiais e, ainda, aos seus usos simbólicos (MESSER, 1995 apud JOMORI, 2017). Cozinhar significa, ainda, explorar os alimentos, não somente considerando a utilização do fogo, mas transformar os alimentos sem a aplicação de calor, como por

exemplo preparar um molho de maionese ou uma salada (BEGLEY; GALLEGOS, 2010).

Sugere-se que as habilidades culinárias estão relacionadas com a confiança para cozinhar ou a capacidade para preparar alimentos (CARAHER; LANG, 1999; HARTMANN; DOHLE; SIEGRIST, 2013). Porém, autores destacam que são poucos os textos científicos que definem as habilidades culinárias (SHORT, 2003a; BEGLEY; GALLEGOS, 2010; MCGOWAN et al., 2015).

Segundo o GAPB (2014), as habilidades culinárias podem ser definidas como aquelas envolvidas com a seleção, pré-preparo, tempero, cozimento, combinação e apresentação dos alimentos.

Entendendo as habilidades culinárias como a confiança em desempenhar tarefas (SINGLENTON, 1978 apud SHORT, 2003a), essas podem ser centradas na tarefa, referindo-se ao emprego de técnicas práticas e habilidades mecânicas, classificando-se como habilidades técnicas. As habilidades técnicas envolvem técnicas culinárias, mecânicas e físicas para manipular os alimentos, como por exemplo, cortar, picar, fatiar, branquear, temperar, remover, fritar, assar os alimentos.

As habilidades podem também estar centradas na pessoa, em relação aos conhecimentos e percepções do indivíduo, e incluem as habilidades perceptuais e conceituais, o conhecimento acadêmico, bem como a capacidade de planejamento (SHORT, 2003b; BEGLEYS; GALLEGOS, 2010). As perceptuais são habilidades relacionadas à capacidade para julgar o sabor, a cor e a textura das combinações dos ingredientes. As habilidades conceituais relacionam-se à capacidade de prever os resultados, ser criativo e demonstrar saber como adaptar ingredientes. Já o conhecimento acadêmico envolve os conhecimentos em nutrição, segurança alimentar e tendências em alimentação. Por fim, a capacidade de planejamento está relacionada ao tempo apropriado para executar as tarefas de cozinhar, às habilidades criativas e de organização para o planejamento de cardápios (SHORT, 2003b; BEGLEY; GALLEGOS, 2010).

Assim, o conceito utilizado neste estudo prevê que “habilidades culinárias podem ser definidas como confiança, atitude e aplicação de conhecimentos individuais para desempenhar tarefas culinárias, desde o planejamento dos cardápios e das compras até o preparo dos alimentos, sejam esses *in natura*, minimamente processados, processados ou ultraprocessados” (JOMORI et al., 2018).

Adotando conceituação proposta por Monteiro e colaboradores (2010) e GAPB (2014), alimentos *in natura* são aqueles obtidos diretamente de plantas ou de animais e adquiridos para consumo sem que

tenham sofrido qualquer alteração após deixarem a natureza; alimentos minimamente processados são alimentos *in natura* que, antes de sua aquisição, foram submetidos a alterações mínimas; e alimentos processados ou ultraprocessados correspondem a produtos cuja fabricação envolve diversas etapas e técnicas de processamento e vários ingredientes, muitos deles de uso exclusivamente industriais.

No Brasil, assim como em outros países ocidentais, um possível declínio nas habilidades culinárias vem sendo apontado e relacionado com a diminuição do processo de transmissão destas habilidades entre gerações. Os motivos desse declínio são complexos e envolvem fatores como a falta da prática cultural e social de cozinhar, bem como a carência de confiança e/ou de conhecimentos para executar algumas tarefas consideradas básicas na cozinha³¹.

Paralelo ao fato de as pessoas viverem hoje influenciadas pelo sentimento da falta de tempo e pela dificuldade de deslocamento nos centros urbanos, observa-se a tendência em diminuir tempo para preparar e consumir refeições³². Consequentemente, as habilidades culinárias começam a ser menos praticadas, o que também pode estar associado à situação de que alimentar-se diariamente não necessariamente envolve o ato de cozinhar. A principal questão levantada, no entanto, é se a disponibilidade de alimentos industrializados prontos para o consumo influenciou o possível declínio nas habilidades culinárias, ou se esses fatores apareceram no mesmo período por coincidência (HARTMANN; DOHLE; SIEGRIST, 2013).

CaraHER et al. (1999) e Lang et al. (1999) discutiram que a grande disponibilidade de alimentos prontos para o consumo ou pré-preparados em casa pode influenciar a utilização das habilidades culinárias. Na Inglaterra, muitas pessoas consideraram que utilizar alimentos prontos para o consumo envolve algum tipo de preparo, como por exemplo, reaquecer uma pizza no forno micro-ondas.

A transição culinária descrita por Lang e CaraHER (2001) pode ser definida como um processo pelo qual as culturas têm vivenciado

³¹CARAHER et al., 1999; LANG et al., 1999; BYRD-BREDBRENNER, 2004; 2005; MICHAUD, 2007; WINKLER, 2008; WINKLER, TURREL, 2009; WARMIN, 2009; WARMIN; SHARP; CONDRASKY, 2012; BURTON et al., 2017; LAM, ADAMS, 2017.

³² PROENÇA, 2002; SOLIAH; WALTER; JONES, 2012; PELLETIER; LASKA, 2012; SMITH; WEN; POPKIN, 2013; JONES et al., 2014; MONSIVAIS; AGGARWAL; DREWNOWSKI, 2014; DANIELS et al., 2015; SMITH et al., 2015; LAVELLE et al., 2016; BURTON et al., 2017.

importantes mudanças no padrão e no tipo de habilidades necessárias para preparar e consumir os alimentos. Esse processo, segundo os autores, pode levar a consequências para a saúde. As mudanças culinárias e a dependência de alimentos prontos para o consumo podem levar à ingestão involuntária de gorduras e o consumo insuficiente de frutas, legumes e verduras, destacando-se que ambas são preocupações para os educadores em saúde.

Essa transição ou possível redução das habilidades e das práticas culinárias pode levar ao consumo alimentar inadequado nutricionalmente³³, favorecendo a escolha de alimentos prontos para o consumo³⁴.

Por outro lado, a presença dessas habilidades parece ter uma relação positiva com o consumo de frutas, legumes e verduras³⁵. Conforme já descrito, as habilidades culinárias englobam componentes múltiplos, mas revisão realizada por McGowan et al. (2015) discute a falta de consenso sobre suas partes constituintes, inter-relacionamentos ou mensurações. Os autores levantam a variedade dos modelos dos estudos analisados (quantitativos, qualitativos, transversais, intervenções), bem como diversidade de perspectivas sob a qual abordam o tema das habilidades culinárias.

Em alguns estudos, as habilidades culinárias foram mensuradas por meio da avaliação da confiança de cozinhar autorreferida, capacidade de usar diferentes técnicas ou para preparar diferentes alimentos, mas nenhuma informação sobre a confiabilidade desses instrumentos foi mencionada (ADAMS et al., 2015; LEAL et al., 2011; RODRIGUES et al., 2001).

Após busca sistematizada na literatura científica realizada por Bernardo (2017) e Jomori (2017), o programa de intervenção culinária *Cooking with a Chef* (CWC) foi localizado e identificado como o único que utiliza um instrumento validado para avaliar diferentes dimensões das habilidades culinárias. Além disso, já foi aplicado com estudantes universitários. O programa CWC começou a ser desenvolvido em 2002, pelo grupo de pesquisadores coordenado pela professora Margaret

³³ CARAHER et al., 1999; CARAHER; LANG, 1999; LANG et al., 1999; CARAHER; LANG; DIXON, 2000; PAPADAKI et al., 2007; CARAHER; SEELEY, 2010.

³⁴ RIDDEL et al., 2011; DANIELS et al., 2015; SARMUGAN; WORSLEY, 2015; LASKA et al., 2016; RONTTO et al., 2016; SAVELLI et al., 2017.

³⁵ LARSON et al., 2006; LASKA et al., 2012; SOLIAH; WALTER; JONES, 2012; WOLFSON; BLEICH, 2015.

Condrasky, da Universidade de Clemson, na Carolina do Sul, Estados Unidos da América. O objetivo inicial do programa CWC foi aumentar a frequência de cozinhar em casa (CONDRASKY, 2006; WARMIN, 2009; CONDRASKY et al., 2010).

O desenvolvimento do instrumento de avaliação do impacto do programa CWC foi iniciado em 2007 (MICHAUD, 2007), sendo posteriormente validado (CONDRASKY et al., 2011). O instrumento validado demonstrou ser eficaz para avaliar o programa CWC em diversos grupos populacionais e avalia as habilidades culinárias sugerindo diferentes dimensões, como a disponibilidade e acesso a FLV em casa; atitudes culinárias, comportamentos culinários, autoeficácia e conhecimentos sobre técnicas culinárias.

Diante da diversidade de metodologias para conceituar e mensurar as habilidades culinárias e seus constituintes, pode ser vantajoso tratar das dimensões das habilidades culinárias de forma isolada, no caso, os comportamentos culinários. Com isso, espera-se conseguir mensurar como cada dimensão pode ser impactada por ações de intervenção e políticas públicas.

2.2 COMPORTAMENTOS CULINÁRIOS

De acordo com o dicionário de língua portuguesa, comportamento significa modo de se comportar, de agir, conduta ou procedimento (BECHARA, 2011). Já o conceito de culinária diz respeito à arte de cozinhar e pode ser caracterizada por um conjunto de aromas e sabores peculiares a uma dada cultura, tratando-se de um fenômeno estritamente cultural que diferencia o homem dos demais animais (DIEZ-GARCIA; CASTRO, 2011).

Comportamentos culinários podem ser definidos como frequências com que se prepara e consome diferentes tipos de preparações culinárias em casa e fora de casa.

Os comportamentos culinários podem ser classificados em comportamento em casa e fora de casa. Comportamento culinário em casa pode ser definido como frequência com que se prepara diferentes tipos de alimentos e refeições em casa. Comportamento culinário fora de casa pode ser definido como frequência com que se realiza refeições fora de casa e utiliza sobras de refeições consumidas fora de casa.

Esses conceitos são sugeridos considerando a descrição dos itens que mensuram a dimensão dentro do instrumento de avaliação das habilidades culinárias e alimentação saudável traduzido e adaptado por Jomori (2017) como Questionário de Identificação das Habilidades

Culinárias e Alimentação Saudável, utilizado na avaliação do programa de intervenção adaptado para universitários brasileiros: Nutrição e Culinária na Cozinha (BERNARDO, 2017).

A escala de comportamentos culinários utilizada no instrumento original (do programa *Cooking With a Chef*) (MICHAUD, 2007), continha apenas 3 itens que foram baseados no Questionário *Food and Cooking Skills* (WRIEDEN et al., 2007). O conteúdo da escala de comportamentos culinários foi então alterado (KERRISON, 2014; KERRISON; CONDRASKY; SHARP, 2017), incluindo-se novos itens que investigavam o uso de sobras de refeições feitas em casa ou compradas fora de casa, a combinação de ingredientes frescos com pré-prontos para o consumo no preparo das refeições em casa, bem como itens sobre realização de refeições fora de casa. Ressalta-se que os itens da escala permitiam uma avaliação de comportamentos culinários visando o preparo de refeições saudáveis e para o uso/consumo de alimentos considerados de melhor qualidade nutricional como frutas, legumes, verduras e outros alimentos frescos.

A divisão entre comportamento culinário em casa e fora de casa também permitiu que houvesse análise independente dos itens sobre alimentação fora de casa (JOMORI et al, 2017), uma vez que essa é uma condição muitas vezes associada ao público jovem e a alimentos de menor qualidade nutricional.

Buscando estabelecer o estado da arte sobre comportamentos culinários, a partir de buscas realizadas nas bases de dados LILACS, Scielo, Scopus e PubMed, utilizando unitermos correlatos em inglês, não foram identificados artigos nacionais ou internacionais que os abordassem como tema principal. A busca inicial restrita aos unitermos relacionados apenas aos comportamentos culinários, utilizando descritores em inglês, mostrou diversos artigos tratando do comportamento culinário em relação aos alimentos, sobre como diferentes tipos de alimentos se comportavam diante de processos culinários. Como exemplo, encontrou-se artigo sobre arroz, que avaliou alterações químicas, morfológicas e nas propriedades do amido após ser submetido à cocção. Como é uma abordagem divergente do objetivo deste trabalho, uma nova busca foi feita combinando descritores sobre comportamentos culinários com descritores referentes à população de estudantes universitários. Nessa nova busca, na base de dados Scopus, foram identificados oito estudos que tratavam de temas associados ao

comportamento culinário, sendo que quatro deles³⁶ estavam associados ao comportamento culinário em casa e outros quatro³⁷ ao comportamento culinário fora de casa.

Para abordar com maior especificidade o comportamento culinário, optou-se por explorar os estudos considerando as duas dimensões expostas dentro do instrumento de identificação de habilidades culinárias do Programa NCC, conforme traduzido e adaptado por Jomori (2017). Assim, a identificação e análise dos estudos considerou:

- Comportamento culinário em casa: associado à frequência do preparo de diferentes tipos de alimentos e refeições em casa;
- Comportamento culinário fora de casa: associado à frequência de refeições fora de casa.

Foram feitas, então, buscas complementares específicas na base de dados Scopus, com descritores para explorar o comportamento culinário em casa e fora de casa (Quadros 2 e 3), associados a descritores sobre preparo de refeições em casa e referentes à alimentação fora de casa, respectivamente.

Quadro 2 - Descritores utilizados para buscas em comportamento culinário em casa

Habilidades Culinárias	<i>cook* skills; cook* techniques; cook* practices; cook* ability; food skills; culinary* skills, culinary* techniques, culinary* practices, culinary* ability</i>
Comportamento Culinário	<i>culinar* OR cook* OR food OR nutr* OR eat OR diet* AND (behaviour OR practices OR habits)</i>
Preparo dos alimentos/ refeições	<i>food preparation; food skills, meal preparation; home cooking; home food preparation; cooking</i>
Estudantes Universitários e ingressantes / Adultos jovens	<i>University students; college students; freshman; young adults; sophomore</i>

Fonte: Elaborado pela autora, 2017. Baseado em Bernardo (2017) e Jomori (2017).

³⁶ DE BACKER, 2013; WANG, 2016; WOLFSON et al., 2016; MCMULLEN et al., 2017.

³⁷ PAPADAKI et al., 2007; DUARTE-CUERVO et al., 2015; DELIENS et al., 2016; HILGER; LOERBROKS; DIEHL, 2017.

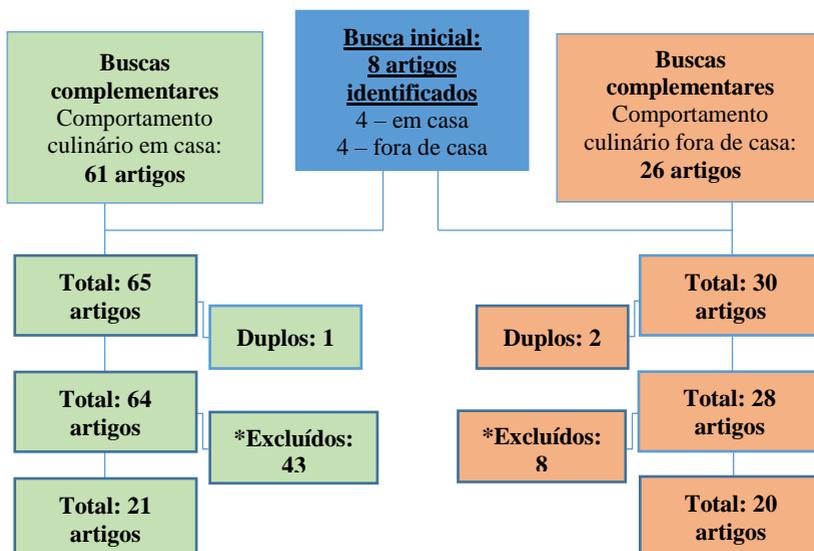
Quadro 3 - Descritores utilizados para buscas em comportamento culinário fora de casa

Alimentação fora de casa	<i>restaurant; food service; fast food; convenience food; ready prepared food; ready to eat meal; eating out; catering; cafeteria; café; canteen; dinner hall; dining área; dining room; refectory; buffet; bistrô; eating place</i>
Comportamento Culinário	<i>culinar* OR cook* OR food OR nutr* OR eat OR diet* AND (behaviour OR practices OR habits)</i>
Estudantes Universitários e ingressantes / Adultos jovens	<i>University students; college students; freshman; young adults; sophomore</i>

Fonte: Elaborado pela autora, 2017. Baseado em Bernardo (2017) e Jomori (2017).

Os resultados das três buscas estão especificados na Figura 2.

Figura 2 - Fluxograma de buscas sobre comportamento culinário, comportamento culinário em casa e comportamento culinário fora de casa



*Não abordavam público universitário ou adulto jovem; não identificavam comportamento culinário

Em análise inicial sobre os estudos encontrados, identificou-se a abordagem das variáveis que compõem o comportamento culinário associadas a estudos que investigam o preparo de alimentos em casa³⁸, a mensuração/identificação de habilidades culinárias de modo geral³⁹, a mensuração/avaliação de intervenções culinárias ou nutricionais⁴⁰ ou a frequência de alimentação fora de casa⁴¹.

Os estudos encontrados na busca inicial foram agregados aos estudos encontrados nas buscas complementares e serão explorados a seguir, dentro da divisão: comportamento culinário em casa e comportamento culinário fora de casa.

2.2.1 Comportamento culinário em casa

Nas buscas complementares utilizando unitermos relacionados ao preparo dos alimentos/refeições e correlatos em inglês associados aos unitermos de comportamento culinário/habilidades culinárias e estudantes universitários ingressantes, foram identificados 61 artigos, além dos quatro anteriormente identificados. Excluiu-se um artigo duplicado e, após leitura de resumo, foram excluídos 43 artigos, por não abordarem o público universitário ou adulto jovem e/ou não identificarem comportamento culinário.

Foram selecionados 21 artigos para leitura completa do texto, conforme Quadro 4. Os critérios utilizados para a seleção desses estudos foram desfechos que relacionassem frequência de refeição em casa, preparo de alimentos com alimentos básicos combinados ou não com alimentos pré-prontos/prontos e população adulto jovem/universitária.

³⁸ LARSON et al., 2006; SMITH et al., 2011; SOLIAH; WALTER; JONES, 2012; DANIELS et al., 2012; LASKA et al., 2012; DE BACKER, 2013; JONES et al., 2014; SMITH; NG; POPKIN, 2014; DOHLE; RALL; SIEGRIST, 2016.

³⁹ BEGLEY; GALLEGOS, 2010; PINARD et al., 2015; MCGOWAN et al., 2015; MCGOWAN et al., 2016; LAVELLE et al., 2016; LAM; ADAMS, 2017; WILSON et al., 2017; BURTON et al., 2017; WOLFSON et al., 2017.

⁴⁰ BARTON; WRIEDEN; ANDERSON, 2011; CONDRASKY et al., 2011; REICKS et al., 2014, PINARD et al., 2015; PRICE et al., 2017; DOHLE; RALL; SIEGRIST, 2016.

⁴¹ SOLIAH; WALTER; ANTOSH, 2006; KIM et al., 2011; MONSIVAIS; AGGARWAL; DREWNOWSKI et al., 2014; SMITH; NG; POPKIN, 2014; PAPIER et al., 2015; AL-OTAIBI; BASUNY, 2015; TELEMAN et al, 2015; HILGER; LOERBROKS; DIEHL, 2017.

Quadro 4 - Estudos encontrados com resultados voltados ao comportamento culinário em casa

AUTORES/ ANO/ PAÍS	DESFECHOS DE INTERESSE	POPULAÇÃO	MÉTODOS / TÉCNICAS	RESULTADOS RELACIONADOS A COMPORTAMENTO CULINÁRIO
Utter et al., 2018. Estados Unidos da América	Percepção autorrelatada de habilidades culinárias e preditores de padrões alimentares	Jovens adultos de 18 a 23 anos na primeira fase (n=1158)	Questionário autorrelatado. Dados antropométricos	Adultos jovens que relataram maior habilidades culinárias demonstraram melhores resultados em relação à dieta, como maior frequência de preparo de refeições com vegetais e menor consumo de <i>fast/food</i>
Kabir; Miah; Islam, 2018. Bangladesh	Fatores que influenciam o comportamento alimentar	Universitários (n=25)	Entrevistas Grupos focais	Estudantes com mais habilidades culinárias cozinhavam mais. Mulheres relataram mais habilidade culinária e hábito de cozinhar mais frequente do que os homens
Kowalkowska; Poinhos; Rodrigues, 2018. Portugal	Associação de características sociodemográficas e habilidades culinárias	Universitários (n=730)	Tradução e validação de instrumento Questionário autorrelatado	Habilidades culinárias foram maiores entre universitários que cozinhavam com mais frequência, se sentiam mais confiantes, sentiam prazer em cozinhar, mulheres, estudantes mais velhos e que moravam de forma independente
Cooper; Mezzabotta; Murphy, 2017. Canadá	Conhecimento e habilidades culinárias	Universitários do curso de Nutrição (n=44)	Questionário autorrelatado	Ao longo do curso, houve tendência positiva em alunos referirem maior habilidade e conhecimento culinários. Estudantes que cursaram mais aulas de culinária se sentiam mais habilidosos e preparados para usar estas habilidades.

(continua)

(continuação)

AUTORES/ ANO/ PAÍS	DESECHOS DE INTERESSE	POPULAÇÃO	MÉTODOS / TÉCNICAS	RESULTADOS RELACIONADOS A COMPORTAMENTO CULINÁRIO
Wolfson et al., 2017. Estados Unidos da América	Exploração da concepção sobre o ato de cozinhar	Revisão de textos com população diversa, incluindo universitários	Revisão narrativa de literatura	O ato de cozinhar foi considerado complexo e pode ser crucial para impactar nos problemas atuais de saúde ligado às DCNTs. Uma maior compreensão do ato poderia influenciar na real mudança do comportamento.
Wilson et al., 2017. Canadá	Habilidades culinárias e comportamentos relacionados	Universitários (idade, M \pm SD 19,9 \pm 2,1 anos) canadenses. (n=6638)	Questionário autorrelatado	Estudantes do curso de Nutrição com maior escore de habilidades culinárias comparados a outros cursos de graduação. Mulheres relataram maiores escores de habilidades alimentares. Estudantes que residiam longe da casa dos pais há + de 1 ano com escores maiores que os que vivem por até um ano ou menos
McMullen et al., 2017. Estados Unidos da América	Construção de instrumento para avaliação de intervenção culinária	estudantes universitários (n=43)	Grupos focais	Principais barreiras quanto ao preparo de refeições saudáveis em casa: conhecimento, limitação econômica, acessibilidade a alimentos menos saudáveis e tempo /conveniência
Wang, Y-F., 2016. Taiwan	Comportamento sustentável no ensino da culinária	Estudantes de Hotelaria e Turismo (n=64)	Intervenção culinária	Descarte ingredientes reutilizáveis foi o mais grave comportamento não sustentável identificado (28,8% dos ingredientes foram considerados desperdícios e descartados)

(continua)

(continuação)

AUTORES/ ANO/ PAÍS	DESECHOS DE INTERESSE	POPULAÇÃO	MÉTODOS / TÉCNICAS	RESULTADOS RELACIONADOS A COMPORTEAMENTO CULINÁRIO
Dohle; Rall; Siegrist, 2016. Suíça	Preparo de alimentos e preferência por alimento	Mulheres universitárias (média 26 anos) (n= 120)	Intervenção culinária	O preparo da refeição pelo indivíduo aumentou a preferência por alimentos mais saudáveis. Rotinas e práticas alimentares associadas a padrões alimentares mais saudáveis: preparo de alimentos em casa e regularidade no consumo das refeições. Fatores associados a padrões alimentares menos saudáveis: comer sem parar para fazer a refeição, uso de mídia enquanto comiam e compra de alimentos/ bebidas no campus. Fatores de proteção: maior consumo de FLY. Fatores de risco: associações significativas e positivas com consumo de <i>fast food</i> e bebidas açucaradas
Laska et al., 2015. Estados Unidos da América	Padrões de refeição, práticas de alimentação e qualidade da dieta	Universitários (n = 1013)	Inquérito alimentar de 30dias	90% relataram que a comida foi preparada com a família na frequência de 5-7 x/semana; 89% dos estudantes preferiram preparar o alimento em casa; 58% relataram consumo raro de refeições prontas, enquanto 41% de moderado. Homens consumiam refeições fora de casa com mais frequência.
Evagelou et al., 2014. Grécia	Hábitos alimentares estudantes de enfermagem	Estudantes de enfermagem (n=435)	Questionário autorrelatado	Em análises multivariadas ajustadas, o preparo de refeições para consumo próprio foi positivamente associado ao escore de adesão às diretrizes nutricionais.
Thorpe et al.,2014. Austrália	Qualidade da dieta, preparo de alimentos e consumo de refeições prontas para consumo	Adultos jovens (18-36anos) (n=309)	Questionário de Frequência Alimentar Questionário autorrelatado.	

(continua)

(continuação)

AUTORES/ ANO/ PAÍS	DESFECHOS DE INTERESSE	POPULAÇÃO	MÉTODOS / TÉCNICAS	RESULTADOS RELACIONADOS A COMPORTAMENTO CULINÁRIO
Jones, et al., 2014. Estados Unidos da América	Motivações e barreiras para preparar alimentos em casa	Universitários (N=239)	Grupos focais	Motivações: desejo de economizar dinheiro; exemplo familiar de referência no preparo de alimentos; familiaridade com técnicas de culinária; tempo suficiente para fazer compras, cozinhar e limpar depois das refeições. Barreiras: tempo insuficiente; falta de espaço adequado para cozinhar; falta de conhecimento ou habilidade; acesso aos alimentos de conveniência
De Backer, 2013. Bélgica	Comparação entre relatos de hábitos alimentares na infância e hábitos atuais	Universitários (n= 104)	Questionário autorrelatado	Refeições preparadas em casa com frequência na infância podem predizer hábitos atuais, especialmente para desjejum e jantar. Dominância da mãe e da avó materna no aprendizado de preparo de alimentos. Pais que cozinham influenciam os homens a cozinhar
Pelletier; Laska, 2012. Estados Unidos da América	Restrições de tempo para alimentação saudável e atribuições da rotina	Universitários (n = 1201)	Questionário autorrelatado Dados antropométricos	58 % relataram ter restrições de tempo. 45% que comeram de forma mais saudável se estivessem menos ocupados. 58% estavam confiantes de que podem encontrar tempo para preparar refeições saudáveis.

(continua)

(continuação)

AUTORES/ ANO/ PAÍS	DESFECHOS DE INTERESSE	POPULAÇÃO	MÉTODOS / TÉCNICAS	RESULTADOS RELACIONADOS A COMPORTAMENTO CULINÁRIO
Laska et al., 2012. Estados Unidos da América	Envolvimento no preparo de alimentos ao longo do tempo e qualidade da dieta	Estudantes Adolescentes e Jovens. Adultos (n=1321)	Análise de dados de estudo longitudinal.	73% dos homens e 80% das mulheres do grupo de adultos relataram prazer no preparo de refeições; contudo, preparam poucas refeições com vegetais (24% dos homens, 41% das mulheres). Adultos que gostavam de cozinhar eram mais propensos ao preparo de alimentos desde a adolescência. Os que frequentemente preparavam refeições incluindo vegetais eram mais propensos ao preparo de alimentos quando adultos jovens. O preparo de alimentos quando adultos jovens previu melhor qualidade alimentar depois de 5 anos, maior consumo de frutas e vegetais verdes escuros/ laranja e menor consumo de bebidas açucaradas e de <i>fast food</i> .
Soliah; Walker; Jones, 2012. Estados Unidos da América	Capacidade de preparo de alimentos, alimentação saúdável, vantagens e barreiras	Adultos jovens e adultos	Revisão narrativa de literatura	Barreiras: falta de tempo para preparo, baixa prioridade na rotina diária, frustração em experiência prévia de alimentação saudável. Vantagens: Prevenção de doenças crônicas, consumo de porções menores e menos gordura, sal, açúcar, colesterol e calorias. Menor consumo de refeições em casa pode ser maior frequência de consumo de refeições em restaurantes.
Riddell et al., 2011. Austrália	Influência dos tipos de moradia e nacionalidade em ingestão de nutrientes e hábitos alimentares	Adultos jovens (20,4 ± 2,8 anos) (n=132)	Questionário <i>online</i> Recordatórios 24 horas	69% viviam com os pais e 72% eram australianos. 84% realizava o próprio preparo de alimentos. Aqueles que viviam longe dos pais eram mais propensos a comprar e preparar suas refeições do que os que viviam na casa dos pais. 84% perceberam suas dietas como saudáveis, no entanto, de alto consumo de energia e ricas em sódio, além de pobre em fibras

(continua)

(conclusão)

AUTORES/ ANO/ PAÍS	DESECHOS DE INTERESSE	POPULAÇÃO	MÉTODOS / TÉCNICAS	RESULTADOS RELACIONADOS A COMPORTAMENTO CULINÁRIO
Begley; Gallegos, 2010. Austrália	Definição de termos habilidades culinárias e cozinhar e ingestão de alimentos	Estudos australianos com adolescentes e adultos	Revisão narrativa de literatura	Há pouca evidência sobre nível de habilidades culinárias e como está relacionada ao consumo alimentar. A culinária ainda é uma atividade ligada ao sexo feminino e o tempo dedicado à culinária pouco mudou nos últimos 15 anos, mas há uso crescente de alimentos preparados fora de casa
Larson et al., 2006. Estados Unidos da América	Preparo de alimentos, habilidades culinárias e qualidade de dieta	Adultos jovens (18-23anos) (n= 764 homens e 946 mulheres)	Questionário autorrelatado.	A maioria dos jovens adultos não realizou o preparo de alimentos em casa. Sexo (masculino), etnia (afro- americana) e situação de vida (moradia no campus) relacionados à menor frequência de preparação de alimentos. Barreira mais comum ao preparo de alimentos foi a falta de tempo (36%). Os jovens adultos com preparo frequente de alimentos relataram menor frequência de uso de alimento de conveniência e foram mais propensos a atingir os objetivos dietéticos para consumo de gordura, cálcio, fruta, vegetais e grãos integrais.
Soliah; Walter; Antosh, 2006. Estados Unidos da América	Impacto e barreiras ao preparo de alimentos	Universitárias do curso de Nutrição e Ciência de Alimentos (n= 115)	Questionário autorrelatado	Motivos para pouca habilidade no preparo dos alimentos: nunca foram ensinados e sem interesse em aprender. Alunas também citaram falta de tempo e recursos de cozinha inadequados. Frequência semanal de comer fora de casa, 59% de 1 a 3 d/semana; 41% 4 ou mais d/semana.

Fonte: Elaborado pela autora (2018).

Dos 20 artigos encontrados, mais da metade trataram sobre o comportamento culinário associado às habilidades culinárias, na forma de construção de instrumento de avaliação das habilidades culinárias ou de intervenção culinária que trabalhava alguma dimensão das habilidades⁴² ou na identificação das habilidades culinárias⁴³, relacionando-as com a qualidade da dieta (RIDDELL et al., 2011; LASKA et al., 2012; THORPE et al., 2014; LASKA et al., 2015; UTTER et al., 2018) ou com características sociodemográficas⁴⁴. Os estudos encontrados exploram também as barreiras e facilitadores levantados quanto à frequência do preparo de refeições em casa (SOLIAH; WALTER; ANTOSH, 2006; LARSON et al., 2006).

Foram encontrados três artigos contendo revisões narrativas de literatura acerca de definições sobre cozinhar e habilidades culinárias (BEGLEY; GALLEGOS, 2010), capacidade de cozinhar (SOLIAH; WALTER; JONES, 2012) e sobre as diferentes concepções do ato de cozinhar (WOLFSON et al., 2017). Na maior parte desses artigos, o comportamento culinário é trazido como resultados esperados, quais sejam aumentar a frequência do preparo de refeições em casa (relacionados à melhoria na qualidade da dieta e, por outro lado, à redução do consumo de alimentos prontos para consumo) e na frequência de realização de refeições fora de casa.

Esse tratamento do comportamento culinário aparece também na maioria dos estudos encontrados que investigaram o preparo de refeições em casa e possíveis associações com a qualidade da dieta, buscando associar o preparo de refeições com adesão às diretrizes nutricionais⁴⁵,

⁴² LARSON et al., 2006; DOHLE; RALL; SIEGRIST, 2016; WILSON et al., 2017; MCMULLEN et al., 2017.

⁴³ BEGLEY; GALLEGOS, 2010; PINARD et al., 2015; McGOWAN et al., 2015; McGOWAN et al., 2016; LAVELLE et al., 2016; LAM; ADAMS, 2017; WILSON et al., 2017; BURTON et al., 2017; WOLFSON et al., 2017; COOPER; MEZZABOTTA; MURPHY, 2017.

⁴⁴ SOLIAH; WALTER; ANTOSH, 2006; LARSON et al., 2006; WANG, WILSON et al., 2017; KOWALKOWSKA; POÍNHOS; RODRIGUES, 2018; KABIR; MIAH; ISLAM, 2018.

⁴⁵ THORPE et al., 2014; LEE; SONG; CHO, 2016; DUCROT et al., 2017a, DUCROT et al., 2017b.

maior consumo de frutas, legumes, verduras e cereais integrais⁴⁶, bem como o menor consumo de *fast foods* e alimentos prontos para consumo⁴⁷.

Quanto às metodologias utilizadas, a maior parte dos estudos encontrados utilizou métodos quantitativos para buscar as associações entre preparo de alimentos ou habilidades culinárias e qualidade da dieta, por meio de análise de dados secundários ou intervenções. Contudo, a mensuração é diversa e pode divergir na forma de avaliação, visto que não há consenso sobre a frequência para o preparo de alimentos em casa que seja considerada uma maior frequência de comportamento culinário em casa.

Percebe-se que a perspectiva da abordagem da frequência do preparo de refeições em casa varia bastante entre os autores, seja pela forma de coleta dos dados (análises transversais de estudos populacionais ou aplicação de questionário), seja pela forma de tratamento do dado (categorização: número de refeições no dia ou na semana, diferentes valores de escalas). Ainda, a diversidade sobre quais refeições são avaliadas, forma e a frequência com que são avaliadas dificultam a comparação de resultados para mensuração do comportamento culinário em casa.

Essa dificuldade pode se dever aos diferentes entendimentos sobre cozinhar. Segundo revisão de Jomori et al. (2018), o significado do ato de cozinhar em casa difere entre as culturas, conforme resultado de alguns estudos. Por exemplo, um estudo qualitativo comparativo avaliou grupos de 27 cidadãos e 19 especialistas que investigaram sobre a temática culinária da França e da Grã-Bretanha. Para os franceses, cozinhar em casa pode referir-se ao uso de ingredientes crus, considerados mais tradicionais. Já para os britânicos, a preferência parece ser pela praticidade e pela rapidez dos alimentos prontos para o consumo, podendo caracterizar a percepção da falta de uma identidade culinária (GATLEY, 2016). Outro estudo realizado com 27 adultos residentes na Irlanda identificou que a percepção do cozinhar em casa para esses participantes parece abranger desde o cozinhar de maneira mais tradicional até a incorporação de alimentos ultraprocessados, esta última simbolizando uma versão considerada mais moderna e menos saudável (LAVELLE et al., 2016).

⁴⁶ PAPADAKI et al., 2007; CONDRASKY et al., 2011; LARSON et al., 2012; LASKA et al., 2012; BARNES et al., 2012, UTTER et al., 2018.

⁴⁷ HARTMANN; DOHLE; SIEGRIST, 2013; THORPE et al., 2014; DANIELS et al., 2015; SAMURGAN; WORSLEY, 2015; RONTO et al., 2016; DUCROT et al., 2017; BURTON et al., 2017; UTTER et al., 2018.

Em face à diminuição do tempo para preparar e consumir refeições⁴⁸, muitos autores procuram também discutir as principais barreiras percebidas e motivações que levam a esta prática.

Lavelle e colaboradores (2016), em estudo qualitativo com adultos de 20 a 60 anos (n=27) sobre principais barreiras e motivações para cozinhar a partir do zero, traz que as principais barreiras encontradas são a falta de tempo; o desejo em economizar dinheiro; o desejo de refeições sem esforço; as preferências alimentares familiares e o efeito de falhas anteriores com experiências na cozinha. Quanto aos fatores facilitadores, destacam: desejo de comer de forma mais saudável; possibilidade de uso da criatividade; capacidade de planejar e preparar refeições em tempo e ter maior confiança para cozinhar.

A restrição do tempo para o preparo de alimentos devido às ocupações diárias é uma das principais barreiras encontradas pelos estudos⁴⁹. Em relação às mudanças ocorridas no tempo destinado ao preparo dos alimentos, segundo Begley e Gallegos (2010), há evidências de que o tempo dedicado a cozinhar na Austrália mudou pouco nos últimos 15 anos. Contudo, Smith, Ng e Popkin (2013) apontam que o tempo gasto no preparo de alimentos entre 1965 e 2008 diminuiu para todos os grupos socioeconômicos nos EUA, sendo necessários mais estudos que explorem a relação do tempo de preparo de alimentos com o consumo alimentar saudável pela população.

Outra barreira presente é a restrição econômica, característica já apontada para a população de universitários (LARSON et al., 2009; JONES et al., 2014; KABIR; MIAH; ISLAM, 2018). Nos achados de Tiwari e colaboradores (2017) com adultos de Seattle (EUA) (n=437), uma maior frequência de preparo de refeições em casa foi associada a dietas de maior qualidade, sem elevar o gasto com alimentação. Em contraste, uma maior frequência de comer fora de casa foi associada a dietas de baixa qualidade e maior despesa com alimentação.

A redução das habilidades culinárias, muitas vezes ligadas ao relato de não saber cozinhar, é tratada como uma barreira para o preparo de refeições saudáveis (LARSON et al., 2006). A identificação de redução de habilidades culinárias como a confiança⁵⁰, falta de

⁴⁸ SOLIAH; WALTER; JONES, 2012; PELLETIER; LASKA, 2012; SMITH; WEN; POPKIN, 2013; SMITH; WEN; POPKIN, 2013; JONES et al., 2014.

⁴⁹ SOLIAH; WALTER; JONES, 2012; LARSON et al., 2012; JONES et al., 2014; SMITH et al., 2015; LAVELLE et al., 2016; BURTON et al., 2017.

⁵⁰ BEGLEY; GALLEGOS, 2010; ADAMS et al., 2015; PINARD et al., 2015; LAVELLE et al., 2016; BURTON et al., 2017; LAM; ADAMS, 2017.

autoeficácia⁵¹; e familiaridade com técnicas culinárias (JONES et al., 2014; MCMULLEN et al., 2017) são trazidas em alguns estudos analisados por diferentes metodologias. Nesse contexto, observa-se o crescente desenvolvimento de programas que estimulam as habilidades culinárias para aprimoramento e promoção de confiança, bem-estar e melhoria da qualidade das refeições e do seu preparo (GARCIA et al., 2016).

O local onde o alimento é consumido pode afetar a qualidade da dieta e diversos estudos associam refeições preparadas e consumidas em casa com comportamentos de saúde mais favoráveis. (MONSIVAIS; AGGARWAL; DREWNOWSKI, 2008; DE BACKER et al., 2013)

Em revisão feita por Mills e colaboradores (2017a), os estudos incluídos sugerem que cozinhar em casa pode ser ligado a comportamentos positivos, incluindo o desenvolvimento de relações pessoais, estabelecimento de identidades mais fortes de gênero ou cultura, bem como melhores indicadores de dieta e saúde.

Nesse contexto, as escolhas alimentares dos indivíduos podem ser influenciadas pelo tipo de estabelecimento escolhido. As recomendações no sentido de estimular os jovens a prepararem a sua própria comida em casa, quando possível, também podem ser ferramentas para auxiliar nas escolhas alimentares saudáveis fora de casa.

2.2.2 Comportamento culinário fora casa

Nas buscas complementares realizadas na base de dados do Scopus, utilizando-se os unitermos alimentação fora de casa e correlatos em inglês associados aos unitermos de comportamento culinário/habilidades culinárias e estudantes universitários ingressantes, foram encontrados 26 artigos, além dos 4 identificados em busca inicial. Com a exclusão de dois artigos duplicados e de um por não abordar o público universitário, 28 artigos foram analisados, conforme Quadro 5. Os critérios utilizados para a seleção desses estudos foram desfechos relacionados à frequência de consumo de refeição fora de casa e ao consumo de alimentos prontos para consumo em casa entre a população adulto jovem/ universitária.

⁵¹ CONDRASKY et al., 2011; WOODRUFF; KIRBY, 2013; HOLLYWOOD et al., 2013; KOWALKOWSKA; POÍNHOS; RODRIGUES, 2018

Quadro 5 - Estudos encontrados com resultados voltados ao comportamento culinário fora de casa

AUTORES/ ANO/ PAÍS	DESFECHOS DE INTERESSE	POPULAÇÃO	MÉTODOS / TECNICAS	RESULTADOS RELACIONADOS A COMPORTAMENTO CULINÁRIO
Laska et al., 2016. Estados Unidos da América	Avaliação de intervenção culinária com apoio de tecnologia	Estudantes (idades 18-35) (n=441)	Ensaio controlado o c/avaliações T0, 4, 12 e 24 meses e apoio online.	A intervenção resultou em reduções na frequência do consumo de <i>fast food</i> .
Delayco; Luisa; Biana, 2015. Filipinas	Orçamento e comportamento de comer fora	Universitários (n=122)	Questionário administrado por pesquisadores	Preço é a principal característica de influência em relação ao local para realizar refeição fora de casa
Duarte-Cuervo et al., 2015. Colômbia	Hábitos alimentares de estudantes e fatores que influenciam sua adoção.	12 universitários (18-25 anos)	Grupo focal	Fatores sensoriais, de higiene, custo, acessibilidade e tempo disponível para comer são os principais fatores que influenciam a seleção de alimentos.
Laska et al., 2015. Estados Unidos da América	Padrões de refeição, práticas de alimentação e qualidade da dieta	Universitários (n = 1013)	Inquérito alimentar de 30 dias	Rotinas e práticas alimentares associadas a padrões alimentares mais saudáveis: preparo de alimentos em casa e regularidade no consumo das refeições. Fatores associados a padrões alimentares menos saudáveis: comer sem parar para fazer a refeição, uso de mídia enquanto comiam e compra de alimentos/ bebidas no campus. Fatores de proteção: maior consumo de FLV. Fatores de risco: associações significativas e positivas com consumo de <i>fast food</i> e bebidas açucaradas

(continua)

(continuação)

AUTORES/ ANO/ PAÍS	DESFECOS DE INTERESSE	POPULAÇÃO	MÉTODOS / TÉCNICAS	RESULTADOS RELACIONADOS A COMPORTAMENTO CULINÁRIO
Musaiger et al., 2015. Jordânia	Fatores sociodemográficos e dietéticos associados à obesidade	Mulheres universitárias (n=406)	Questionário autorrelatado. Dados antropométricos	Comer na cafeteria da universidade dobrou risco para obesidade. Nenhum fator sociodemográfico estudado teve associação com a obesidade.
Al-Otaibi; Basuny, 2015. Arábia Saudita	Consumo de <i>fast food</i> e associação com estado nutricional	Universitárias (18-25anos) (n=276)	Questionário autorrelatado.	30% Prevalência de obesidade/sobrepeso. 47% estudantes relataram comer <i>fast food</i> 2 ou +/semana. Principal razão: falta de habilidades culinárias. 5% pedem itens saudáveis em restaurantes <i>fast food</i> . Observou-se correlação significativa entre IMC e frequência de consumo e associação de obesidade/sobrepeso com frequência de alimentos prontos para consumo para estudantes que comiam 2 ou +/semana
El Ansari; Suominen; Samara, 2015. Austrália	Hábitos alimentares	Universitários (n=1189) da Finlândia	Questionário autorrelatado.	> 70% dos participantes consumiam alimentos não saudáveis (bolo/biscoitos, lanches, <i>fast food</i> /enlatados e refrigerantes) e consumo moderado para a maioria dos saudáveis. Mulheres consumiam mais produtos cárneos/ salsicha, <i>fast food</i> /enlatados e maioria dos itens de alimentos saudáveis, enquanto os homens consumiam mais doces, bebidas açucaradas e peixes/frutos do mar

(continua)

(continuação)

AUTORES/ ANO/ PAÍS	DESECHOS DE INTERESSE	POPULAÇÃO	MÉTODOS / TÉCNICAS	RESULTADOS RELACIONADOS A COMPORTAMENTO CULINÁRIO
Evagelou et al., 2014. Grécia	Hábitos alimentares estudantes de enfermagem	Estudantes de enfermagem (n=435)	Questionário autorrelatado	90% relataram que a comida foi preparada com a família na frequência de 5-7 x/semana. 89% dos estudantes preferiram preparar o alimento em casa. Quanto à frequência de consumo de refeições prontas, 58% relataram consumo raro, enquanto 41% de moderado. Homens consumiam refeições fora de casa com mais frequência.
Thorpe et al., 2014. Austrália	Qualidade da dieta e associações c/ comportamentos alimentares	Universitários de Nutrição (18-36 anos) (n=309)	Questionário autorrelatado e Frequência Alimentar	A frequência de refeição entregue em domicílio e de consumo de alimentos de conveniência foram inversamente associados ao escore de qualidade da dieta.
Deliens et al., 2013. Bélgica	Desempenho académico e comportamentos de saúde	universitários belgas ingressantes	Questionário <i>on- line</i> . Dados antropométricos	Ser homem, notas do ensino secundário inferiores, aumento do peso, IMC e circunferência da cintura durante o primeiro semestre, estar em uma dieta, comer no restaurante estudantil com mais frequência, consumo de refrigerante e batatas fritas associados a menor desempenho académico.
Kayisoglu; İçöz, 2013. Turquia	Efeito do sexo no consumo de <i>fast food</i>	Universitários (n=568) e colegiais (n=332)	Questionário autorrelatado. Dados antropométricos	33% das mulheres 44% dos homens preferem consumir <i>fast food</i> diversas vezes na semana. Mulheres escolhem porções menores em restaurantes de <i>fast food</i> do que homens

(continua)

(continuação)

AUTORES/ ANO/ PAIS	DESECHOS DE INTERESSE	POPULAÇÃO	MÉTODOS / TÉCNICAS	RESULTADOS RELACIONADOS A COMPORTEAMENTO CULINÁRIO
Abduill et al., 2012. Malásia	Estado Nutricional e hábitos alimentares	Universitários (média=20 anos) (n=200)	Questionário autorrelatado Recordatório 24h	65% Homens e 53% das mulheres tendem a omitir o café da manhã. A maioria dos estudantes consome frutas e vegetais de 1-4 vezes/semana. Cerca de 33,3% dos homens e 29% das mulheres consomem <i>fast food</i> / semana.
Alfawaz, H.A., 2012. Arábia Saudita	Relação entre Índice de Massa Corpórea e hábitos alimentares	Universitárias (n=141)	Dados antropométricos. Questionário autorrelatado	25% de prevalência de excesso de peso e obesidade. Frequência de consumo de <i>fast food</i> 1-2 vezes por semana de 74%. Sem relação significativa entre consumo de alimentos prontos para consumo, IMC e padrão de consumo de <i>fast food</i> . Sem relação entre tamanho da porção de outros tipos de alimentos e IMC. Relação positiva significativa entre o nível de estudo universitário e conhecimento sobre <i>fast food</i> não ser saudável
El Ansari; Stock; Mikolajczyk, 2012. Alemanha, Dinamarca, Polónia, Bulgária	Padrão de consumo em diferentes arranjos de moradia	Universitários ingressantes (n=2402)	Análise transversal de dados de estudo populacional e questionário de frequência alimentar	O consumo frequente de itens não saudáveis era comum. Búlgaros relataram consumo frequente de doces, bolos e lanches (ex: <i>chips</i> e <i>fast food</i>). Em todos os países, exceto Bulgária, homens relataram consumo mais frequente de lanches do que mulheres. Os estudantes que vivem na casa dos pais consumiram mais FLV e carne do que aqueles que residiam fora, em todos os países.

(continua)

(continuação)

AUTORES/ ANO/ PAÍS	DESFECHOS DE INTERESSE	POPULAÇÃO	MÉTODOS / TÉCNICAS	RESULTADOS RELACIONADOS A COMPORTAMENTO CULINÁRIO
Kim et al., 2011. Coreia	Estilo de vida, hábitos alimentares, e consumo de bebidas comerciais	Universitários homens (n=407)	Questionário autorrelatado	Consumo frequente de bebidas comerciais foi associado a lanches frequentes, omissão de refeição, refeições fora de casa, refeições de entrega à domicílio, alimentos processados e doces e bebidas alcoólicas.
Spanos; Hankey, 2010. Grécia/ Escócia	Padrão de refeições e <i>snacks</i> e uso de máquinas de venda de alimentos	Universitários (n=160)	Questionário autorrelatado Questionário de frequência Alimentar Dados Antropométricos	26% nunca consumiram café da manhã. Apenas a escolha das barras de chocolate das máquinas de venda automática e o consumo de batatas fritas relacionados ao maior IMC para ambos os grupos
Young et al., 2009. Canadá	Influência do sexo no consumo alimentar em diferentes composições de grupos sociais	Universitários (n=469)	Estudo ecológico	Mulheres acompanhadas por homens escolheram alimentos com valor calórico menor do que comendo com outra mulher. Número de pessoas do grupo não foi um preditor de calorias, mas houve associação positiva de calorias consumidas por mulheres e número de homens no grupo, enquanto o número de mulheres no grupo teve associação inversa nas estimativas calóricas.

(continua)

(conclusão)

AUTORES/ ANO/ PAÍS	DEFECHOS DE INTERESSE	POPULAÇÃO	MÉTODOS / TÉCNICAS	RESULTADOS RELACIONADOS A COMPORTAMENTO CULINÁRIO
Papadaki et al, 2007. Grécia	Efeito de viver longe ou com os pais sobre os hábitos alimentares	Universitários (20-24anos) (n=48)	Questionário autorrelatado	Os estudantes que vivem com os pais não mostraram grandes mudanças nos hábitos alimentares com o ingresso na universidade. Estudantes que viviam longe da casa dos pais tiveram poucas mudanças positivas e aumentaram o consumo de açúcar, vinho, álcool e <i>fast food</i> .
Soliah; Walter; Antosh, 2006. Estados Unidos da América	Impacto e barreiras ao preparo de alimentos	Universitárias do curso de Nutrição e Ciência de Alimentos (n=115)	Questionário autorrelatado	Motivos para pouca habilidade no preparo dos alimentos: nunca foram ensinados e sem interesse em aprender. Alunas também citaram falta de tempo e recursos de cozinha inadequados. Frequência semanal de comer fora de casa: 59% de 1 a 3 d/semana; 41% 4 ou mais d/semana.
Driskell; Meckna; Scales, 2005. Estados Unidos da América	Diferenças nos hábitos alimentares em restaurantes de <i>fast food</i>	Universitários (n=226, 50% homens)	Questionário autorrelatado	84% dos homens relataram comer <i>fast food</i> como almoço ao menos uma vez por semana, enquanto 58% das mulheres relataram este hábito. 34% das mulheres relataram que comer com familiares, amigos como principal razão para comer em restaurantes de <i>fast food</i> , contra 13% dos homens. 37% dos homens e 51% das mulheres relataram escolher opções de menu mais saudáveis nos restaurantes de <i>fast food</i> .

Fonte: Elaborado pela autora (2018).

Com exceção de dois estudos descritivos (YOUNG et al., 2009; DUARTE-CUERVO et al., 2015), a maioria dos estudos é quantitativo e se propõe a associar hábitos alimentares com características sociodemográficas ou variáveis específicas, como desempenho acadêmico.

A maior parte dos artigos associa alimentos prontos para consumo ou conveniência com lanches ou *snacks*⁵², bebidas açucaradas⁵³, *junk food* ou *fast food*⁵⁴ ou, ainda, utilizam a descrição ingrediente/alimento de conveniência⁵⁵ e alimento percebido como menos saudável⁵⁶ ou ultraprocessados⁵⁷.

Muitos dos desfechos investigados por estes estudos buscam relacionar o aumento da disponibilidade e de consumo desses alimentos com o aumento da prevalência de sobrepeso e obesidade, visto que alimentos prontos para consumo podem apresentar menor qualidade nutricional⁵⁸ e são comumente referidos como menos saudáveis e frequentemente consumido por adultos jovens⁵⁹.

⁵²DANIELS et al., 2012; KAYISOGLU; IÇÖZ, 2013; SAMURGAN; WORSLEY, 2015; GARCIA; SVOBODA; RUIZ, 2016; KARFOPOULOU et al., 2017; SHORI; FARDOS; BOKARI, 2017.

⁵³SOLIAH; WALTER; JONES, 2012; LASKA et al., 2012; MONSIVAIS; AAGARWAL; DREWNOWSKI, 2014; LASKA et al., 2015.

⁵⁴DRISKELL; MECKNA; SCALES, 2005; PAPADAKI et al., 2007; ABDULL et al., 2012; ALFAWAZ et al., 2012; DANIELS et al., 2012; LASKA et al., 2012; EL ANSARI; STOCK; MICOLAJCZYK., 2012; DELIENS et al., 2013; MONSIVAIS; AAGARWAL; DREWNOWSKI, 2014; AL-OTAIBI; BASUNY, 2015; SAMURGAN; WORSLEY, 2015; LASKA et al., 2015; PRICE et al., 2017; KARFOPOULOU et al., 2017.

⁵⁵LARSON et al., 2006; ALFAWAZ et al., 2012; HARTMANN; DOHLE; SIEGRIST, 2013; EVALOU et al., 2014; THORPE et al., 2014; RONTTO et al., 2016; BECERRA-BULLA et al., 2016; BURTON et al., 2017.

⁵⁶LARSON et al., 2012; EL ANSARI; SUOMINEN; SAMARA, 2015; DOGLE; RALL; SIEGRIST, 2016.

⁵⁷KIM et al., 2011; MOUBARAC et al., 2013; PAPIER et al., 2015.

⁵⁸BEZERRA et al., 2013; MOUBARAC et al., 2013; KAYISOGLU; IÇÖZ, 2013; SAMURGAN; WORSLEY, 2015; LOUSADA et al., 2015; SHORI; FARDOS; BOKARI, 2017.

⁵⁹LARSON et al., 2006; WRIEDEN et al., 2007; LYON et al., 2011; WARMIN; SHARP; CONDRASKY, 2012; CONDRASKY et al., 2013; DE BACKER, 2013; GARCIA et al., 2016; PRICE et al., 2017; LAM, ADAMS, 2017.

A redução percebida da quantidade de tempo atribuída à preparação de refeições⁶⁰ sugere que os universitários dependem cada vez mais de conveniência ou de refeições prontas que exigem menos tempo de preparação. Alguns estudos consideram que o uso de alimentos pré-prontos ou prontos para o consumo pode levar à redução das habilidades culinárias pelo fato de requererem nenhum ou mínimo preparo⁶¹.

A conveniência e o menor tempo de preparo dos alimentos prontos para consumo são fatores que podem estar relacionados a uma das principais barreiras identificadas para o preparo de alimentos em casa pelos jovens, a falta de tempo (DUARTE-CUERVO, 2015; HILGER; LOERBROKS; DIEHL, 2017).

Outra questão levantada é se a disponibilidade de alimentos prontos para o consumo resulta em declínio nas habilidades culinárias, ou se esses fatores apareceram no mesmo período por coincidência (HARTMANN; DOHLE; SIEGRIST, 2013).

Spanos e Hankey (2010), em estudo realizado na Grécia e Escócia, relatam que mais de 25% dos universitários relataram omitir o café da manhã. Para Torres-Malma (2016), o café da manhã foi relatado como a refeição mais omitida pelos universitários peruanos. Além disso, ingerir café da manhã foi identificado como um fator protetor para o consumo de *fast food* e refrigerantes. Esse é um fato que merece atenção, pois para Costa e Vasconcelos (2012) o consumo de alimentos prontos pode estar relacionado à omissão de refeições principais entre os estudantes universitários.

Além disso, os estudos relacionam o hábito de beliscar ao longo do dia, entre as principais refeições, com o consumo de alimentos de baixo valor nutricional como *snacks* doces e salgados ou sanduíches, comercializados nas cantinas das universidades (BERNARDO et al., 2017).

No contexto dos estudantes universitários, a falta de habilidades para o preparo de refeições é relatada como uma barreira para melhores escolhas alimentares, podendo ser associada ainda ao maior preparo de alimentos prontos para consumo e maior frequência de alimentação fora de casa. Por outro lado, a presença das habilidades culinárias é

⁶⁰DANIELS et al., 2012; 2015; SMITH; NG; POPKIN; 2013; MONSIVAIS; AAGARWAL; DREWNOWSKI, 2014; SAMURGAN; WORSLEY, 2015; SMITH et al., 2015; BURTON et al., 2017.

⁶¹SMITH et al., 2010; DE BACKER, 2013; GARCIA et al., 2013; SMITH; NG; POPKIN, 2013; JONES et al., 2014; RONTO et al., 2016; BURTON et al., 2017; PRICE et al., 2017.

identificada como um dos principais componentes para o preparo de refeições mais saudáveis em casa⁶².

Contudo, pesquisadores ressaltam que o fato de os indivíduos apresentarem maior frequência no preparo das refeições em casa pode implicar em maior uso de alimentos ultraprocessados, requerendo habilidades culinárias mínimas, como por exemplo o aquecimento de produtos de conveniência congelados, podendo então não serem caracterizados como saudáveis (WOLFSON et al., 2016; LAVELLE et al., 2016).

Em discussão anterior, apontou-se que faz parte de políticas públicas a recomendação/incentivo ao preparo de alimentos em casa, que alguns estudos oferecem como contraponto para redução de alimentos prontos para consumo. Entretanto, ressalta-se o cuidado metodológico em investigar o tipo de preparo que está sendo realizado e se envolve uso de alimentos prontos para consumo, por exemplo.

Em relação à frequência de alimentação fora de casa, percebe-se um aumento neste tipo de comportamento, que pode estar associado às mudanças no padrão de alimentação contemporâneo (IBGE, 2010; USDA, 2014) e das mudanças sofridas na transição da adolescência para a idade adulta¹.

Estudo de Bezerra e colaboradores (2012) aponta que o consumo de alimentos fora de casa no Brasil foi relatado em 40% dos entrevistados (n=34.003) da Pesquisa de Orçamentos Familiares (2008-2009). Entre adolescentes da região Sudeste, a prevalência é de 51%, sendo que alimentos com maior percentual de consumo fora de casa foram bebidas alcoólicas, lanches cozidos e fritos, pizza, bebidas açucaradas e sanduíches (BEZERRA et al., 2012).

Na Austrália, estudo de Thorpe e colaboradores (2014) identifica que uma maior frequência em comer fora de casa e consumir alimentos industrializados foi inversamente associada com o escore de qualidade da dieta de universitários australianos (n=309).

Apesar de muitos estudos apontarem o aumento da prevalência de sobrepeso e obesidade entre os universitários, poucos estudos realizados com essa população encontraram relação entre aumento de sobrepeso/obesidade e frequência de alimentação fora de casa (DELIENS et al., 2013; AL-OTAIBI; BASUNI, 2015). Ressalta-se que a diversidade metodológica de caracterizar a frequência de alimentação fora de casa pode ser um dos motivos desta dificuldade de identificação.

⁶²LARSON et al., 2009; AL-OTAIBI; BASUNI, 2015; GARCIA; SVOBODA; RUIZ, 2016 TIWARI et al., 2017.

Tendo em vista que a população universitária tem apresentado crescentes taxas de prevalência de excesso de peso, uma menor frequência no comportamento culinário fora de casa pode contribuir para menores riscos de obesidade e doenças crônicas associadas.

2.2.3 Comportamentos culinários e características individuais e culinárias

O instrumento de avaliação do Programa de Nutrição e Culinária da Cozinha possui uma seção de caracterização dos estudantes, onde se propõe a trazer características individuais (como exemplos: sexo, idade, curso de graduação) e culinárias, que falam da relação do indivíduo com o ato de cozinhar (como exemplos: considera que sabe cozinhar, indique com quem aprendeu).

Estudos que relacionem características individuais e culinárias dos estudantes universitários com os comportamentos culinários ainda não foram identificados na literatura científica. No entanto, é possível identificar artigos que trazem a associação entre consumo alimentar, outros indicadores de habilidades culinárias e preparo de alimentos em casa com características individuais e culinárias em adultos jovens.

Quanto ao tipo de moradia dos estudantes universitários, revisão de Bernardo e colaboradores (2017) aponta que universitários que passaram a morar longe da família apresentaram aumento no consumo de *fast food* e alimentos prontos para o consumo. Wilson e colaboradores (2017) identificaram que estudantes canadenses vivendo longe da casa dos pais há mais de um ano apresentaram escores maiores de habilidades culinárias do que estudantes que viviam por até um ano ou menos.

O tipo de moradia pode ser relacionado ainda com o saber cozinhar a partir de alimentos básicos. Em estudo de Poobalan e colaboradores (2014), apenas 55% dos estudantes escoceses vivendo com a família relataram ser capazes de cozinhar e preparar alimentos básicos, em comparação com 68% dos que moram sozinhos ($p < 0,001$). Os estudantes que viviam com a família representaram a maioria (74%) do grupo que se identificou como sem habilidades culinárias. Ainda nesse estudo, 5% das mulheres entrevistadas afirmaram ter nenhuma ou limitada capacidade para cozinhar, enquanto que para os homens esse valor foi de 8%.

Riddell e colaboradores (2011) destacaram que universitários que viviam longe dos pais eram mais propensos a comprar e preparar suas refeições do que os que viviam na casa dos pais. Da mesma forma, Kowalkowska, Poínhos e Rodrigues (2018) identificaram que entre universitários portugueses ($n=730$) aqueles que obtiveram maior escore

de habilidades culinárias moravam sozinhos. Sendo assim, percebe-se que a saída da casa dos pais para ingressar na universidade, assumindo responsabilidades como a compra e o preparo dos próprios alimentos, pode ter efeito nos hábitos alimentares dos universitários.

Em relação ao curso de graduação, destacam-se pesquisas que compararam o consumo alimentar entre estudantes de cursos de graduação da área da saúde e de outras áreas do conhecimento (BERNARDO et al., 2017). Estudo realizado em Florianópolis (Brasil) com universitárias estudantes da área da saúde (n=220) apresentou maior taxa de omissão de café da manhã, entre as três principais refeições do dia (COSTA; VASCONCELOS, 2012).

Soliah, Walter e Antosh (2006), em pesquisa com acadêmicas estadunidenses do curso de Nutrição (n=115), identificaram que ter pouca habilidade no preparo dos alimentos, relacionada a nunca terem sido ensinadas ou não terem interesse em aprender, foi citada como barreira para preparar alimentos em casa. Porém, entre alunas com capacidade de preparo de alimentos, houve maior propensão a preparar sua própria comida. Quanto à frequência semanal de refeições fora de casa, 41% o fazia quatro vezes ou mais por semana.

Wilson e colaboradores (2017) apontaram que estudantes do curso de Nutrição do Canadá (n=6638) tiveram maior escore de habilidades culinárias comparados a estudantes de outras graduações, sendo que mulheres relataram maiores escores totais. Cooper, Mezzabotta e Murphy (2017) apontaram uma tendência ao maior conhecimento e habilidade ao compararem alunos do segundo e terceiro ano de Nutrição no Canadá. Apesar disso, em revisão de literatura realizada por Bernardo et al. (2017), a maioria dos estudos ressaltou o elevado consumo de *fast food* entre os acadêmicos da área da saúde, ou não encontraram diferenças entre as áreas do conhecimento dos cursos de graduação. As diferenças ficaram mais evidentes com o passar do tempo e, possivelmente, pela maior oportunidade de praticar o ato de cozinhar

A relação entre o sexo e o preparo de alimentos em casa é discutida em diversos estudos, ressaltando a predominância do sexo feminino⁶³. Contudo, ainda são poucos os estudos que identificam esta relação com a população universitária.

Estudo de Larson e colaboradores (2006) demonstrou que a maioria dos jovens adultos não realizou o preparo de alimentos em casa, sendo que o sexo (masculino), a etnia (afro-americana) e a situação de

⁶³ LARSON et al., 2006; SMITH et al., 2010; WANG, WORSLEY, HODGSON, 2013; HARTMANN, DOGLE, SIEGRIST, 2013.

vida (moradia no campus) encontravam-se significativamente associados à menor frequência de preparo dos alimentos.

Em estudos que buscam relacionar o preparo de alimentos em casa com o sexo, Flagg e colaboradores (2014) encontraram que há divisão de gênero no planejamento e preparo das refeições em casas estadunidenses, em que as mulheres são mais propensas a assumir a responsabilidade principal. Essa relação parece estar presente também na população universitária. Estudo de revisão de Bernardo e colaboradores (2017) ressalta que dois estudos conduzidos somente com mulheres na Arábia Saudita e na Polônia concluíram que a maioria delas (>80%) preferia/realizava suas refeições em casa, enquanto homens realizavam refeições fora de casa com mais frequência.

Laska e colaboradores (2012) apontam que 41% das mulheres adultas jovens nos Estados Unidos preparam refeições incluindo vegetais na maioria dos dias da semana, em comparação a 24% dos homens (n=1321). Segundo estudo belga (n=1780), 95% das mulheres preparam alimentos em casa pelos menos 1 vez por semana com pouca ou nenhuma variação, de acordo com demais características sociodemográficas.

Entretanto, no estudo de Garcia, Svoboda e Sánchez (2016) (n=525), em Barcelona (Espanha), não foi observada diferença significativa entre universitários do sexo masculino e feminino com relação ao sobrepeso. Ainda neste estudo, encontrou-se que o Índice de Massa Corporal de 49% dos estudantes nos campos de Ciências Exatas ficou dentro dos parâmetros de excesso de peso e obesidade, sendo que as maiores taxas de excesso de peso e obesidade foram observadas entre homens. Os estudantes de ciências da saúde referiram ter maior confiança em algumas habilidades culinárias.

Em estudo na Polônia (n=456) foi encontrado que o hábito de fazer lanches fora de casa pode diferir na sua composição, sendo que há maior frequência de lanche doces, biscoitos, nozes e sementes entre o sexo feminino, enquanto no sexo masculino aparecem mais lanches salgados, e maior hábito de adição de açúcar em bebidas e de sal em preparações (ZABOROWICZ et al., 2016).

Pesquisa de Hilger, Loerbroks e Diehl (2017) identificou que homens consomem mais frequentemente *fast food* em comparação às mulheres ($p<0,001$). Os autores apontam como possíveis razões para tais diferenças de sexo a consciência de saúde, melhor conhecimento nutricional e melhor conhecimento sobre o que constitui uma dieta saudável entre as mulheres. Uma explicação adicional para as diferenças de sexo pode ser que as mulheres, em geral, estão mais preocupadas com o peso corporal do que homens.

Utilizando instrumento validado com 730 universitários de Portugal, Kowalkowska, Poinhos e Rodrigues (2018) identificaram que os escores de habilidades culinárias eram maiores em mulheres que moravam sozinhas. Em pesquisa australiana (n=1023), Worsley e colaboradores (2015) trazem que mais mulheres do que homens cozinham desde o princípio (utilizando ingredientes básicos ou crus), com maior frequência, porém, este dado ainda não está claro entre a população universitária.

Alguns estudos buscam expressar a relação entre estado nutricional e a frequência de preparo de alimentos ou de alimentação fora de casa⁶⁴. Estudo de Smith e colaboradores (2011) com adultos australianos (n=1996, 26 a 36 anos) não encontrou associação entre o nível de envolvimento na preparação de refeições e sobrepeso.

As associações identificadas entre características sociodemográficas e pessoais e um maior comportamento culinário em casa ou fora de casa ainda são pouco exploradas pelos pesquisadores. Especialmente no Brasil, não foram identificados estudos relacionados ao tema com a população universitária.

2.3 CONCLUSÃO DO CAPÍTULO

No presente capítulo, discorreu-se sobre alimentação dos universitários, destacando comportamentos de saúde que se alteram a partir do ingresso da universidade, caracterização do consumo alimentar dessa população, alertando para um risco aumentado para excesso de peso, bem como ressaltando a relação entre habilidades culinárias e hábitos alimentares mais saudáveis. As recomendações e incentivos de políticas públicas e programas de intervenção culinária ao preparo de alimentos em casa salientam a discussão das habilidades culinárias, o seu possível declínio percebido por estudos internacionais e necessidade de entendê-la dentro de suas várias dimensões. Em seguida, discutiu-se sobre os comportamentos culinários como dimensões das habilidades culinárias e a forma como são abordados em diversos estudos, aqui caracterizado como comportamento culinário em casa e fora de casa.

Os comportamentos culinários ainda não são identificados como tema de investigação em estudos nacionais ou internacionais. Contudo, desfechos em estudos que investigam habilidades culinárias, como preparo de alimentos em casa e frequência de alimentação fora de casa

⁶⁴ POPE; LATIMER; WANSINK, 2015; LASKA et al., 2016; BURTON et al., 2017; KARFOPOULOU et al., 2017; DUCROT et al., 2017.

podem ajudar na caracterização dos comportamentos culinários. A falta de definição, caracterização e divergência metodológica quanto à mensuração pode dificultar a comparação e a discussão dos dados.

Não foram encontrados estudos nacionais que analisaram a associação entre características individuais e culinárias de estudantes universitários com os comportamentos culinários e, entre os estudos internacionais identificados, foram encontradas poucas variáveis associadas. Assim, a caracterização dos comportamentos culinários, buscando associá-los com características individuais e culinárias da população universitária ingressante por meio de instrumento validado, pode contribuir com essa discussão e auxiliar no desenho de ações que estimulem o preparo de refeições em casa, bem como intervenções nutricionais junto à população universitária.

3 MÉTODO

Este capítulo apresenta o percurso metodológico para o desenvolvimento da pesquisa, com os seguintes tópicos: caracterização do estudo, definição de termos relevantes e etapas da pesquisa. Em seguida, são descritos o modelo de análise, definição de variáveis, população e local do estudo, instrumento do estudo, tratamento e análise de dados.

3.1 CARACTERIZAÇÃO DO ESTUDO

Este é um estudo quantitativo, observacional, transversal, descritivo e analítico. O estudo observacional permite que o investigador meça o evento, observando seu curso dentro da natureza, porém, sem intervir (BONITA; BEAGLEHOLE; KJELLSTRÖM, 2010). Sendo transversal, o estudo analisa um evento em uma população em um determinado momento no tempo (ROTHMAN et al., 2011). A natureza descritiva do estudo limita-se a descrever a ocorrência de um desfecho em uma população, enquanto um estudo analítico aborda com mais profundidade as relações entre o desfecho e as outras variáveis (BONITA; BEAGLEHOLE; KJELLSTRÖM, 2010).

O estudo caracteriza-se como quantitativo, que é o tipo de estudo em que os resultados podem ser quantificados; geralmente possuem amostras significativas e os resultados são tomados como se constituíssem um retrato real de toda a população alvo da pesquisa. Esse tipo de estudo tem o intuito de mensurar e permitir o teste de hipóteses, considerando as limitações e os métodos ampliados e generalizados (MINAYO; SANCHES, 1993).

3.2 DEFINIÇÃO DE TERMOS RELEVANTES PARA A PESQUISA

Para a melhor compreensão deste projeto, são apresentadas a seguir as definições dos principais termos utilizados.

ADULTO JOVEM: Termo utilizado para distinguir jovens com idade entre 18 e 25 anos, uma vez que esse período de adulto emergente não está comportado nem pela adolescência nem pela fase adulta, pois se distingue empírica e teoricamente por independência relativa da expectativa dos papéis e normas sociais (ARNETT, 2000; ARNETT et al., 2014).

COMPORTAMENTO CULINÁRIO: Frequência com que se preparam e consomem diferentes tipos de preparações culinárias em casa e fora de casa (baseado em MICHAUD, 2007, traduzido e adaptado por JOMORI, 2017).

COMPORTAMENTO CULINÁRIO EM CASA: Frequência com que se preparam diferentes tipos de alimentos e refeições em casa (adaptado de JOMORI, 2017).

COMPORTAMENTO CULINÁRIO FORA DE CASA: Frequência com que se realizam refeições fora de casa e se utilizam sobras de refeições consumidas fora de casa (adaptado de JOMORI, 2017).

CULINÁRIA: Deriva da palavra *culina*, que quer dizer cozinha. Diz respeito à arte de cozinhar e pode ser caracterizada por um conjunto de aromas e sabores peculiares a uma dada cultura. Trata-se de um fenômeno estritamente cultural que diferencia o homem dos demais animais (DIEZ-GARCIA; CASTRO, 2011).

ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS INGRESSANTES: Aqueles estudantes que tenham iniciado o curso com matrícula no ano de referência de avaliação⁶⁵. Estudos internacionais adotam o termo “*freshmann students*” e, no Brasil, “calouro”, para designar aqueles estudantes matriculados no primeiro ano na universidade (LEVITSKY; HALBMAIER; MRDJENOVIC, 2004; BROWN, 2008).

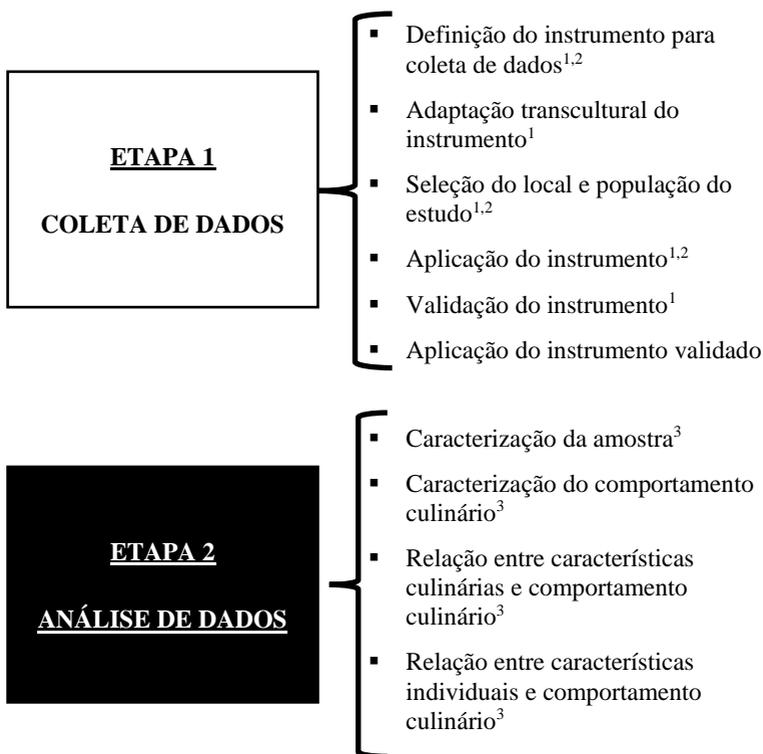
HABILIDADES CULINÁRIAS: Confiança, atitude e aplicação de conhecimentos individuais para desempenhar tarefas culinárias, desde o planejamento dos cardápios e das compras até o preparo dos alimentos, sejam esses *in natura*, minimamente processados, processados ou ultraprocessados (JOMORI et al., 2018).

⁶⁵ O Sistema Nacional de Avaliação do Ensino Superior (SINAES) criado pela Lei nº. 10.861, de 14 de abril de 2004, que institui avaliações nesse campo realizadas pelo Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Anísio Teixeira (INEP), considera estudantes ingressantes aqueles matriculados nos cursos de graduação no ano das respectivas avaliações, em conformidade com as respectivas portarias (criadas a cada avaliação que, no geral, exige matrícula no primeiro ano, concluída a carga horária de até 25% do mínimo estipulado pelo currículo do curso e inscrição nessas avaliações).

3.3 ETAPAS DA PESQUISA

O estudo está dividido em duas etapas, que contemplam procedimentos específicos (Figura 3). Os procedimentos apresentados na Etapa 1 foram realizados anteriormente a este projeto de dissertação e envolveram etapas de duas teses de doutorado (BERNARDO, 2017; JOMORI, 2017). Os procedimentos apresentados na Etapa 2 foram desenvolvidos no presente estudo.

Figura 3 - Representação esquemática das etapas que compõem a dissertação



¹ JOMORI, M.M., 2017.

² BERNARDO, G.L., 2017.

³ SILVA, M. V, 2018.

3.4 MODELO DE ANÁLISE

Segundo Quivy e Campenhoudt (1992), o modelo de análise é o prolongamento natural da problemática, com base nos conceitos e hipóteses formulados a partir da fundamentação teórica, utilizando as informações relevantes para definir observações e análises posteriores. A construção dos conceitos ou variáveis exprime uma parte da realidade. Consiste basicamente em definir as dimensões que o constituem, para posteriormente delimitar os indicadores para mensurá-las (QUIVY; CAMPENHOUDT, 1992). As variáveis foram definidas buscando relação com a pergunta de partida e os objetivos da pesquisa que contemplam a dimensão, a definição e os indicadores (QUIVY; CAMPENHOUDT, 1992).

3.4.1 Definição de variáveis

As variáveis e indicadores definidos para o estudo são referentes às características individuais e culinárias dos estudantes universitários (variáveis independentes) (Quadros 6 e 7), bem como aos desfechos relacionados ao comportamento culinário (variáveis dependentes) (Quadro 8).

VARIÁVEIS INDIVIDUAIS

Quadro 6 - Variáveis relacionadas às características individuais dos estudantes universitários participantes do estudo

Características	Definição	Indicadores	Tipo de Variável
Variáveis sociodemográficas			
Sexo	Sexo dos participantes	Feminino / Masculino	Catagórica dicotômica
Idade	Idade dos participantes	Abaixo /Acima de 25 anos	Catagórica dicotômica
Curso de graduação	Graduação presencial que o participante está cursando	Curso de graduação, agrupado em 3 grandes áreas	Catagórica politômica
Turno de graduação	Período em que o participante cursa a graduação	Período de estudos (integral / parcial / noturno)	Catagórica politômica
Situação de moradia	Presença ou ausência de outras pessoas onde reside	Sozinho / Pais (ou avós) / Outros	Catagórica politômica

Fonte: Elaborado pela autora

A variável sexo foi tratada como dicotômica. Para a variável idade, optou-se por utilizar como ponto de corte a idade limitante dos adultos jovens, 25 anos, por apresentarem características similares em relação aos comportamentos alimentares de maior autonomia nas escolhas alimentares e mudanças dos comportamentos de saúde. As respostas sobre cursos de graduação cursado foram agrupadas segundo divisão de áreas sugeridas pela CAPES. O turno de graduação foi dividido em integral, parcial (matutino ou vespertino) e noturno. A variável situação de moradia considerou as respostas sozinho, com pais ou avós e quaisquer outras respostas (como morar com amigos ou outro membro da família) foram incluídas na categoria “outros”.

VARIÁVEIS CULINÁRIAS

Quadro 7 - Variáveis relacionadas às características culinárias dos estudantes universitários participantes do estudo

Variáveis pessoais			
Características	Definição	Indicadores	Tipo de Variável
Disponibilidade de tempo para cozinhar	Tempo destinado ao preparo dos alimentos/refeições	Até 59 minutos/ De 1 hora a 3 horas / Acima de 3 horas	Catégorica politômica
Considera que sabe cozinhar	Percepção do participante se sabe cozinhar	Sim/ Não	Catégorica dicotômica
Aprendizado culinário	Com quem aprendeu (se aprendeu) a cozinhar	Livro de receita, Curso, aula, oficina, internet, escola, amigos, programa de TV, sozinho/ Mãe, avó, pai ou outros da família/ 2 opções ou mais	Catégorica politômica
Local da principal refeição	Local em que realiza sua principal refeição (almoço e janta)	Em casa/ Fora de casa	Catégorica dicotômica
Refeição fora de casa	Local em que realiza refeições fora de casa na maioria das vezes (se realiza)	Restaurante universitário / Restaurante por peso / Outros	Catégorica politômica

Fonte: Elaborado pela autora

A variável disponibilidade de tempo foi construída a partir de questão que permitia resposta aberta. Como não foi encontrado consenso

quanto à sua classificação em bibliografia, sugeriu-se categorização politômica em três categorias. A variável “considera que sabe cozinhar” foi tratada como dicotômica. Na variável “aprendizado culinário”, como a questão permitia mais de uma resposta, optou-se por agrupar respostas em 3 categorias que abarcavam: fonte familiar, fonte não familiar e outros, quando a resposta incluía os dois grupos juntos e/ou resposta diferente. Essa categorização visou respeitar bibliografia encontrada para a discussão da variável. O local da principal refeição foi categorizada como dicotômica, em casa ou fora de casa. Quando o local da principal refeição era indicado como “fora de casa”, respondia-se à questão sobre a variável “refeição fora de casa” para identificação do local. A questão permitia múltiplas respostas e, para análise, então escolheu-se categorização politômica, agrupando as respostas em “apenas restaurante universitário”, “apenas restaurante por peso” e “Outros” quando a resposta incluía dois ou mais itens associados.

VARIÁVEIS RELACIONADAS À DIMENSÃO COMPORTAMENTO CULINÁRIO

Quadro 8 - Variáveis relacionadas às dimensões do comportamento culinário presentes no instrumento de identificação das habilidades culinárias e alimentação saudável

Característica	Definição	Indicadores	Tipo de variável
Variáveis relacionadas às escalas psicossociais			
Comportamento culinário em casa	Frequência com que se preparam diferentes tipos de alimentos e refeições em casa (adaptado de JOMORI, 2017).	(Média do escore relacionado às frequências indicadas para cada escala) Nunca (escore 1), 1 a 2x/semana (2), 1x/semana (3), Várias vezes/semana (4), Diariamente (5)	Numérica contínua
Comportamento culinário fora de casa	Frequência com que se realizam refeições fora de casa e se utilizam sobras de refeições consumidas fora de casa (adaptado de JOMORI, 2017).	(Média do escore relacionado às frequências indicadas para cada escala) Nunca (escore 1), 1 a 2x/semana (2), 1x/semana (3), Várias vezes/semana (4), Diariamente (5)	Numérica contínua

Fonte: Elaborado pela autora

Cada item das escalas de comportamento culinário, dentro e fora de casa, ganhou um valor numérico de número inteiro (de 1 a 5) a fim de atingir, na somatória final, um escore para cada dimensão, sendo tratadas na análise estatística como uma variável numérica.

3.5 LOCAL E POPULAÇÃO DO ESTUDO

3.5.1 Local do estudo

Para a aplicação do instrumento em sua primeira etapa, a seleção do local do estudo foi intencional, sendo escolhido o campus da sede da Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC), localizado no município de Florianópolis.

Das Instituições de Ensino Superior (IES) participantes do censo de Educação Superior de 2012, 16,5% (n=389) localizavam-se na região sul, correspondendo ao terceiro maior percentual do país. Do total percentual de matrículas em cursos de graduação presenciais em universidades nessa região, 31,1% são matrículas em universidades públicas.

Nesse cenário, existem duas universidades públicas federais no Estado de Santa Catarina, sendo a maior delas a Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC), tanto em termos de população acadêmica quanto em número de cursos, composta por 11 centros e 56 cursos de graduação presenciais, sendo essa a escolha do local do estudo.

3.5.2 População de estudo

A população de estudo foram os estudantes universitários ingressantes do primeiro ano na universidade, visto que estão em um momento de transição no qual estão começando a se tornar independentes quanto às escolhas sobre o que comer e tendem a adotar comportamentos alimentares pouco saudáveis (NELSON et al., 2008; CROMBIE et al., 2009; GIRZ et al., 2013; DELIENS et al., 2013a; 2013b; BIELEMAN et al., 2015; POPE; HANSEN; HARVEY, 2017).

A população acadêmica da UFSC, campus de Florianópolis, foi de 44.211 estudantes no ano de 2011. Destes, 29.177 eram estudantes dos cursos de graduação, dos quais 24.615 estudantes eram matriculados em cursos presenciais (UFSC, 2011).

Foram recrutados para o estudo todos os estudantes ingressantes na universidade, campus de Florianópolis, no ano de 2015 (n=4.112) (UFSC, 2015) matriculados no primeiro ano dos cursos de graduação

presencial. O recrutamento foi feito por divulgação em sítios eletrônicos, mídias sociais, contato direto com os alunos em sala de aula, e-mails às coordenações dos cursos, panfletos e cartazes com apoio do Núcleo de Pesquisa de Nutrição em Produção de Refeições (NUPPRE), do Programa de Pós-Graduação em Nutrição (PPGN), da Pró-Reitoria de Graduação (PROGRAD) e da Agência de Comunicação (AGECOM) da UFSC (JOMORI, 2017).

Não foi solicitado consentimento especial para participantes entre 16 e 18 anos de idade, seguindo exemplo de outros estudos com estudantes universitários (HILGER; LOERBROCKS, DIEHL, 2017; WILSON et al., 2017). O Comitê de Ética em Pesquisa em Seres Humanos (CEPSH) da Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC) aprovou o uso do mesmo termo de consentimento para todos os participantes considerando que existe similaridade nas condições estatutárias, independentemente da idade cronológica (ANEXO A). Assim, aqueles estudantes universitários menores de 18 anos de idade fazem parte da mesma população de estudantes universitários, com os mesmos direitos e deveres, bem como as mesmas condições de independência e autonomia para participarem de qualquer atividade que seja desenvolvida na universidade. Então, não necessitariam de linguagem diferenciada para explicação da pesquisa ou autorização dos pais para participação. O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos (CEPSH) da Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC), seguindo os preceitos éticos na pesquisa com a participação de seres humanos, de acordo com a Resolução n° 466, de 12 de dezembro de 2012 (BRASIL, 2013a).

O questionário foi autopreenchido pelos participantes em formulário *on-line*, em planilha eletrônica elaborada a partir do programa *Google Forms*. Para atingir a representatividade do total de 4.112 estudantes que ingressaram na UFSC em 2015 (UFSC, 2015), foi considerado o cálculo feito no programa estatístico *Open Epi* 3.03174. Foi adotada a prevalência de 50% de desfechos múltiplos (construtos do instrumento), erro de 5 pontos percentuais, efeito de delineamento amostral de 2 e 10% de perdas, totalizando 766 estudantes a serem selecionados nessa etapa do estudo (JOMORI, 2017).

Os critérios de elegibilidade foram:

- Critérios de inclusão: todos os estudantes a partir de 16 anos de idade ingressantes no ano de 2015 nos cursos de graduação presencial da UFSC.

- Critérios de exclusão: estudantes desistentes, desligados e eliminados do curso em que ingressou, bem como os transferidos, os estrangeiros, os matriculados por convênio, por reopção, como aluno especial ou ouvinte. Foram excluídos, ainda, os estudantes matriculados em cursos de pós-graduação, de graduação à distância e a partir do 2º ano da graduação presencial, bem como estudantes de retorno.

O instrumento ficou disponível *on-line* até atingir o número de participantes de 766 estudantes, quando foi encerrada a coleta dos dados (JOMORI, 2017).

3.6 INSTRUMENTO PARA COLETA DOS DADOS

Em etapa precedente a este estudo, foi feita a busca por um instrumento que avaliasse habilidades culinárias, não sendo localizado nenhum instrumento no Brasil (JOMORI, 2017). Nesse contexto, por meio de busca sistemática em bases de dados, foi selecionado um instrumento desenvolvido e validado por pesquisadores da Universidade de Clemson, na Carolina do Sul, Estados Unidos da América (EUA) (MICHAUD, 2007; CONDRASKY et al., 2011). O grupo de pesquisadores estadunidense, coordenado pela professora Margaret Condrasky do *Food, Nutrition, and Packaging Sciences Department*, da Universidade de Clemson (EUA), destaca-se por trabalhar com a temática das habilidades culinárias e alimentação saudável há mais de 20 anos.

O instrumento selecionado foi desenvolvido para avaliar o programa de intervenção culinária *Cooking with a Chef (CWC)*, tendo sido aplicado em diferentes públicos nos EUA, incluindo o grupo de estudantes universitários. (WARMIN, 2009; WARMIN; SHARP; CONDRASKY, 2012; CONDRASKY et al., 2013). Esse instrumento foi o único encontrado na literatura validado para avaliação de diferentes dimensões das habilidades culinárias, incluindo conhecimentos, confiança (autoeficácia), atitudes e comportamentos culinários, bem como do comportamento com relação a FLV. Em seguida, foi adaptado transculturalmente e validado por Jomori (2017) para uso no Brasil (ANEXO B) no contexto do Programa Nutrição e Culinária na Cozinha, um modelo de intervenção para o desenvolvimento de habilidades culinárias adaptado para o Brasil (BERNARDO, 2017).

O instrumento adaptado é composto por oito escalas que avaliam as diferentes dimensões das habilidades culinárias: 1) Índice de Disponibilidade e Acessibilidade de Frutas e Vegetais (FLV) (8 itens); 2) Atitudes Culinárias (7 itens); 3) Comportamento Culinário em Casa (6

itens); 4) Comportamento Culinário Fora de Casa (5 itens); 5) Autoeficácia no Uso de Técnicas Culinárias Básicas e Preparo das Refeições (18 itens); 6) Autoeficácia em Consumir FLVs (3 itens); 7) Autoeficácia em Utilizar FLVs e temperos (9 itens) e 8) Avaliação do Conhecimento de Termos e Técnicas Culinários (8 itens), totalizando 64 itens (ANEXO B).

Além desses componentes, o questionário apresenta um espaço para caracterização de dados individuais. Essa seção foi disponibilizada para os participantes responderem junto ao questionário de habilidades culinárias e contém um total de 17 itens, divididos em duas seções: a) informações sociodemográficas e pessoais (aqui chamadas de características individuais) e b) informações pessoais e alimentares (aqui chamadas de características culinárias) (ANEXO C).

Essas informações consistem em: 1) sexo; 2) idade; 3) curso; 4) fase; 5), turno; 6) forma de ingresso (vestibular, renda, cor, escola pública); 7) escolaridade dos pais; 8) etnia; 9) descendência; 10) filhos < 16 anos de idade; 11) com quem mora; 12) cidade e estado de origem; 13) tempo disponível para cozinhar; 14) equipamentos e utensílios de cozinha disponíveis; 15) peso e altura autorreferidos; 16) aprendizado culinário (se sabe e com quem aprendeu); 17) refeições realizadas fora de casa (caso realize fora de casa, qual o local).

Os questionários foram elaborados utilizando o *Google Forms* e aplicados por meio *on-line*, sendo disponibilizados em um sítio eletrônico público, de agosto a dezembro de 2015 (JOMORI, 2017). A tabulação dos dados foi feita em planilha do Programa *Microsoft Excel*® (2013).

3.7 TRATAMENTO E ANÁLISE DE DADOS

Os dados obtidos pelo questionário estão disponíveis em um banco, em formato de planilha do Programa *Microsoft Excel*® (2013) e foram transportados através do programa *Stata Transfer*® para o Programa *Stata versão 11.0* (Statacorp, *College Station, TX, USA*)®, por meio do qual foram realizadas as análises estatísticas.

Para a análise dos dados, inicialmente foi realizada análise descritiva das variáveis individuais e das características alimentares e culinárias dos estudantes, adotando-se a descrição por meio da prevalência dos dados (frequência absoluta e relativa) para as variáveis categóricas (Quadro 9).

Quadro 9 - Adequação dos dados do questionário por tipo de variáveis e de análise descritiva

FONTE DE DADOS	TIPO DE VARIÁVEIS	ANÁLISE DESCRITIVA
Caracterização dos estudantes (individuais e culinárias)	Catégorica dicotômica	Frequência absoluta (N) e relativa (%)
	Catégorica politômica	
Escalas de comportamento culinário	Númérica contínua	Mediana (intervalo interquartilico)

Fonte: Elaborado pela autora

Os comportamentos culinários estão apresentados em duas escalas: comportamento culinário em casa, composta por 6 itens, e comportamento culinário fora de casa, composta por 5 itens. As opções de resposta são equivalentes a números inteiros, em escala de resposta psicométrica com valores de 1 a 5, sendo que para a resposta “Nunca” o valor assumido é igual a 1 e para a resposta “Diariamente” o valor assumido é igual a 5.

Os escores finais obtidos pela soma dos itens de cada escala de comportamento culinário (em casa e fora de casa) foram apresentados como medianas (variável numérica contínua) e intervalos interquartilicos de forma separada. Assim, a análise se deu de maneira individual para cada dimensão, relacionando de forma diretamente proporcional maiores medianas a maiores escores de comportamento culinário (Quadro 9).

Os desfechos testados foram com relação às escalas de comportamento culinário em casa e fora de casa, que após avaliadas quanto à sua normalidade por histograma e pelo teste de *Shapiro-Wilk*, foram tratadas como variáveis não-paramétricas.

As associações entre os comportamentos culinários e características individuais e culinárias foram realizadas utilizando o teste de *Mann-Whitney* para variáveis catégoricas dicotômicas e por teste de *Kruskal-Wallis* quando politômicas, aplicando-se teste *post hoc* de *Mann-Whitney* quando identificada associação estatisticamente significativa.

Para todos os testes, adotou-se um nível de significância menor do que 5%, considerando o valor de $p < 0,05$.

4 ARTIGO ORIGINAL

Os resultados e a discussão do estudo realizado estão apresentados nesta dissertação no formato de um artigo original. Este manuscrito será posteriormente traduzido para ser submetido ao periódico científico *Eating Behaviors* (Qualis Capes da Nutrição B1).

COMPORTAMENTOS CULINÁRIOS DE UNIVERSITÁRIOS INGRESSANTES BRASILEIROS E CARACTERÍSTICAS ASSOCIADAS

Resumo: Comportamentos culinários são uma das dimensões que compõem as habilidades culinárias e o possível declínio das habilidades culinárias pode refletir nesses comportamentos. O estudo teve como objetivo caracterizar e relacionar comportamentos culinários com características individuais e culinárias de universitários ingressantes de uma universidade brasileira. Trata-se de estudo transversal com coleta de dados por meio de questionário *on-line* validado e adaptado transculturalmente. Foram analisados os comportamentos culinários dentro e fora de casa e sua associação com variáveis individuais e culinárias de uma amostra representativa de 766 estudantes ingressantes de uma universidade brasileira. Os comportamentos culinários foram medidos por escala de Liekert de 1 a 5, e a associação das medianas de comportamentos culinários em casa e fora de casa com as demais variáveis foi verificada utilizando testes de *Mann-Whitney* e *Kruskall-Wallis*. A mediana final do comportamento culinário em casa foi de 3,07 e a mediana final de comportamento culinário fora de casa, de 2,25. Maiores medianas de comportamento culinário em casa foram associadas a universitários do sexo feminino, com disponibilidade de tempo para cozinhar acima de 1 hora, que referiram saber cozinhar e que realizavam a principal refeição em casa. As medianas de comportamento culinário fora de casa foram maiores para universitários do sexo masculino, que referiram não saber cozinhar, aprenderam a cozinhar utilizando outras fontes de aprendizagem não relacionada aos familiares e que faziam sua principal refeição fora de casa. Características individuais e culinárias apontadas podem influenciar os comportamentos culinários, auxiliando o planejamento de ações para incentivar o preparo de refeições em casa entre o público universitário.

Palavras-chave: Práticas culinárias. Preparações culinárias. Adulto Jovem. Habilidades culinárias. Preparo de refeições. Refeição fora de casa.

INTRODUÇÃO

O período de ingresso do estudante na universidade costuma ocorrer junto à transição entre a adolescência e a idade adulta, trazendo consigo um aumento na responsabilidade quanto às escolhas alimentares e mudanças nas práticas de saúde (NELSON et al., 2008; RIDDELL et al., 2011; PEARCEY; ZHAN, 2018). Estudos apontam que o público universitário de diversos países adquire hábitos alimentares menos saudáveis (RACETTE et al., 2005; CROMBIE et al., 2009; MURRAY et al., 2016) caracterizados pelo menor consumo de frutas, legumes e verduras (FLV), bem como pelo maior consumo de lanches, *fast food*, batata frita, doces, bolos, tortas e refrigerantes (LARSON et al., 2012; MURRAY et al., 2016; BERNARDO et al., 2017).

O hábito de cozinhar em casa pode estar associado com o consumo de alimentos de melhor qualidade nutricional (WOLFSON, BLEICH, 2015a, 2015b; WOLFSON et al., 2016). Alguns pesquisadores, contudo, indicam um possível declínio de habilidades culinárias na população (CARAHER; LANG, 1999; WARMIN; SHARP; CONDRASKY, 2012; LAVELLE et al., 2016). As habilidades culinárias podem ser definidas como confiança, atitude e aplicação de conhecimentos individuais para desempenhar tarefas culinárias, desde o planejamento dos cardápios e das compras até o preparo dos alimentos, sejam esses *in natura*, minimamente processados, processados ou ultraprocessados (JOMORI et al., 2017).

Uma das dimensões que compõem as habilidades culinárias são os comportamentos culinários, quem podem ser divididos em comportamento culinário em casa e comportamento culinário fora de casa. Comportamento culinário em casa é a frequência com que se preparam diferentes tipos de alimentos e refeições em casa. Comportamento culinário fora de casa é a frequência com que se realizam refeições fora de casa e se utilizam sobras de refeições consumidas fora de casa. Esses conceitos foram definidos com base em um instrumento traduzido e adaptado transculturalmente por Jomori (2017) a partir do instrumento desenvolvido, validado e aprimorado por grupo de pesquisadores dos EUA (MICHAUD, 2007, CONDRASKY et al., 2011; WARMIN; SHARP; CONDRASKY, 2012; WILCOX et al., 2013; KERRISON; CONDRASKY; SHARP, 2017).

Observa-se crescente número de evidências científicas relacionando o preparo de refeições em casa com padrões e escolhas

alimentares mais saudáveis, particularmente pelo maior consumo de cereais integrais e FLV (THORPE et al., 2014; KERRISON; CONDRASKY; SHARP, 2017; MILLS et al., 2017), bem como com risco reduzido de obesidade e diabetes tipo II (KRAMER et al., 2012; BURTON et al., 2017). Por outro lado, comer fora de casa tem sido associado ao aumento da ingestão de alimentos prontos para consumo e de alimentos de conveniência com alta densidade calórica e menor qualidade nutricional (LARSON et al., 2006; HARTMANN; DOHLE; SIEGRIST, 2013; THORPE et al., 2014). O consumo desse tipo de alimento pode estar relacionado com indivíduos que autorrelataram menores habilidades culinárias (PETTINGER; HOLDSWORTH; GERBER, 2006; BRUNNER; VAN DER HORST; SIEGRIST, 2010; VAN DER HORST; BRUNNER; SIEGRIST, 2011).

Parte dos estudos que avaliam habilidades culinárias e o preparo de alimentos em casa as relacionam com variáveis individuais. Especificamente para o público universitário, uma maior frequência de preparo de alimentos em casa é encontrada entre o público feminino (LASKA et al., 2012; DELIENS et al., 2013; KOWALKOWSKA; POINHOS; RODRIGUES, 2018), estudantes que moram com os pais (PAPADAKI et al., 2007; RIDELL et al., 2011) e que cursam a área da saúde (WILSON et al., 2017; KOWALKOWSKA; POINHOS; RODRIGUES, 2018). Como variáveis relacionadas à maior frequência de refeições fora de casa e ao maior consumo de alimentos de conveniência, foram encontradas: sexo masculino (LASKA et al., 2012; DELIENS et al., 2013; KOWALKOWSKA; POINHOS; RODRIGUES, 2018) e viver longe dos pais (PAPADAKI et al., 2007; RIDELL et al., 2011).

Até o momento, não foram identificados estudos brasileiros que tenham investigado os comportamentos culinários, nem sua relação com características individuais ou culinárias dos universitários. Também não foram encontrados estudos internacionais que tenham investigado os comportamentos culinários como objeto principal de desfecho, considerando todas as escalas de comportamentos culinários em casa e fora de casa conjuntamente. Nesse sentido, o presente trabalho parece ser o primeiro a avaliar a preparação de alimentos em casa, conceituando esse preparo com alimentos de diferentes tipos, concomitantemente à avaliação de frequência de refeições fora de casa e utilização de alimentos prontos para consumo, trazendo-os como dimensões exploradas à parte das habilidades culinárias. Ademais, foi testada uma série de características individuais e culinárias que podem influenciar os comportamentos culinários além das encontradas em outros estudos, buscando maior caracterização dessas influências. Dessa forma,

objetivou-se caracterizar e associar os comportamentos culinários com as características individuais e culinárias de estudantes universitários ingressantes no Brasil.

MÉTODO

Caracterização do estudo

Estudo transversal, que utilizou dados coletados em estudo prévio sobre habilidades culinárias em estudantes universitários, com base em um instrumento validado e adaptado para o Brasil (JOMORI et al., 2017).

População e amostra

A população do estudo consistiu de todos os estudantes ingressantes no ano de 2015 em uma universidade do sul do Brasil (n=4.112), escolhida por conveniência. Foi calculada amostra representativa dos estudantes considerando-se prevalência de 50% de desfechos múltiplos (construtos do instrumento), erro de 5 pontos percentuais, efeito de delineamento amostral de 2 e 10% de perdas, totalizando 766 a serem investigados.

A amostragem por conveniência foi realizada por meio de recrutamento feito por divulgação do questionário de coleta em sítios eletrônicos, mídias sociais, contato direto com os alunos em sala de aula, e-mails às coordenações dos cursos, panfletos e cartazes, contendo link para o questionário *on-line*. O questionário foi autopreenchido pelos participantes, sem aleatorização e por adesão voluntária em planilha eletrônica elaborada a partir do programa *Google Forms*.

Como critérios de exclusão, foram considerados estudantes desistentes, desligados e eliminados do curso de ingresso, bem como os transferidos, estrangeiros, matriculados por convênio, por reopção, aluno especial ou ouvinte. Foram excluídos, ainda, os estudantes matriculados em cursos de pós-graduação, de graduação à distância e a partir do 2º ano da graduação presencial, bem como estudantes de retorno. O instrumento ficou disponível *on-line* entre agosto e dezembro 2015 até atingir o mínimo de respondentes, quando foi encerrada a coleta dos dados.

O estudo foi aprovado por Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos (protocolo nº1.189.246) e todos os participantes deram seu consentimento.

Instrumento e coleta

Foi utilizado instrumento de avaliação de habilidades culinárias adaptado transculturalmente e validado por Jomori et al. (2017) para uso no Brasil, no contexto do Programa Nutrição e Culinária na Cozinha (BERNARDO et al., 2017a, BERNARDO et al., 2017b). O instrumento adaptado é composto por oito escalas que avaliam as diferentes dimensões das habilidades culinárias: 1) Índice de Disponibilidade e Acessibilidade de Frutas e Vegetais (FLV) (8 itens); 2) Atitudes Culinárias (7 itens); 3) Comportamento Culinário em Casa (6 itens); 4) Comportamento Culinário Fora de Casa (5 itens); 5) Autoeficácia no Uso de Técnicas Culinárias Básicas e Preparo das Refeições (18 itens); 6) Autoeficácia em Consumir FLVs (3 itens); 7) Autoeficácia em Utilizar FLVs e temperos (9 itens) e 8) Avaliação do Conhecimento de Termos e Técnicas Culinárias (8 itens), totalizando 64 itens (BERNARDO et al., 2017b; JOMORI et al., 2017).

Além desses componentes, apresenta um espaço para caracterização de dados individuais. Essa seção foi disponibilizada para os participantes responderem junto ao questionário de habilidades culinárias e contém um total de 17 itens, divididos em duas seções: a) informações sociodemográficas e pessoais e b) informações pessoais e alimentares. Essas informações consistem em: 1) sexo; 2) idade; 3) curso; 4) fase; 5), turno; 6) forma de ingresso (vestibular, renda, cor, escola pública); 7) escolaridade dos pais; 8) etnia; 9) descendência; 10) filhos < 16 anos de idade; 11) com quem mora; 12) cidade e estado de origem; 13) tempo disponível para cozinhar; 14) equipamentos e utensílios de cozinha disponíveis; 15) peso e altura autorreferidos; 16) aprendizado culinário (se sabe e com quem aprendeu); 17) refeições realizadas fora de casa (caso realize fora de casa, qual o local).

Os questionários foram elaborados através do *Google Forms* e aplicados por meio *on-line*, sendo disponibilizados em um sítio eletrônico público, de agosto a dezembro de 2015 (JOMORI, 2017). A tabulação dos dados foi feita em planilha do Programa *Microsoft Excel*® (2013).

Tratamento e análise dos dados

Os dados coletados pelo questionário foram organizados em um banco no Programa *Microsoft Office Excel*® (2013) e transportados para o programa estatístico *Stata* versão 11.0 (Statacorp, *College Station, TX, USA*)®.

Inicialmente, foi realizada a avaliação da distribuição dos dados de comportamento culinário para verificação da normalidade por meio do

teste *Shapiro-Wilk*. Não sendo verificada distribuição normal, os dados foram analisados por meio dos testes de *Mann-Whitney e Kruskal Wallis*.

Para a análise dos dados, foram utilizados procedimentos de estatística descritiva e inferencial. Na análise descritiva, foram apresentadas medidas de dispersão e tendência central (mediana e intervalo interquartil) das variáveis numéricas, enquanto que as variáveis categóricas foram expressas em frequências absolutas e relativas.

A escala de comportamento culinário do questionário é mensurada por meio de escala do tipo Likert de cinco pontos e está dividida em duas dimensões: a) comportamento culinário em casa, composta por 6 itens, e b) comportamento culinário fora de casa, composta por 5 itens. As opções de resposta são equivalentes a números inteiros, em escala de resposta psicométrica com valores de 1 a 5, sendo que para a resposta “Nunca” o valor assumido é igual a 1 e para a resposta “Diariamente” o valor assumido é igual a 5.

Os desfechos testados foram com relação às escalas de comportamento culinário em casa e fora de casa, que após avaliadas quanto à sua normalidade por histograma e pelo teste de *Shapiro-Wilk*, foram tratadas como variáveis não-paramétricas. Os escores finais obtidos pela soma dos itens de cada dimensão de comportamento culinário (em casa e fora de casa) foram apresentados como medianas (variável numérica contínua) e intervalo interquartil.

As associações entre os comportamentos culinários e as características individuais e culinárias foram realizadas utilizando o teste de *Mann-Whitney* para variáveis categóricas dicotômicas e por teste de *Kruskal-Wallis* quando politômicas, aplicando-se teste *post hoc* de *Mann-Whitney* quando identificada associação estatisticamente significativa. Para todos os testes, adotou-se um nível de significância menor do que 5%, considerando o valor de $p < 0,05$.

Maiores escores de comportamento culinário em casa são indicativos de maior frequência de atividades culinárias em casa, relativas a preparações que envolvem alimentos considerados mais saudáveis; enquanto que maiores escores do comportamento culinário fora de casa referem maior frequência de consumo de alimentos pronto para consumo e refeições fora de casa (MICHAUD, 2007), que podem sugerir escolhas alimentares de menor qualidade nutricional. Dessa forma, a análise da escala é feita de forma positiva para a dimensão do comportamento culinário em casa e de maneira inversa para a dimensão do comportamento culinário fora de casa.

Para avaliar as associações entre as medianas finais das escalas de comportamento culinário segundo as variáveis individuais e culinárias, foram aplicados testes não paramétricos (*Mann Whitney* ou *Kruskal Wallis*) e *post hoc Mann Whitney*, uma vez que as variáveis não apresentaram distribuição normal. Foi adotado o valor de $p < 0,05$ como significância.

RESULTADOS

Caracterização da amostra

A amostra foi composta por 766 estudantes universitários ingressantes. As características individuais e culinárias da amostra estão descritas na Tabela 1.

Tabela 1 - Distribuição de universitários ingressantes segundo características individuais e culinárias. Florianópolis, SC, 2015.

Características sociodemográficas e pessoais	(n)	(%)
Sexo (n=766)		
Feminino	457	60
Masculino	309	40
Idade (n=766)		
< 25 anos	670	87
≥ 25 anos	96	13
Área do curso de graduação (n=766)		
Ciências Humanas	296	39
Ciências Exatas	226	29
Ciências da Vida	244	32
Com quem mora (n=766)		
Sozinho	154	20
Com pais ou avós	341	45
Outros	271	35
Tempo disponível para cozinhar por dia (n=766)		
< 1 hora	77	10
1 a 3 horas	537	70
> 3 horas	152	20
Considera que sabe cozinhar (n=766)		
Sim	549	72
Não	217	28
Com quem aprendeu a cozinhar (n=549)		
Apenas mãe/pai/ avó/ outros da família	113	21
Apenas aulas/ internet/ livros/ amigos/ programa de TV/ sozinho	33	6
2 opções ou mais	403	73
Local em que realiza sua principal refeição (almoço e/ou jantar) habitualmente (n=766)		
Em casa	374	49
Fora de casa	392	51
Principal local em que realiza a refeição fora de casa (n=392)		
Apenas restaurante Universitário	216	55
Apenas restaurante por peso	23	6
Outros*	153	39

*Inclui: restaurante universitário e restaurante por quilo indicadas em conjunto, lanchonete, fast food, café, restaurante a la carte, casa de parentes, marmitta

As respondentes do sexo feminino contaram como 60% da amostra. A média de idade foi de $21 \pm 5,6$ anos, sendo que a maior parte da amostra (88%) se encontrava na categoria de idade abaixo dos 25 anos, sendo considerados adultos jovens, e 45% moravam com os pais ou avós.

A maioria dos respondentes era estudante de graduação de cursos da área de humanas (39%), seguidos da área da vida (32%) e de exatas (29%). Quanto às características pessoais da amostra, a maioria dos estudantes relatou ter disponibilidade de tempo para cozinhar de 1 a 3 horas por dia (70%) e saber cozinhar (72%).

Dentre os que relataram saber cozinhar, 53% mencionou ter aprendido com mais de uma fonte, contando com duas fontes ou mais. A distribuição quanto ao local de realização da principal refeição (almoço ou jantar) foi semelhante para em casa (49%) ou fora de casa (51%); contudo, quando realizada fora de casa, a maior frequência de resposta foi de mais de um local (ex: restaurante universitário e restaurante à quilo), sendo que para local único foi o restaurante universitário (28%), seguido por restaurante a quilo (3%).

Comportamento culinário

A mediana final do comportamento culinário em casa foi de 3,07, enquanto a de comportamento culinário fora de casa foi de 2,25.

A escala de comportamento culinário em casa apresentou todos os itens com escore acima do ponto médio da escala ($>3,00$). O item da escala que apresentou maior mediana foi “Reaquece as sobras de um almoço ou jantar preparado em casa” (3,60), enquanto o menor foi “Usa sobras de uma refeição preparada em casa para fazer um novo prato” (2,53), conforme Tabela 2.

Tabela 2 - Escala de Comportamento Culinário em Casa de estudantes universitários ingressantes, Florianópolis, SC, 2015.

Comportamento culinário em casa	Mediana
Prepara refeições com ingredientes básicos (ex: pé de alface, carne crua)	3,18
Prepara refeições usando alimentos pré-prontos/prontos (ex: vegetais folhosos prontos para consumo, milho em conserva, cenoura ralada, frango assado)	2,68
Reaquece ou usa sobras de comida para consumir em outras refeições	3,63
Usa uma combinação de itens frescos e pré-prontos/prontos para preparar uma refeição em casa (ex: uma salada de vegetais folhosos prontos para o consumo com carne cozida preparada em casa)	2,69
Reaquece as sobras de um almoço ou jantar preparado em casa	3,60
Usa sobras de uma refeição preparada em casa para fazer um novo prato	2,53
Total	3,05

O comportamento culinário fora de casa teve como item de maior mediana “Almoça fora de casa” (3,73) e como item de menor mediana “Usa sobras de uma refeição pronta comprada fora de casa para fazer um novo prato” (1,44), como pode ser visto na Tabela 3.

Tabela 3 - Escala de Comportamento Culinário Fora de Casa de estudantes universitários ingressantes, Florianópolis, SC, 2015.

Comportamento culinário em casa	Mediana
Reaquece as sobras de uma refeição pronta comprada fora de casa para consumir no almoço ou no jantar em casa	1,79
Usa sobras de uma refeição pronta comprada fora de casa para fazer um novo prato	1,44
Almoça fora de casa	3,73
Janta fora de casa	2,52
Toma o café da manhã fora de casa	1,99
Total	2,29

Comportamentos culinários e características individuais e culinárias associadas

As associações entre comportamentos culinários e características individuais e culinárias dos universitários encontram-se na Tabela 4. Quanto à associação de comportamento culinário em casa e variáveis pessoais e culinárias, foram encontradas diferenças estatisticamente significativas para as variáveis: sexo ($p < 0,001$), disponibilidade de tempo para cozinhar ($p < 0,001$), considera que sabe cozinhar ($p < 0,001$) e local onde realiza a principal refeição ($p = 0,001$). Para comportamento culinário fora de casa, foram encontradas diferenças estatisticamente significativas para as variáveis: sexo ($p = 0,03$), considera que sabe cozinhar ($p < 0,001$), com quem aprendeu a cozinhar ($p = 0,02$) e local onde realiza a principal refeição ($p < 0,001$).

Dentre as variáveis associadas, o comportamento culinário em casa apresentou as maiores medianas para estudantes do sexo feminino (3,17) em relação ao sexo masculino (3,00); com disponibilidade de tempo para cozinhar acima de 1 hora (3,17) em relação àqueles que relataram ter menos de 1 hora para cozinhar (2,67); entre os que consideram saber cozinhar (3,17) comparados aos que autorrelataram não saber (2,83) e para os que realizam a principal refeição em casa (3,33) em relação aos que comem fora (2,83).

Na escala de avaliação do comportamento fora de casa, entre as variáveis associadas, as medianas foram maiores para universitários do sexo masculino (2,40) em relação ao sexo feminino (2,20); que consideram não saber cozinhar (2,40) comparados aos que relataram saber cozinhar (2,20); que aprenderam a cozinhar com fonte de aprendizado não relacionada aos familiares (2,40) comparados aos que relataram como única fonte de aprendizado mãe, pai, avós ou outros da família (2,00) e que fazem sua principal refeição fora de casa (2,60) comparados aos que fazem esta refeição em casa (2,00).

Tabela 4 - Associação entre comportamento culinário dentro e fora de casa de universitários ingressantes com características sociodemográficas e pessoais. Florianópolis, SC, 2015 (n=766).

	Comportamento culinário em casa		Comportamento culinário fora de casa	
	Mediana (P25:P75)	Valor de p*	Mediana (P25:P75)	Valor de p*
Sexo				
Feminino	3,17 (2,7:3,7)	0,00§	2,2 (1,8:2,6)	0,03§
Masculino	3,00 (2,3:3,5)		2,4 (2,0:2,8)	
Idade				
< 25 anos	3,17 (2,5:3,7)	0,77§	2,2 (1,8:2,6)	0,74§
≥ 25 anos	3,00 (2,7:3,5)		2,2 (1,8:2,8)	
Curso				
Ciências Humanas	3,17 (2,5:3,7)	0,07‡	2,2 (1,8:2,8)	0,68‡
Ciências Exatas	3,00 (2,5:3,7)		2,2 (1,8:2,8)	
Ciências Da Vida	3,17 (2,7:3,7)		2,2 (1,8:2,6)	
Com quem mora				
Sozinho	3,00 (2,5:3,5)	0,71‡	2,4 (1,8:2,8)	0,36‡
Pais ou avós	3,17 (2,7:3,7)		2,2 (1,8:2,6)	
Outros	3,00 (2,5:3,5)		2,2 (1,8:2,6)	
Tempo disponível para cozinhar por dia				
< 1 hora	2,67 (2,0:3,3)	0,00‡	2,4 (2,0:2,8)	0,10‡
1 a 3 horas	3,17 (2,7:3,7)		2,2 (1,8:2,6)	
> 3 horas	3,17 (2,7:3,8)		2,2 (1,8:2,8)	
Considera que sabe cozinhar?				
Sim	3,17 (2,7:3,7)	0,00§	2,2 (1,8:2,6)	0,00§
Não	2,83 (2,2:3,5)		2,4 (2,0:2,8)	
Com quem aprendeu a cozinhar**				
Apenas mãe/pai/avó/ outros da família	3,17 (2,5:3,7)	0,76‡	2,0 (1,8:2,4)	0,02‡
Apenas aula / curso / escola / internet / livros / amigos / programa de TV / sozinho	3,17 (2,8:3,5)		2,4 (2,0:3,0)	
2 opções ou mais	3,17(2,7:3,7)		2,20 (1,8:2,6)	
Local habitual da principal refeição				
Em casa	3,33 (2,8:3,7)	0,00§	2,00 (1,6:2,4)	0,00§
Fora de casa	2,83 (2,3:3,5)		2,60 (2,2:2,8)	

*Valor de p <0,005; **n= 549 respondentes; §= Testes *Mann-Whitney*; ‡= Testes *Kruskal-Wallis, post hoc Mann-Whitney*. Valores de p significativos foram destacados em negrito. ** n=549

DISCUSSÃO

De forma geral, as medianas foram maiores entre as escalas de comportamento culinário em casa do que fora de casa, caracterizando o comportamento culinário do estudante universitário ingressante brasileiro como mais frequente em refeições preparadas e consumidas em casa. Mesmo apresentando melhores resultados, percebe-se que há espaço para maior incentivo em relação ao comportamento culinário dentro de casa, uma vez que a média geral da escala (3,05) corresponde a apenas pouco mais de 60% do escore total possível. Foi encontrado maior escore de comportamento culinário em casa para o sexo feminino, enquanto o sexo masculino foi associado ao maior escore de comportamento culinário fora de casa. Tal resultado corrobora achados em outros trabalhos em que mulheres reportam ter maior confiança em habilidades culinárias (HARTMANN; DOHLE; SIEGRIST, 2013; MCGOWAN et al., 2016; KOWALKOWSKA; POINHOS; RODRIGUES, 2018).

Alguns dos motivos enumerados para maior envolvimento do sexo feminino, segundo Mills (2017b) são relacionados à divisão tradicional de tarefas em âmbito familiar, onde a mulher assume o papel de esposa/namorada ou mãe com a percepção de maior responsabilidade de prover refeições nutritivas. Por outro lado, estudo realizado com cozinheiros do sexo masculino identificou que a visão sobre o ato de cozinhar era uma obrigação, não prazerosa, ou como atividade de lazer praticada pontualmente (SZABO, 2012). Destaca-se, também, que com o passar do tempo, as mulheres geralmente apresentam mais experiências em habilidades culinárias quando comparadas aos homens, como um resultado de maior frequência de preparo de refeições para a família (LANG; CARAHER, 2001; ADAMS et al., 2015; MCGOWAN et al., 2016). Quanto ao sexo masculino, muitos estudos apresentam maior associação entre homens com consumo frequente de *fast-food* e consumo de bebidas açucaradas e alcoólicas (GARCIA; SVOBODA; RUIZ, 2016; NANNEY, 2015; KOWALKOWSKA; POINHOS; RODRIGUES, 2018). Trabalho realizado por Adams e colaboradores (2015) encontrou diminuição na diferença apresentada entre os sexos em relação à confiança no ato de cozinhar, comparativamente a outro estudo realizado no Reino Unido (CARAHER et al., 1999). Possíveis explicações podem advir das diversas iniciativas locais de valorização das habilidades culinárias (ADAMS et al., 2011), estimulando uma maior percepção individual da habilidade culinária, independentemente do sexo.

Do total da amostra, 72% dos universitários consideraram saber cozinhar e a resposta positiva foi associada ao comportamento culinário em casa. Apesar do universo significativo da amostra afirmar saber

cozinhar, destaca-se que esta pergunta do questionário não discriminava técnicas culinárias (por exemplo: aquecer uma lasanha seria cozinhar?). Contudo, na escala de comportamento culinário em casa havia especificação quanto ao tipo de alimento utilizado (básicos ou frescos, pré-prontos/prontos). Nesse sentido, o envolvimento com o ato de cozinhar tem sido associado com dietas e comportamentos alimentares mais saudáveis entre adolescentes (LARSON et al., 2006; THORPE et al., 2014; UTTER et al., 2018) e adultos (WOLFSON; BLEICH, 2015b; MILLS et al., 2017; TIWARI et al., 2017). Além disso, o envolvimento no preparo da refeição durante a transição da adolescência para a idade adulta tem sido associado a melhores indicadores nutricionais mais tarde na vida (LASKA et al., 2016; UTTER et al., 2018), como maior consumo de vegetais e menor frequência de consumo de *fast-food* (TIWARI et al., 2017; UTTER et al., 2018). Desta forma, o resultado encontrado pode resultar em padrões alimentares com maior qualidade nutricional para esse público futuramente.

Foi possível identificar associação entre saber cozinhar e maior frequência de preparo de refeições em casa. Entranto, outros estudos apontam que uma alta prevalência de habilidades culinárias reportadas pode não indicar que estas são empregadas com frequência (CARAHER; LANG, 1999; WRIEDEN et al., 2007; GARCIA; SVOBODA; RUIZ, 2016). A associação de não saber cozinhar com comportamento culinário fora de casa tem sido relatada por outros trabalhos, reforçando a pontuação feita por universitários sobre a falta de habilidades para o preparo de refeições como barreira para melhores escolhas alimentares. Não saber cozinhar pode ser associado ao maior preparo em casa de alimentos prontos para consumo e maior frequência de alimentação fora de casa (LARSON et al., 2009; AL-OTAIBI; BASUNY, 2015).

Outra barreira constantemente referida é o tempo para preparar refeições em casa. Universitários ingressantes podem experimentar graus diferentes de autonomia e responsabilidade pelo gerenciamento do próprio tempo (NELSON et al., 2008; VADEBONCOEUR; TOWNSEND; FOSTER, 2015). Essas restrições incentivam atalhos nas decisões de escolha de alimentos e podem dificultar o planejamento e preparo de refeições (LARSON et al., 2006; JONES et al., 2014; LAVELLE et al., 2016). Este estudo associa maior frequência de preparo de refeições em casa à disponibilidade de tempo para cozinhar de 1 a 3 horas e acima de 3 horas por dia. Pode-se dizer, que quem prepara refeições em casa com maior regularidade relata disponibilizar pelo menos 1 hora para cozinhar, sendo que há diferença em disponibilizar mais tempo para isso. Ressalta-se, contudo, a dificuldade de comparação

entre estudos, uma vez que não há consenso sobre a metodologia em avaliar o tempo disponível para cozinhar, uma vez que estudos com universitários são escassos e, geralmente, avaliam a frequência semanal de preparo de refeições em casa (LASKA et al., 2012; ADAMS et al., 2015; MILLS et al., 2017).

Estudo realizado com adultos americanos analisou o tempo gasto no preparo de alimentos. A comparação entre os anos de 1965-1966 e 2007-2008, mostrou que os participantes (70% do sexo feminino) reduziram o tempo diário gasto com o preparo de alimentos de 113 minutos para 66 minutos (SMITH; NG; POPKIN, 2013). A possível redução do tempo gasto por adultos para preparar alimentos em casa, talvez se traduza também para os adultos jovens, uma vez que se observa menor frequência no preparo de refeições e o constante esforço do mercado em agregar tecnologia para equipamentos e alimentos que requerem menor tempo de preparação (CARAHER; LANG, 1999).

Dentre as pessoas que responderam saber cozinhar (n=549), 6% referiu ter aprendido de fonte não relacionada à família. Esta parcela também apresentou maior escore no comportamento culinário fora de casa. Como esse item permitia mais de uma resposta, categorizou-se em fontes relacionadas à família, fontes diferentes de família e outros, quando apresentava resposta incluindo ambas as categorias. Alguns estudos relacionam o declínio de habilidades culinárias com a falta de transmissão de conhecimento entre as gerações (CONDRASKY; HEGLER, 2010; SOLIAH; WALTER; JONES; 2012). Ter como fonte de aprendizado cuidadores ou referências familiares pode ser um determinante importante para comportamentos culinários (JONES et al., 2014) e técnicas de preparo de alimentos mais saudáveis (KRAMER et al., 2012). Contudo, a maior parte da amostra referiu ter aprendido de mais de uma fonte, envolvendo o aprendizado com familiares.

A importância da família como principal fonte de aprendizado das habilidades culinárias é reforçada por alguns trabalhos que levantam, em especial, a relevância da influência materna (DIEZ-GARCIA; CASTRO, 2011; DE BACKER, 2013; LAVELLE et al., 2016). Segundo De Backer (2013), no processo de transmitir conhecimento sobre habilidades e preparação de alimentos, as mães são as primeiras e mais importantes fontes. Este fator pode auxiliar inclusive no entendimento de receitas, uma vez que essas são o conhecimento acumulado de julgamento anterior e erros de outros e, dentro desse processo social, a observação da mãe pela criança é uma ferramenta de destaque.

Em estudo australiano (WORSLEY et al., 2014), a maioria dos adultos que cozinham em casa mostrou-se interessada em aprender

mais sobre novas receitas e preparações culinárias e os principais meios foram programas de televisão, revistas de culinária, aulas de culinária e programas em sites da internet. O interesse verificado nesse estudo sugere que esse público, em geral, observa o ato de cozinhar como uma atividade importante para ser aprimorada. Entretanto, Condrasky e Hegler (2010) ressaltam que, apesar do crescente interesse pela culinária, ela parece não ser acompanhada pelos conhecimentos da nutrição, que poderiam promover práticas alimentares mais saudáveis.

Neste trabalho, percebeu-se que houve associação entre o maior comportamento culinário fora de casa e o hábito de consumir a principal refeição (almoço ou jantar) fora de casa, assim como comportamento culinário em casa e hábito de consumir refeição em casa. É possível que essa variável tenha seu resultado confundido com o próprio objeto de investigação deste item, uma vez que o comportamento culinário fora de casa está associado à frequência de consumo de refeições fora de casa, assim como comportamento culinário em casa está associado à frequência de preparo e consumo de refeições em casa. Nesse contexto, ressalta-se que a confirmação do resultado esperado reforça o propósito do instrumento.

Ressalta-se que, conforme revisão narrativa conduzida por Bernardo (2017), o consumo alimentar desta faixa etária é marcado pela presença elevada de alimentos como *fast food*, *snacks*, frituras, doces, bebidas açucaradas e alcoólicas, sobretudo cervejas, e aponta o desjejum como refeição mais frequentemente omitida, sugerindo que o comportamento culinário fora de casa pudesse ser maior do que em casa. Contudo, a mediana do comportamento culinário em casa foi maior do que fora de casa. Ademais, quando investigado o local mais frequentado para consumo da refeição feita fora de casa, o restaurante universitário foi apontado por 55% dos estudantes. Destaca-se que o restaurante universitário da universidade em questão possui cardápio elaborado por nutricionistas.

Apesar de o estudo ter sido realizado em uma única universidade, a região Sul do Brasil possui o terceiro maior percentual do país de alunos matriculados, segundo censo de Educação Superior de 2012. Deste total, mais de 30% estão matriculados em universidades públicas, sendo a Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC) a maior do estado, tanto em número de população acadêmica quanto de número de cursos.

Destacam-se como pontos fortes o instrumento utilizado para identificação do comportamento culinário, validado para população, que reforça o preparo de refeições utilizando alimentos básicos, frescos ou crus, buscando associação com comportamentos e escolhas com maior

qualidade nutricional, indo ao encontro dos conceitos orientados pelas políticas públicas brasileiras (BRASIL, 2012; BRASIL, 2014).

CONCLUSÕES

Este estudo demonstrou que a escala do comportamento culinário em casa obteve escores finais maiores do que a escala de comportamento culinário fora de casa entre os estudantes universitários brasileiros ingressantes, o que pode sugerir maior frequência em preparo de diferentes tipos de alimentos e refeições entre essa população.

Em relação às variáveis individuais e culinárias, o comportamento culinário em casa foi associado a universitários ingressantes do sexo feminino, que fazem refeições em casa, possuem disponibilidade de pelo menos 1 hora por dia para cozinhar e que referem saber cozinhar.

A frequência de preparo de refeições em casa muitas vezes é avaliada como uma variável explicativa, e não desfecho do estudo, não estabelecendo uma relação explicativa para a influência da variável individual. O papel dominante da mulher no preparo de refeições em casa, contudo, mantém-se em destaque, bem como a importância da transmissão de conhecimentos culinários por meio de familiares, ainda que muitas novas alternativas estejam surgindo integradas à tecnologia, reforçando a relevância da figura materna para o aprendizado culinário. Acentua-se que uma das barreiras mais citadas entre os jovens, a falta de tempo para o preparo de refeições, pôde ser vista sob novas abordagens, uma vez que não foi encontrada diferença entre ter de 1 a 3 horas disponíveis para cozinhar diariamente e mais do que isso.

Uma vez que políticas públicas buscam estimular o desenvolvimento das habilidades culinárias e uma maior frequência de preparo de refeições em casa, sugere-se que sejam criadas estratégias para modificação do comportamento culinário que envolvam prioritariamente adultos jovens do sexo masculino, que não saibam cozinhar, que tenham pouco tempo disponível para cozinhar e que costumam fazer a principal refeição fora de casa. Pode-se incluir também iniciativas que atinjam indivíduos com até 1 hora disponível para cozinhar por dia e que referem não saber cozinhar, uma vez que estas foram as menores medianas apresentadas na escala de comportamento culinário em casa.

Até o momento, demais estudos que relacionassem características individuais e culinárias dos estudantes universitários com os comportamentos culinários de modo geral não foram identificados em âmbito nacional.

REFERÊNCIAS

ADAMS, J.; SIMPSON, E.; PENN, L.; ADAMSON, A.; WHITE, M. Research to support the evaluation and implementation of adult cooking skills interventions in the UK: phase 1 report. Newcastle upon Tyne: **Public Health Research Consortium**; 2011.

ADAMS, J.; GOFFE, L.; ADAMSON, A. J.; HALLIGAN, J.; O'BRIEN, N.; PURVES, R. STEAD, M., STOCKEN, D., WHITE, M. Prevalence and socio-demographic correlates of cooking skills in UK adults: cross-sectional analysis of data from the UK National Diet and Nutrition Survey. **International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity**, v.12, n. 99, p.1-13, 2015.

AL-OTAIBI, H.H.; BASUNY, A.M. Fast food consumption associated with obesity/overweight risk among university female student in Saudi Arabia. **Pakistan Journal of Nutrition**, v.14, n.8, p. 511-516, 2015.

BERNARDO, G.L.; JOMORI, M. M.; FERNANDES, A.C.; PROENÇA, R.P.C. Food intake of university students: A narrative review. **Revista de Nutricao**, 2017.

BERNARDO, G.L.; JOMORI, M.M.; FERNANDES, A.C.; COLUSSI, C.F.; CONDRASKY, M.D.; PROENÇA, R.P.C. Nutrition and Culinary in the Kitchen Program: a randomized controlled intervention to promote cooking skills and healthy eating in university students – study protocol. **Nutrition Journal**, v.16, p.1-12, 2017.

BIELEMANN, R.M.; MOTTA, J.V.S; MINTEN, G.C.; HORTA, B.L.; GIGANTE, D.P. Consumo de alimentos ultraprocessados e impacto na dieta de adultos jovens. **Revista de Saúde Pública**. v. 49, n. 28, p.1-10, 2015.

BRASIL. Ministério da Educação. Ministério da Saúde. Ministério do Desenvolvimento Social. **Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas**. Brasília: Ministério da Educação. Ministério da Saúde. Ministério do Desenvolvimento Social. 2012.

_____. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Guia alimentar para a população brasileira: promovendo a alimentação saudável**. 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde. 2014. 156 p.

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

BURTON, M.; REID, M.; WORSLEY, A.; MAVONDO, F. Food skills confidence and household gatekeepers' dietary practices. **Appetite**, v.108, p.183-190, 2017.

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, n. 3, p. 89-100, 1999.

CARAHER, M.; DIXON, P.; LANG, T.; CARR-HILL, R. The state of cooking in England: the relationship of cooking skills to food choice. **British Food Journal**. v. 101, n.8, p. 590-609, 1999.

CONDRASKY, M.D.; HEGLER, M. How Culinary Nutrition can save the health of a Nation. **Journal of Extension**, v. 48, n. 2, p. 1-6, 2010.

CONDRASKY, M.D.; WILLIAMS, J.E.; CATALANO, P.M.; GRIFFIN, S.F. Development of psychosocial scales for evaluation the impact of a Culinary Nutrition Education program on cooking and healthful eating. **Journal of Nutrition Education and Behavior**, v. 43, n. 6, p. 511-516, 2011.

CONDRASKY, M.D.; BARUTH, M.; WILCOX, S.; CARTER, C.; JORDAN, J.F. Cooks training for Faith, Activity, and Nutrition project with AME churches in SC. **Journal of Evaluation and Program Planning**, v. 37, p. 43-49, 2013.

CROMBIE, A.P.; ILICH, J.Z.; DUTTON, G.R.; PANTON, L.B.; ABOOD, D.A. The freshman weight gain phenomenon revisited. **Nutrition Reviews**, v. 67, n.2, p.83–94, 2009.

CUNHA, D.B.; BEZERRA, I.N.; PEREIRA, R. A.; SICHIERI, R. At-home and away-from-home dietary patterns and BMI z-scores in Brazilian adolescents. **Appetite**, v. 120, p. 374-380, 2018.

DE BACKER, C.J.S. Family meal traditions. Comparing reported childhood food habits to current food habits among university students. **Appetite**, n. 69, p. 64-70, 2013.

DELIENS, T.; CLARYS, P.; BOURDEAUDHUIJ, I.; DEFORCHE, B. Weight, socio-demographics, and health behaviour related correlates of academic performance in first year university students, **Nutrition Journal**, v. 12, n.162, p. 1-9, 2013;

DIEZ-GARCIA, R. W.; CASTRO, I. R. R. D. A culinária como de estudo e de intervenção no campo da alimentação e nutrição. **Ciência e Saúde Coletiva**, v. 16, n.1, p. 91-98, 2011.

GARCIA, P.S.; SVOBODA, M.C.F.; RUIZ, E.S. Competencias culinarias y consumo de alimentos procesados o preparados en estudiantes universitarios de Barcelona. **Revista Española de Salud Pública**, v. 90, p. 1-13, 2016.

GATLEY, A.; CARAHER, M.; LANG, T. A qualitative, cross cultural examination of attitudes and behaviour in relation to cooking habits in France and Britain. **Appetite**, v. 75, p.71-81, 2014.

GIRZ, L.; POLIVY, J.; PROVENCHER, V.; WINTRE, M.G.; PRATT, M.W.; PANCER, S.M.; et al. The four undergraduate years. Changes in weight, eating attitudes, and depression. **Appetite**, v. 69, p. 145-150, 2013.

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

JOMORI, M.M.; PROENÇA, R.P.C.; ECHEVARRIA-GUANILO, M.H.; BERNARDO, G.L.; UGGIONI, P.L.; FERNANDES, A.C. Construct validity of Brazilian cooking skills and healthy eating questionnaire by the known-groups method. **British Food Journal**, v. 119, n. 5, 2017.

JONES, S.A.; WALTER, J.; SOLIAH, L.; PHIFER, J.T. 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.

KERRISON, D.A.; CONDRASKY, M.D.; SHARP, J.L. Culinary nutrition education for undergraduate nutrition dietetics students. **British Food Journal**, v. 119, n. 5, p. 1045-1051, 2017.

KOWALKOWSKA, J.; POÍNHOS, R.; RODRIGUES, S. Cooking skills and socio-demographics among Portuguese university students. **British Food Journal**, v. 120, n. 3, 2018.

KRAMER, R.F.; COUTINHO, A.J.; VAETH, E.; CHRISTIANSEN, K.; SURATKAR, S.; GITTELSON, J. Healthier home food preparation methods and youth and caregiver psychosocial factors are associated with lower BMI in African American youth. **Journal of Nutrition**, v.142, p.948-54, 2012.

LANG, T.; CARAHER, M. Is there a culinary skills transition? Data and debate from the UK about changes in cooking culture. **Journal of Home Economics Institute of Australia**, v. 8, n. 2, p. 2-14, 2001.

LARSON, N. I.; PERRY, C.L.; STORY, M.; NEUMARK-SZTAINER, D. Food preparation by young adults is associated with better diet quality. **Journal of American Dietetic Association**, v. 106, n.12, p. 2001-7, 2006.

LARSON, N. I.; NELSON, M.C.; NEUMARK-SZTAINER, D.; STORY, M.; HANNAN, P.J. Making time for meals: meal structure and associations with dietary intake in young adults. **Journal of American Dietetic Association**, v. 109, n. 1, p. 72-9, 2009

LARSON, N.; LASKA, M.N.; STORY, M.; NEUMARK-SZTAINER, D. Predictors of fruit and vegetable intake in young adulthood. **Journal of the Academy of Nutrition and Dietetic**, v. 112, n.8, p. 1216-1222, 2012.

LASKA, M.N.; PELLETIER, J.E.; LARSON, N.I.; STORY, M. Interventions for weight gain prevention during the transition to young

adulthood: a review of the literature. **Journal of Adolescent Health**, v.50, n.4, p. 324-333, 2012.

LASKA, M.N.; LYTLE, L.A.; MOE, S.G.; LINDE, J.A.; HANNAN, P.J. Results of a 2-year randomized, controlled obesity prevention trial: Effects on diet, activity and sleep behaviors in an at-risk young adult population. **Preventive Medicine**, v.89, p. 230-236, 2016.

LAVELLE, F.; SPENCE, M.; HOLLYWOOD, L.; MCGOWAN, L.; SURGENOR, D.; MCLOAT, A.; MOONEY, E.; CARAHER, M.; RAATS, M.; DEAN, M. Learning cooking skills at different ages: a cross-sectional study. **International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity**, v.13, 2016.

MCGOWAN, L.; POT, G.K.; STEPHEN, A.M.; LAVELLE, F.; SPENCE, M.; RAATS, M.; HOLLYWOOD, L.; MCDOWELL, D.; MCCLOAT, A.; MOONEY, E.; CARAHER, M.; DEAN, M. The influence of socio-demographic, psychological and knowledge-related variables alongside perceived cooking and food skills abilities in the prediction of diet quality in adults: a nationally representative cross-sectional study. **International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity**, v.13, p. 111, 2016.

MICHAUD, P. **Development and evaluation of instruments to measure the effectiveness of a culinary and Nutrition education program**. 2007. Thesis (Master of Science Food, Nutrition, and Culinary) – Clemson University, Clemson, SC, USA, 2007.

MILLS, S., WHITE, M., BROWN, H., WRIEDEN, W., KWASNICKA, D., HALLIGAN, J., ROBALINO, S., ADAMS, J. Health and social determinants and outcomes of home cooking: A systematic review of observational studies. **Appetite**, v. 111, p. 116 – 134, 2017a.

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**, v. 109, n. 14, p. 1-11, 2017b.

MURRAY, D.W.; MAHADEVAN, M.; O'CONNOR, K.; FISSINGER, A.; BAILEY, D.; CASSARA, E. 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.

NANNEY, M.S.; LYTTLE, L.A.; FARBAKHS, K.; MOE, S.G.; LINDE, J.A.; GARDNER, J. K.; LASKA, M.N. Weight and weight-related behaviors among 2-year college students. **Journal American College Health**, v.63, p. 221–229, 2015

NELSON, M. C.; STORY, M.; LARSON, N. I.; NEUMARK-SZTAINER, D.; LYTTLE, L.A. Emerging adulthood and college aged youth: an overlooked age for weight-related behavior change. **Obesity**, v.16, n.10, p. 2205-2211, 2008.

PAPADAKI, A.; HONDROS, G. A.; SCOTT, J.; KAPSOKEFALOU, M. Eating habits of University students living at, or away from home in Greece. **Appetite**, v.49, n.1, p.169-176, 2007.

PEARCEY, S.M.; ZHAN, G. Q. A comparative study of American and Chinese college students' motives for food choices. **Appetite**, v. 123, p.325-333, 2018.

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.

POPE, L.; HANSEN, D.; HARVEY, J. Examining the Weight Trajectory of College Students. **Journal of Nutrition Education and Behavior**, v. 49, n. 2, p. 137-141, 2017.

RACETTE, S.B.; DEUSINGER, S.S.; STRUBE, M.J.; HIGHSTEIN, G.R.; DEUSINGER, R.H. Weight Changes, Exercise, and Dietary Patterns During Freshman and Sophomore Years of College. **Journal of American College Health**, v. 53, n. 6, p. 245-251, 2005.

RIDDELL, L.J.; ANG, B.; KEAST, R.S.J.; HUNTER, W. Impact of living arrangements and nationality on food habits and nutrient intakes in young adults. **Appetite**, v.56, n.3, p. 726–731, 2011.

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. 45, p. 1-10, 2013.

SOLIAH, L.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.

SZABO, M. Foodwork or foodplay? Men's domestic cooking, privilege and leisure. **Sociology**, v.47, n.4, p. 623-638, 2012.

UTTER, J.; LARSON, N.; LASKA, M.N.; WINKLER, M.; NEUMARK-SZTAINER, D. Self-Perceived Cooking Skills in Emerging Adulthood Predict Better Dietary Behaviors and Intake 10 Years Later: A Longitudinal Study. **Journal of Nutrition Education and Behavior**, v.50, n.5, p. 494-500, 2018.

TIWARI, A.; AGGARWAL, A.; TANG, W.; DREWNOWSKI, A. Cooking at Home: a Strategy to Comply With U.S. Dietary Guidelines at No Extra Cost. **American Journal of Preventive Medicine**, v. 52, n.5, p. 616-624, 2017.

THORPE, M.G.; KESTIN, M.; RIDDELL, L.J.; KEAST, R.S.; MCNAUGHTON, S.A. Diet quality in young adults and its association with food-related behaviours. **Public Health Nutrition**, v.17, n.8, p.1767-1775, 2014.

VADEBONCOEUR, C.; TOWNSEND, N.; FOSTER, C. A meta-analysis of weight gain in first year university students: is freshman 15 a myth? **BMC Obesity**, v 2, p. 1–9, 2015.

VAN DER HORST, K; BRUNNER, T. A., SIEGRIST, M. Ready-meal consumption: associations with weight status and cooking skills. **Public Health Nutrition**, v.12, n. 02, p. 239-45, 2011.

WARMIN, A. **Cooking with a Chef: a culinary nutrition intervention for college aged students**. 2009. Thesis (Master of Science Food, Nutrition, and Culinary) – Clemson University, Clemson, SC, USA, 2009.

WARMIN; A.; SHARP, J.; CONDRASKY, M.D. Cooking With a Chef: a culinary nutrition program for college aged students. **Topical in Clinical Nutrition**, v. 27, n.2, p. 164-173, 2012.

WILCOX, S.; PARROTT, A.; BARUTH, M.; LAKEN, M.; CONDRASKY, M.; SAUNDERS, R.; DOWDA, M.; EVANS, R.; ADDY, C.; WARREN, T.; KINNARD, D.; ZIMMERMAN, L. The Faith, Activity, and Nutrition Program. A randomized controlled trial in African American churches. **American Journal of Preventive Medicine**, v. 44, n. 2, p. 122-131, 2013.

WILSON, C.K.; MATTHEWS, J.I.; SEABROOK, J.A. DWORATZEK, P.D.N. Self-reported food skills of university students. **Appetite**, n.108, p. 270-276, 2017.

WOLFSON, J. A.; BLEICH, S. N. Is cooking at home associated with better diet quality or weight-loss intention? **Public Health Nutrition**, v.18, p. 1397-1406, 2015a.

WOLFSON, J.A.; BLEICH, S.N. Fruit and vegetable consumption and food values: National patterns in the United States by Supplemental Nutrition Assistance Program eligibility and cooking frequency. **Preventive Medicine**, v.76, p. 1-7, 2015b.

WOLFSON, J.A., SMITH, K.G., FRATRAROLI, S., BLEICH, S.N. Public perceptions of cooking and the implications for cooking behaviour in the USA. **Public Health Nutrition**, v. 9, n. 19, p.1606-15, 2016

WORSLEY, A.; WANG, W.; ISMAIL, S.; RIDLEY, S. Consumers' interest in learning about cooking: the influence of age, gender and education. **International Journal of Consumer Studies**, v.38, n.3, p. 258-264, 2014.

WRIEDEN, W.L.; ANDERSON, A.S.; LONGBOTTOM, P.J.; STEAD, V.K.; CARAHER, M.; LANG, T.; GRAY, B.; DOWLER, E. The impact of a community-based food skills intervention on cooking confidence, food preparation methods and dietary choices - an exploratory trial. **Public Health Nutrition**, v.10, n.2, p. 203-211, 2007.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS E CONCLUSÕES

O presente estudo integra o grande projeto de Habilidades Culinárias e alimentação saudável: identificação, intervenção culinária e avaliação, na linha de pesquisa de Qualidade na Produção de Refeições, desenvolvida pelo Núcleo de Pesquisa de Nutrição em Produção de Refeições (NUPPRE), e se propôs a explorar a dimensão do comportamento culinário entre estudantes universitários, buscando associação com características pessoais e sociodemográficas.

Como nutricionista formada em 2006 pela Universidade Federal de Santa Catarina, atuando há mais de 10 anos na área de produção de refeições, a opção de retornar à academia para a pós-graduação veio acompanhada por uma prática recheada de indagações sobre o envolvimento dos indivíduos com a sua alimentação e como o estímulo ao preparo de refeições, evidenciado em estudos nacionais e internacionais, é uma possibilidade a ser explorada e incentivada para aumentar a qualidade de vida e o autocuidado do brasileiro.

Na construção do estado da arte deste estudo, pôde-se entender que, apesar de muitos autores apontarem um possível declínio das habilidades culinárias e menor frequência de preparo de refeições em casa, sua relação com variáveis sociodemográficas e pessoais ainda não é clara e muitas vezes contraditória, em especial pela falta de utilização de instrumentos validados e pela lacuna da utilização do comportamento culinário como desfecho, dificultando a avaliação da influência da variável individual. Buscou-se, assim, esclarecer possíveis características pessoais e sociodemográficas que possam influenciar o comportamento culinário dos universitários ingressantes, sugerindo-se um rol ainda maior do que o encontrado na literatura.

Conforme resultados deste estudo, pôde-se entender que o comportamento culinário dos universitários ingressantes brasileiros está acima da média da escala, porém, com resultados ainda muito próximos desse ponto, sugerindo que esse público, em geral, pode ser incentivado a aumentar a frequência de preparo de refeições em casa. Os universitários ingressantes ainda são caracterizados, em estudos internacionais e nacionais, por sua tendência a ter hábitos alimentares de menor qualidade nutricional.

As limitações deste estudo estão ligadas à primeira etapa da pesquisa e que são inerentes aos métodos que foram utilizados. Em relação à população alvo do estudo, proveniente de uma única universidade pública, não permite a generalização dos resultados. Todavia, a região Sul do Brasil possui o terceiro maior percentual do país

de alunos matriculados, segundo censo de Educação Superior de 2012. Deste total, mais de 30% estão matriculados em universidades públicas, sendo a Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC) a maior do estado, tanto em número de população acadêmica quanto de número de cursos. A universidade escolhida possui cerca de 30 mil alunos matriculados em cursos de graduação presencial oriundos de várias regiões do país e inclusive de outros países (UFSC, 2015; INEP, 2017).

Outra limitação relativa ao método empregado foi a do possível viés de informação do questionário autorrelatado. No entanto, medidas autorreferidas de peso e de altura têm sido consideradas válidas em estudos epidemiológicos e podem ser utilizadas para melhorar a precisão dos dados coletados (SPENCER et al., 2002; EKSTRÖM; NILSSON; BERGSTRÖM, 2015; HASTUTI; RAHMAWATI; SURIYANTO, 2017). Ressalta-se ainda que, durante a identificação de estudos na busca sistemática da literatura, a maioria dos estudos trabalhou com dados autorreferidos para aferir habilidades culinárias e caracterização da amostra.

A falta de consenso metodológico em conceituar o comportamento culinário dificultou a discussão para caracterizar esta dimensão das habilidades culinárias dentre o público universitário, especialmente por envolver o conceito de cozinhar, sendo que alguns estudos apontam que uma maior frequência de preparo de refeições em casa pode envolver maior uso de produtos ultraprocessados ou prontos para consumo (CARAHER; LANG, 1999; WRIEDEN et al., 2007; ADAMS et al., 2015; GARCIA; SVOBODA; RUIZ, 2016; CUNHA et al., 2018). Contudo, destaca-se o uso de instrumento validado e o conceito de comportamento culinário construído com o uso de alimentos a partir do zero e técnicas culinárias básicas, o que pode significar um padrão alimentar de maior qualidade nutricional.

As variáveis demográficas ou pessoais foram categorizadas baseadas em literatura disponível, porém, variáveis pessoais como disponibilidade de tempo para cozinhar podem apresentar dificuldade de interpretação, com respostas que podem considerar apenas o preparo, até respostas que consideram o tempo de planejamento, compras e limpeza da cozinha. Em uma nova aplicação do instrumento, sugere-se um comentário explicativo para auxiliar o respondente nesta questão.

O instrumento utilizado possui uma série de variáveis que exploram as habilidades culinárias dos respondentes e permite novas relações com características sociodemográficas, mais específicas no âmbito da culinária, como disponibilidade de utensílios de cozinha e

conhecimento de técnicas culinárias. Sugere-se que novos estudos possam explorar também essas outras possibilidades.

Através dos resultados encontrados, percebeu-se que há um perfil de jovens, prioritariamente do sexo masculino, que referem não saber cozinhar, que apresentam pouco tempo disponível para cozinhar e que costumam fazer a principal refeição fora de casa. Contudo, pode-se incluir neste perfil estudantes que tenham menos de uma hora disponível para cozinhar e que autorreferem não saber cozinhar, uma vez que foram os menores resultados encontrados dentro da escala de comportamento culinário dentro de casa.

Nesse cenário, sugere-se que estes resultados possam ajudar a delinear novas estratégias de intervenção ou de maior divulgação das habilidades culinárias, estimulando o desenvolvimento de intervenções com foco no desenvolvimento das habilidades culinárias, utilizando alimentos a partir do zero. Ainda, estratégias de educação em culinária, que envolvam conhecimento de receitas, insumos, instrumentos e técnicas que possam diminuir o tempo de preparo das receitas, aproveitando melhor o pouco tempo disponível para cozinhar.

REFERÊNCIAS

ADAMS, J.; SIMPSON, E.; PENN, L.; ADAMSON, A.; WHITE, M. Research to support the evaluation and implementation of adult cooking skills interventions in the UK: phase 1 report. Newcastle upon Tyne: **Public Health Research Consortium**; 2011.

ADAMS, J.; GOFFE, L.; ADAMSON, A. J.; HALLIGAN, J.; O'BRIEN, N.; PURVES, R.; STEAD, M.; STOCKEN, D.; WHITE, M. Prevalence and socio-demographic correlates of cooking skills in UK adults: cross-sectional analysis of data from the UK National Diet and Nutrition Survey. **International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity**, v.12, n. 99, p.1-13, 2015.

ABDULL HAKIM, N.H.; MUNIANDY, N.D.; DANISH, A. Nutritional status and eating practices among university students in selected universities in Selangor, Malaysia. **Asian Journal of Clinical Nutrition**, v.4, n. 3, p. 77-87, 2012.

ALFAWAZ, H.A. The relationship between fast food consumption and BMI among university female students. **Pakistan Journal of Nutrition**, v.11, n. 5, p.406-410, 2012.

AL-OTAIBI, H.H.; BASUNY, A.M. Fast food consumption associated with obesity/overweight risk among university female student in Saudi Arabia. **Pakistan Journal of Nutrition**, v.14, n.8, p. 511-516, 2015.

ARNETT, J.J. Emerging adulthood. A theory of development from the late teens through the twenties, **American Psychologist**, v. 55, n. 469, p. 480, 2000.

ARNETT, J.J.; ZUKAUSKIENÉ, R.; SUGIMURA, K. The new life stage of emerging adulthood at ages 18-29 years: implication for mental health. **The Lancet**: series adolescent mental health, v. 1, p. 569-576, 2014.

BARBOSA, J. B.; SANTOS, A. M.; BARBOSA, M.M; BARBOSA, M.M.; CARVALHO, C.A.; FONSECA, P.C.A; FONSECA, J.M.; BARBOSA, M.C.L.; BOGEA, E.G.; SILVA, A.A.M. Metabolic syndrome, insulin resistance and other cardiovascular risk factors in

university students. **Ciência & Saúde Coletiva**, v.21, n.4, p.1123-1136, 2016.

BARNES, S. P.; BROWN, K. M.; MCDERMOTT, R. J.; BRYANT, C. A.; KROMREY, J. Perceived Parenting Style and the Eating Practices of College Freshmen, **American Journal of Health Education**.v.43, n.1, 2012.

BARTON, K. L.; WRIEDEN, W. L.; ANDERSON, A. S. Validity and reliability of a short questionnaire for assessing the impact of cooking skills interventions. **Journal of Human Nutrition and Dietetics**, v.24, n.6, 2011.

BAUM, C.L. The Effects of College on Weight: Examining the “Freshman 15” Myth and Other Effects of College Over the Life Cycle. **Demography**, v. 54, p. 311–336, 2017.

BASQUEROTO, E.P. **Qualidade nutricional dos produtos comercializados em uma Universidade Pública do Sul do Brasil**.2013. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) - Curso de Nutrição, Departamento de Nutrição, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2013.

BECERRA-BULLA, F.; PINZÓN-VILLATE, G.; VARGAS-ZARATE, M.; MARTINEZ-MARTIN E.M; CALLEJAS-MALPICA, E.F. Cambios en el estado nutricional y hábitos alimentarios de estudiantes universitarios. Bogotá, D.C.2013. **Revista Facultad de Medicina de Bogotá**, v. 64, n.2, p. 249-256, 2016.

BECHARA, E. **Dicionário da língua portuguesa**. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 2011.

BEGLEY, A.; GALLEGOS, D. What's cooking for dietetics? A review of the literature. **Nutrition and Dietetics**, v. 67, n.1, p. 26-30, 2010.

BERGE, J.M.; MACLEHOSE, R. F.; LARSON, N.; LASKA, M.; NEUMARK-SZTAINER, D. Family Food Preparation and Its Effects on Adolescent Dietary Quality and Eating Patterns. **Journal of Adolescent Health**, v. 59, p. 530-536, 2016.

BERNARDO, G. L. **Avaliação do impacto de intervenções sobre habilidades culinárias nas práticas alimentares de estudantes universitários.** Tese (Doutorado em Nutrição) – Programa de Pós-Graduação em Nutrição, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, SC, 2017a.

BERNARDO, G.L.; JOMORI, M. M.; FERNANDES, A.C.; PROENÇA, R.P.C. Food intake of university students: A narrative review. **Revista de Nutricao**, 2017b.

BEZERRA, I.N.; SOUZA, A.M.; PEREIRA, R.A.; SICHIERI, R. Consumption of foods away from home in Brazil. **Revista de Saúde Pública**, v. 47, n.1, 2013.

BEZERRA, I.N.; CURIONI, C.; SICHIERI, R. Association of eating out of home and body weight. **Nutrition Reviews**, v. 70, p. 65–79, 2012.

BEVAN, A. L.; HARTWELL, H.; HEMINGWAY, A.; PROENÇA, R. P. C. An exploration of the fruit and vegetable foodscape in a university setting for staff. **British Food Journal**, v. 117, n.1, p. 37-49, 2015.

BIELEMANN, R.M.; MOTTA, J.V.S; MINTEN, G.C.; HORTA, B.L.; GIGANTE, D.P. Consumo de alimentos ultraprocessados e impacto na dieta de adultos jovens. **Revista de Saúde Pública**. v. 49, n. 28, p.1-10, 2015.

BLICHFELDT, B.S.; GRAM, M. Lost in Transition? Student food consumption. **Higher Education**, v.63, n.65, p. 277–289, 2013.

BONITA R, BEAGLEHOLE R, KJELLSTROM T. **Epidemiologia Básica**. 2ª ed. São Paulo: Grupo Editorial Nacional; 2010.

BRASIL. Ministério da Educação. Ministério da Saúde. Ministério do Desenvolvimento Social. **Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas**. Brasília: Ministério da Educação. Ministério da Saúde. Ministério do Desenvolvimento Social. 2012.

_____. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Guia alimentar para a população brasileira: promovendo a alimentação saudável**. 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde. 2014. 156p.

_____. Ministério da Saúde. Vigilatel Brasil 2017. Vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico. Brasília (DF): Ministério da Saúde; 2017. Disponível em: <http://bvsmis.saude.gov.br/bvs/publicacoes/vigitel_brasil_2017.pdf>. Acesso em: 06 jun. 2018.

BRIGGS, A.D.; MYTTON, O.T.; KEHLBACHER, A.; TIFFIN, R.; RAYNER, M.; SCARBOROUGH, P. Overall and income specific effect on prevalence of overweight and obesity of 20% sugar sweetened drink tax in UK: econometric and comparative risk assessment modelling study. **BMJ Open**, v. 347, 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.

BURTON, M., REID, M., WORSLEY, A., MAVONDO, F., Food skills confidence and household gatekeepers' dietary practices. **Appetite**, v.108, p.183-190, 2017.

BUSCOT, M.; THOMSON, J.R.; JUONALA, M.; SABIN, M.A.; BURGNER, D.P.; LEHTIMÄKI, T.; HUTRI-KÄHÖNEN, N.; VIKARI, J.S.A.; JOKINEN, E.; TOSSAVAINEN, P.; LAITINEN, T. RAITAKARI, O.T; MAGNUSSEN, C.G. BMI trajectories associated with resolution of elevated youth BMI and incident adult obesity. **Pediatrics**, v.141, n. 1, 2017.

BYRD-BREDBENNER, C. Food preparation knowledge and attitudes of young adults. implications for nutrition practices. **Topical in Clinical Nutrition**, v.19, n.2, p.154-163, 2004.

_____. Food preparation knowledge and confidence of young adults. **Journal of Nutrition in Recipe and Menu Development**, v.3, n.3/4, p. 37-50, 2005.

CARAHER, M.D.P.; DIXON, P.; LANG, T.; CARR-HILL, R. The state of cooking in England: The relationship of cooking skills to food choice. **British Food Journal**, v. 101, n.8, p.590-609, 1999.

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, n.3, p. 89–100, 1999.

CARAHER, M.; LANG, T.; DIXON, P. The influence of TV and celebrity chefs on public attitudes and behaviour among the English public. **Association for the Study of Food in Society Journal**, v.4, n. 1, p.27–46, 2000.

CARAHER, M.; SEELEY, A. Cooking in schools: Lessons from the UK. **Journal of the Economics Institute of Australia**, v. 17, n. 1, p. 2-9, 2010.

CDC. National Center for Health Statistics (NCHS). **National Health and Nutrition Examination Survey Data**, Hyattsville, MD: U.S. DHHS, CDC; 2007-2008.

CONDRASKY, M. Cooking with a Chef. **Journal of Extension**, v. 44, n.4, p.1-6, 2006.

CONDRASKY, M.D.; GRIFFIN, S. Culinary nutrition education model increases cooking at home. **Journal of American Dietetic Association**, v. 107, n. 8 (suppl. 1: A11), 2007.

CONDRASKY, M.D.; GRIFFIN, S.G.; CATALANO, P.M.; CLARK, C. A formative evaluation of the Cooking with a Chef program. **Journal of Extension**, v. 48, n. 2, p. 1-18, 2010.

CONDRASKY, M.D.; HEGLER, M. How Culinary Nutrition can save the health of a Nation. **Journal of Extension**, v.48, n. 2, p. 1-6, 2010.

CONDRASKY, M.D.; WILLIAMS, J.E.; CATALANO, P.M.; GRIFFIN, S.F. Development of psychosocial scales for evaluation the impact of a Culinary Nutrition Education program on cooking and healthful eating. **Journal of Nutrition Education and Behavior**, v. 43, n. 6, p. 511-516, 2011.

CONDRASKY, M.D.; BARUTH, M.; WILCOX, S.; CARTER, C.; JORDAN, J.F. Cooks training for Faith, Activity, and Nutrition project with AME churches in SC. **Journal of Evaluation and Program Planning**, v. 37, p. 43-49, 2013.

COOPER, M.J.; MEZZABOTTA, L.; MURPHY, J. Food and Culinary Knowledge and Skills: Perceptions of Undergraduate Dietetic Students. **Canadian Journal of Dietetic Practice and Research**, v. 78, n. 1, p. 42-44, 2017.

COSTA, L. da C. F.; VASCONCELOS, F. A.G. Prevalência e fatores associados ao estado nutricional de universitárias ingressantes em Florianópolis, SC. **Brazilian Journal of Kinanthropometry**, v.15, n.3, 2012.

CROMBIE, A.P.; ILICH, J.Z.; DUTTON, G.R.; PANTON, L.B.; ABOOD, D.A. The freshman weight gain phenomenon revisited. **Nutrition Reviews**, v. 67, n.2, p.83–94, 2009.

CUNHA, D.B.; BEZERRA, I.N.; PEREIRA, R. A.; SICHIERI, R. At-home and away-from-home dietary patterns and BMI z-scores in Brazilian adolescents. **Appetite**, v 120, p 374-380, 2018.

DANIELS, S; GLORIEUX, I.; MINNEN, J.; VAN TIENOVEN, T.P. More than preparing a meal? Concerning the meanings of home cooking. **Appetite**, v.58, n.3, p.1050-6, 2012.

DANIELS, S.; GLORIEUX, I.; MINNEN, J.; TIENOVEN, T.P. WEENAS, D. Convenience on the menu? A typological conceptualization of family food expenditures and food-related time patterns. **Social Science Research**, v.51, n.2, p. 205–218, 2015.

DE BACKER, C.J.S. Family meal traditions. Comparing reported childhood food habits to current food habits among university students. **Appetite**, n. 69, p. 64-70, 2013.

DE PIERO, A.; BASSETT, N.; ROSSI, A.; SAMMÁN, N. Tendencia en el consumo de alimentos de estudiantes universitarios. **Nutrición Hospitalaria**, v.31, n.4, p. 1824-1831, 2015.

DEFORCHE, B.; DYCK, D.V.; DELIENS, T.; DE BOURDEAUDHUIJ, I. Changes in weight, physical activity, sedentary behaviour and dietary intake during the transition to higher education: a prospective study. **International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity**, v. 12, n. 16, p. 1-10, 2015.

DELAYCO, M; LUISA, C.; BIANA, H.T. Dine in or out: Understanding the Budgeting of Eating Out Behavior of De La Salle University Students. **DLSU Business & Economics Reviews**, v. 24, n.2, 2015.

DELIENS, T.; CLARYS, P.; BOURDEAUDHUIJ, I.; DEFORCHE, B. Weight, socio-demographics, and health behaviour related correlates of academic performance in first year university students. **Nutrition Journal**, v. 12, n.162, p. 1-9, 2013;

DELIENS, T.; CLARYS, P.; DE BOURDEAUDHUIJ, I.; DEFORCHE, B. Determinants of eating behaviour in university students: A qualitative study using focus group discussions. **BMC Public Health**, v.14, n.53, 2014.

DIEZ-GARCIA, R. W.; CASTRO, I. R. R. D. A culinária como de estudo e de intervenção no campo da alimentação e nutrição. **Ciência e Saúde Coletiva**, v. 16, n.1, p. 91-98, 2011.

DOORIS, M.; DOHERTY, S. Healthy universities--time for action: a qualitative research study exploring the potential for a national programme. **Health Promotion Intervention**, v. 25, n. 1, p. 94-106, 2010.

DOHERTY, S.; CAWOOD, J.; DOORIS, M. Applying the whole-system settings approach to food within universities. **Perspectives in Public Health**, v. 131, n. 5, p.217-224, 2011.

DOHLE, S; RALL, S.; SIEGRIST, M. Does Self-Prepared Food Taste Better? Effects of Food Preparation on Liking. **Health Psychology**, v.35, n. 5, p.500-508, 2016.

DUCROT, P.; MÉJEAN, C.; ALLÈS, B.; FASSIER, P.; HERCBERG, S.; PÉNEAU, S. Motives for dish choices during home meal preparation: results from a large sample of the NutriNet-Santé study

International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity, v.12, n.120,2015.

DRISKELL, J.A.; MECKNA, B.R.; SCALES, N.E. Few differences found in the typical eating and physical activity habits of lower-level and upper-level university student. **Journal of the American Dietetic Association**, v.105, n.5, p. 798-801, 2005.

EL ANSARI, W.; BERG-BECKHOFF, G. Nutritional correlates of perceived stress among university students in Egypt. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 12, n. 11, p. 14164-14176, 2015.

EL ANSARI, W.; STOCK, C.; MIKOLAJCZYK, R.T. Relationships between food consumption and living arrangements among university students in four European countries – a cross-sectional study. **Nutrition Journal**, v. 28, n.11, 2012.

EKSTRÖM, S.; KULL, I.; NILSSON, S.; BERGSTRÖM, A. Web-Based Self-Reported Height, Weight, and Body Mass Index Among Swedish Adolescents: A Validation Study. **Journal of Medical Internet Research**, v. 17, n.3, 2015.

EVAGELOU, E.; VLACHOU, E.; POLIKANDRIOTI, M.;DOUSIS, E., KYRITSI, E.Exploration of Nursing students' dietary habits.**Health Science Journal**, v.8, n.4, p. 452-468. 2014.

FEITOSA, E.P.S.; DANTAS, C.A.O.; ANDRADE-WARTHA, E.R.S.; MARCELLINI, P.M.; MENDES-NETTO, R.S. Hábitos alimentares de estudantes de uma universidade pública. **Alimentos e Nutrição**, v.21, n.2, p.225-230, 2010.

FRANKO, D. L.; COUSINEAU, T. M.; TRANT, M.; GREEN, T. C.; RANCOURT, D.; THOMPSON, D.; ICCAZZO, M. Motivation, self-efficacy, physical activity and nutrition in college students: Randomized controlled trial of an internetbased education program. **Preventive Medicine**, v.47, n.4, p. 369-377, 2008.

GARCIA, P.S.; SVOBODA, M.C.F.; RUIZ, E.S. Competencias culinarias y consumo de alimentos procesados o preparados en

estudiantes universitarios de Barcelona. **Revista Española de Salud Pública**, v. 90, p. 1-13, 2016.

GATLEY, A.; CARAHER, M.; LANG, T. A qualitative, cross cultural examination of attitudes and behaviour in relation to cooking habits in France and Britain. **Appetite**, v.75, p.71–81, 2014.

GIRZ, L.; POLIVY, J.; PROVENCHER, V.; WINTRE, M.G.; PRATT, M.W.; PANCER, S.M.; et al. The four undergraduate years. Changes in weight, eating attitudes, and depression. **Appetite**, v. 69, p. 145-150, 2013.

HADJIMBEI, H.;BOTSARIS, G.; GEKAS, V.; PANAYIOTOU, A.G..Adherence to the Mediterranean Diet and Lifestyle Characteristics of University Students in Cyprus: A Cross-Sectional Survey.**Journal of Nutrition and Metabolism**, 2016.

HALIMIC, A.; GAGE, H.; RAATS, M.; WILLIAMS, P. Effect of price and information on the food choices of women university students in Saudi Arabia: An experimental study. **Appetite**, v. 123, p. 175-182. 2017.

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

HEALTH CANADA. (2015). **A look at food skills in Canada**.

Retrieved from Dietitians of Canada. Disponível em:

<http://www.dietitians.ca/Downloads/Public/FoodSkills_FactSheet_EN_GFINAL.spx>. Acesso em: 21 mar. 2017.

HIVERT, M.F.; LANGLOIS, P.; BÉRARD, J.P.; CUERRIER, A.C.; CARPENTIER, A.C. Prevention of weight gain in young adults through a seminar-based intervention program. **International Journal of Obesity**, v.31, n.8, p. 1262–1269, 2007.

HILGER, J.; LOERBROKS, A.; DIEHL, K. Eating behaviour of university students in Germany: Dietary intake, barriers to healthy eating and changes in eating behaviour since the time of matriculation. **Appetite**, v. 109, p. 100-107, 2017.

HOUAISS, A.; VILLAR, M. S. **Dicionário Houaiss de Língua Portuguesa**. Elaborado pelo Instituto Antônio Houaiss de Lexicografia

e Banco de Dados da Língua Portuguesa S/C Ltda. Rio de Janeiro: Objetiva, 2009.

HU, P.; WU, T.; ZHANG, F. ZHANG, Y.; LU, L.; ZENG, H; SHI, Z.M.; SHARMA, M.; XUN, L.; ZHAO, Y. Association between Eating Out and Socio-Demographic Factors of University Students in Chongqing, China. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v.14, n. 11, 2017.

HUANG, T.T.; HARRIS, K.J.; LEE, R.E.; NAZIR, N.; BORN, W.; KAUR, H. Assessing overweight, obesity, diet, and physical activity in college students. **Journal of American College Health**, v.52, p. 83–86, 2003.

INEP. **Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira**. Disponível em: < <http://portal.inep.gov.br/>>. Acesso em: 20 mar. 2017.

JOMORI, M.M. **Adaptação transcultural e validação de um instrumento de identificação das habilidades culinárias e alimentação saudável em estudantes ingressantes de uma universidade brasileira**. Tese (Doutorado em Nutrição) – Programa de Pós-Graduação em Nutrição, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, SC, 2017.

JOMORI, M.M.; VASCONCELOS, F.A.G.; BERNARDO, G.L.; UGGIONI, P.L.; PROENÇA, R.P.C. The concept of cooking skills: a review with contributions to the scientific debate. **Revista de Nutrição**, v. 31, n. 1, 2018.

JONES, S.A.; WALTER, J.; SOLIAH, L., 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.

KABIR, A.; MIAH, S.; ISLAM, A. Factors influencing eating behavior and dietary intake among resident students in a public university in Bangladesh: A qualitative study. **PLoSOne**, v. 13, n.6, 2018.

KAYISOGLU, S.; İÇÖZ, A. Effect of gender on fast-food consumption habits of high school and university students in Tekirdag, Turkey. **Acta Alimentaria**, v. 43, n.1, 2014.

KARFOPOULOU, E.; BRIKOU, D.; MAMALAKI E.; BERSIMIS, F.; ANASTASIOU, C.A; HILL, J.; YANNAKOULIA, M. Dietary patterns in weight loss maintenance: results from the MedWeight study. **European Journal of Nutrition**, v.56, p. 991–1002, 2017.

KERRISON, D. A.; CONDRASKY, M.D. ; SHARP, J. L. Culinary nutrition education for undergraduate nutrition dietetics students, **British Food Journal**, v.119, n. 5, p. 1045-1051, 2017.

KIM, H.; HAN, S.N.; SONG, K.; LEE, H. Lifestyle, dietary habits and consumption pattern of male university students according to the frequency of commercial beverage consumptions. **Nutrition Research and Practice**.v.5, n. 2, p.124-131, 2011.

KINOUCI, O.; DIEZ-GARCIA, R.W.; HOLANDA, A.J.; ZAMBIANCHI, P.; ROQUE, A.C. The non-equilibrium nature of culinary evolution. **New Journal of Physiology**, v.10, p. 1-15, 2008.

KIT, B.; FAKHOURI, T.H.; PARK, S.; NIELSEN, S.J.; OGDEN, C.L. Trends in sugar sweetened beverage consumption among youth and adults in the United States: 1999–2010. **American Journal of Clinical Nutrition**, v. 98, p. 180–188, 2013.

KOWALKOWSKA, J.; POÍNHOS, R.; RODRIGUES, S. "Cooking skills and socio-demographics among Portuguese university students", **British Food Journal**, v. 120, n. 3, 2018.

KRAMER, R.F.; COUTINHO, A.J.; VAETH, E.; CHRISTIANSEN, K.; SURATKAR, S.; GITTELSON, J. Healthier home food preparation methods and youth and caregiver psychosocial factors are associated with lower BMI in African American youth. **Journal of Nutrition**, v.142, p.948–54, 2012.

LAM, M.C.L.; ADAMS, J. Association between home food preparation skills and behavior, and consumption of ultra-processed foods: Cross-sectional analysis of the UK National Diet and nutrition survey (2008-2009). **International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity**, v. 14, n. 68, 2017.

LANG, T.; CARAHER, M.; DIXON, P.; CARR-HILL, R. **Cooking skills and health**. London: Education Authority, 1999.

LANG, T.; CARAHER, M. Is there a culinary skills transition? Data and debate from the UK about changes in cooking culture. **Journal of the HEIA**, v. 8, n. 2, p. 2-14, 2001.

LARSON, N.I.; NEUMARK-SZTAINER, D.; HANNAN, P.J.; STORY, M. Trends in adolescent fruit and vegetable consumption, 1999–2004: project EAT. **American Journal of Preventive Medicine**, v 32, p. 147–150, 2007.

LARSON, N. I.; PERRY, C.L.; STORY, M.; NEUMARK-SZTAINER, D. Food preparation by young adults is associated with better diet quality. **Journal of American Dietetic Association**, v. 106, n.12, p. 2001-7, 2006.

LARSON, N. I.; NELSON, M.C.; NEUMARK-SZTAINER, D.; STORY, M.; HANNAN, P.J. Making time for meals: meal structure and associations with dietary intake in young adults. **Journal of American Dietetic Association**, v. 109, n. 1, p. 72-9, 2009.

LARSON, N.; NEUMARK-SZTAINER, D.; LASKA, M.N.; STORY, M. Young adults and eating away from home: associations with dietary intake patterns and weight status differ by choice of restaurant. **Journal American Dietetic Association**, v.111, p. 1696–1703, 2011.

LARSON, N.; LASKA, M.N.; STORY, M.; NEUMARK-SZTAINER, D. Predictors of fruit and vegetable intake in young adulthood. **Journal of the Academy of Nutrition and Dietetic**, v.112, n.8, p. 1216-1222, 2012.

LASKA, M.N.; LARSON, N.I.; NEUMARK-SZTAINER, D.; STORY, M. Dietary patterns and home food availability during emerging adulthood: do they differ by living situation? **Public Health Nutrition**, v. 13, n. 2, p. 222–228, 2009.

LARSON, N.; LASKA, M.N.; STORY, M.; NEUMARK-SZTAINER, D. Predictors of fruit and vegetable intake in young adulthood. **Journal**

of the **Academy of Nutrition and Dietetic**, v. 112, n.8, p. 1216-1222, 2012.

LASKA, M.N.; LYTLE, L.A.; MOE, S. G.; LINDE, J.A.; HANNAN, P.J. Results of a 2-year randomized, controlled obesity prevention trial: Effects on diet, activity and sleep behaviors in an at-risk young adult population. **Preventive Medicine**, v.89, p. 230-236, 2016.

LAVELLE, F.; SPENCE, M.; HOLLYWOOD, L.; MCGOWAN, L.; SURGENOR, D.; MCCLOAT, A.; MOONEY, E.; CARAHER, M.; RAATS, M.; DEAN, M. Learning cooking skills at different ages: a cross-sectional study. **International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity**, v.13, 2016.

LAW, B. Teaching university students to cook, to improve their diet: A pilot study at Nottingham Trent University., **International Journal of Health promotion and Education**, v.51, n.3, p. 161-168, 2013.

LEAL, F.M.; OLIVEIRA, B.M.; RODRIGUES, S.S.P. Relationship between cooking habits and skills and Mediterranean diet in a sample of Portuguese adolescents. **Perspectives in Public Health**, v.131, p. 283-287, 2011.

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. 294-304, 2016.

LEWIS, C.E.; JACOBS, D.R.; MCCREATH, H.; KIEFE, C.I.; SCHREINER, P.J.; SMITH, D.E.; WILLIAMS, O.D. Weight gain continues in the 1990s: 10-year trends in weight and overweight from the CARDIA study. Coronary Artery Risk Development in Young Adults. **American Journal of Epidemiology**, v.151, p.1172–1181, 2000.

LORENZINI, R.; BETANCUR-ANCONA, D.A.; CHEL-GUERRERO, L.A.; SEGURA-CAMPOS, M.C.; CASTELLANOS-RUELAS, A.F. Estado nutricional en relación con el estilo de vida de estudiantes universitarios mexicanos. **Nutrición Hospitalaria**, v.32, n.1, p.94-100, 2015.

LYON, P.; SYDNER, Y.M.; FJELLSTROM, C.; JANHONEN-ABRUQUAH, H.; SCHRODER, M.; COLQUHOUN, A. Continuity in the kitchen. How younger and older women compare in their food practices and use of cooking skills. **International Journal of Consumer Studies**, v. 35, n. 5, p.529–537, 2011.

MALIK, V.S.; WILLET, W.C; HU, F.B. Global Obesity: trends, risk factors and policy implications. **Nature Review Endocrinology**, v. 9, p.13-27, 2013.

MARCHIONI, D.M.L.; MENDES, A.; GORGULHO, B.; STELLA, R.H.; FISBERG, R. M. Densidade energética da dieta e fatores associados: como está a população de São Paulo? **Arquivos Brasileiros de Endocrinologia e Metabolismo**, v.56, n. 9, 2012.

MARCONDELI, P., COSTA THM, SCHMITZ BAS. Nível de atividade física e hábitos alimentares de universitários do 3º ao 5º semestre da área da saúde. **Revista de Nutrição**, v. 21, n. 1, p. 39-47, 2008.

MCLAUGHLIN, C.; TARASUK, V.; KREIGER, N. An examination of at-home food preparation activity among low-income, food-insecure women. **Journal of American Dietetic Association**, v.103, n.1, p.1506–12, 2013.

MCGOWAN, L.; CARAHER, M; RAATS, M.; LAVELLE, F.; HOLLYWOOD, L.; MCDOWELL, D.; SPENCE, M.; MCCLOAT, A.; MOONEY, E.; DEAN, M. Domestic Cooking and Food Skills: A Review. **Critical Reviews in Food Science and Nutrition**, 2015.

MCGOWAN, L.; POT, G.K.; STEPHEN, A.M.; LAVELLE, F; SPENCE, M.; RAATS, M.; HOLLYWOOD, L.; MCDOWELL, D.; MCCLOAT, A.; MOONEY, E.; CARAHER, M.; DEAN, M. The influence of socio-demographic, psychological and knowledge-related variables alongside perceived cooking and food skills abilities in the prediction of diet quality in adults: a nationally representative cross-sectional study. **International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity**, v.13, p. 111, 2016.

McMULLEN, J.; ICKES, M.; NOLAND, M.; ERWIN, H.; HELME, D. Development of “College CHEF,” a Campus-based Culinary Nutrition Program. **American Journal of Health Education**, v. 48, n. 1, p. 22-31, 2017.

MESSER E. Perspectivas antropológicas sobre la dieta. In: Contreras J, organizador. Alimentación y cultura: necesidades, gustos y costumbres. Barcelona: **Publicaciones Universitat de Barcelona**, p. 27-81, 1995.

MICHAUD, P. **Development and evaluation of instruments to measure the effectiveness of a culinary and Nutrition education program**. 2007. Thesis (Master of Science Food, Nutrition, and Culinary) – Clemson University, Clemson, SC, USA, 2007.

MILLS, S., WHITE, M., BROWN, H., WRIEDEN, W., KWASNICKA, D., HALLIGAN, J., ROBALINO, S., ADAMS, J. Health and social determinants and outcomes of home cooking: A systematic review of observational studies. **Appetite**. v. 111, p. 116 – 134. 2017a.

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**, v. 109, n. 14. p. 1-11. 2017b.

MINAYO, M.C.S.; SANCHES, O. Quantitativo-qualitativo: oposição ou complementaridade? **Cadernos de Saúde Pública**, v. 19, n. 3, p. 239-262, 1993.

MONSIVAIS, P.; AGGARWAL, A.; DREWNOWSKI, A. Time spent on home food preparation and indicators of healthy eating. **American Journal of Preventive Medicine**, v.47, n. 6, p. 796–802, 2014.

MONTEIRO, C. A.; LEVY, R. B.; CLARO, R.M.; CASTRO, I. R. R.; CANNON, G. A new classification of foods based on the extent and purpose of their processing. **Caderno de Saude Publica**, v. 26, n. 11, p.2039-49, 2010.

MONTEIRO, C.A.; LEVY, R.B.; CLARO, R.M.; DE CASTRO, I.R.R.; CANNON, G. Increasing consumption of ultra-processed foods and likely impact on human health: Evidence from Brazil. **Public Health Nutrition**, v. 14, p. 5–13, 2011.

MOUBARAC, J.C.; MARTINS, A.P.B.; CLARO, R.M.; LEVY, R.B.; CANNON, G.; MONTEIRO, C.A. Consumption of ultra-processed foods and likely impact on human health. Evidence from Canada. **Public Health Nutrition**, v.16, p. 2240–2248, 2013.

MUNT, A.E.; PARTRIDGE, S.R.; ALLMAN-FARINELLI, M. The barriers and enablers of healthy eating among young adults: a missing piece of the obesity puzzle: a scoping review. **Obesity Reviews**, 2016.

MURRAY, D.W.; MAHADEVAN, M.; GATTO, K.; O’CONNOR, K.; FISSINGER, A.; BAILEY, D. et al. Culinary efficacy: an exploratory study of skills, confidence, and healthy cooking competencies among university students. **Perspective in Public Health**, v.136, n. 31, p.143-151, 2016.

MUSAIGER, A.O.; HAMMAD, S.S.; TAYYEM, R.F.; QATATSHEH, A. A.Socio-demographic and dietary factors associated with obesity among female university students in Jordan. **International Journal of Adolescent Medical Health**, v. 27, n. 3, 2015.

NANNEY, M. S.; LYTTLE, L. A.; FARBAKSH, K.; MOE, S. G.; LINDE, J. A.; GARDNER, J. K.; LASKA, M. N. Weight and weight related behaviors among 2-year college students. **Journal American College Health**, v.63, p: 221–229, 2015

NELSON, M. C.; STORY, M.; LARSON, N. I.; NEUMARK-SZTAINER, D.; LYTTLE, L.A. Emerging adulthood and college aged youth: an overlooked age for weight-related behavior change. **Obesity**, v.16, n.10, p. 2205-2211, 2008.

NELSON, S.A.; CORBIN, M.A.; NICKOLS-RICHARDSON, S.M. A Call for Culinary Skills Education in Childhood Obesity-Prevention Interventions: Current Status and Peer Influences. **Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics**, v. 113, n. 8, p. 1031-1036, 2013.

NEWMAN, V.A.; THOMSON, C.A.; ROCK, C.L.; FLATT, S.W.; KEALEY, S. BARDWELL, W.A.; CAAN, B.J.; PIERCE, J.P. Achieving substantial changes in eating behavior among women previously treated for breast cancer—an overview of the intervention. **Journal of American Dietetic Association**, v.105, p. 382-391, 2005.

OGDEN, C.L.; CARROLL, M.D.; KIT, B.K.; FLEGAL, K.M. Prevalence of Obesity in the United States, 2009–2010. **NCHS Data Brief**, n.82, p. 1-8, 2012.

ORNELLAS, L.H. **Técnica Dietética**: Seleção e preparo dos alimentos. 8. ed. São Paulo: Atheneu, 2006.

PAERATAKUL, S.; FERDINAND, D.P.; CHAMPAGNE, C.M.; RYAN, D.H.; BRAY, G.A. Fast-food consumption among US adults and children: dietary and nutrient intake profile. **Journal of American Dietetic Association**, v.103, p. 1332–1338, 2003.

PADAVINANGADI, A.; ZI XUAN, L.; CHANDRASEKARAN, N.; NURSYAHIRAH, J.; KUMAR, N.; JETTI, R. The Impact of Eating and Exercise Frequency on Weight Gain - A Cross-Sectional Study on Medical Undergraduate Students. **Journal of Clinical and Diagnostic Research**, v.11, n.2, IC01-IC03, 2017.

PAPADAKI, A.; HONDROS, G. A.; SCOTT, J.; KAPSOKEFALOU, M. Eating habits of University students living at, or away from home in Greece. **Appetite**, v.49, n.1, p.169-176, 2007.

PAPIER, K.; AHMED, F.; LEE, P.; WISEMAN, J. Stress and dietary behaviour among first-year university students in Australia: Sex differences. **Nutrition**, v. 31, n. 2, 2015.

PATTON, G. C., COFFEY, C., CAPP, C., CURRIE, D., RILEY, L., GORE, F., DEGENHARDT, L.; RICHARDSON, D.; ASTONE, N.; SANGOWAWA, A.O.; MOKDAD, A.; FERGUSON, J. Health of the world's adolescents: A synthesis of internationally comparable data. **Lancet**, v. 379, n. 9826, p.1665-1675, 2012

PEARCEY, S.M.; ZHAN, G.Q. A comparative study of American and Chinese college students' motives for food choice. **Appetite**, v. 123, p. 325-333, 2018.

PEMBER, S.E.; KNOWLDEN, A.P. Dietary Change Interventions for Undergraduate Populations: Systematic Review and Recommendations. **American Journal of Health Education**, v. 48, n. 1, p.48-57, 2017.

PETRIBÚ, M. de M.V.; CABRAL, P. C.C.; ARRUDA, I. K. G. Estado nutricional, consumo alimentar e risco cardiovascular: um estudo em universitários. **Revista de Nutrição**, v.22, n. 6, p. 837-846, 2009.

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.

PELLETIER, J.E.; LASKA, M.N. Balancing healthy meals and busy lives: associations between work, school, and family responsibilities and perceived time constraints among young adults. **Journal of Nutritional Education Behaviour**, v. 44, n. 6, p.481-9, 2012.

PEREIRA, M.A.; KARTASHOV, A.I.; EBBELING, C.B. Fast-food habits, weight gain, and insulin resistance (the CARDIA study): 15-yearprospective analysis. **Lancet**, v.365, p.36–42, 2005.

PÉRUSSE-LACHANCE, E.; TREMBLAY, A.; DRAPEAU, V.V. Lifestyle factors and other health measures in a Canadian university community. **Applied Physiology Nutrition and Metabolism**, v. 35, n. 4, p. 498–506, 2010.

PINARD, C.A., UVENA, L.M., QUAM, J.B., SMITH, T.M., YAROCH, A.L. Development and testing of a revised cooking matters for adults survey. **American Journal of Health Behavior**, v.39, n.6, p.866-873, 2015.

POOBALAN, A. S.; AUCOTTA, L.S.; CLARKEB, A.; SMITH W.C.S. Diet Behaviour among young people in transition to adulthood (18–25 year olds): a mixed method study. **Health Psychology & Behavioural Medicine**, v.2, n.1, p. 909–928, 2014.

POPE, L.; LATIMER, L. WANSINK, B. Viewers vs. Doers. The relationship between watching food television and BMI. **Appetite**, v.90, p. 131-135, 2015.

POPE, L.; HANSEN, D.; HARVEY, J. Examining the Weight Trajectory of College Students. **Journal of Nutrition Education and Behavior**, v. 49, n. 2, p. 137-141, 2017.

PRICE, T.T.; CARRINGTON, A.S.; MARGHEIM, L.; SERRANO, E. Teen Cuisine: Impacting Dietary Habits and Food Preparation Skills in

Adolescents. **Journal of Nutrition Education and Behavior**, v. 49, n.2, 2017.

PROENÇA, R. P. C. Desafios contemporâneos com relação à alimentação humana. **Nutrição em Pauta**, v.10, n. 52, p. 32-36, 2002.

PULZ, I.S. **Ambiente alimentar do campus sede da Universidade Federal de Santa Catarina**. 2014. Dissertação (Mestrado em Nutrição) – Programa de Pós-Graduação em Nutrição, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, SC, 2014.

PULZ, I.S.; MARTINS, P.A.; FELDMAN, C.; VEIROS, M. Are campus food environments healthy? A novel perspective for qualitatively evaluating the nutritional quality of food sold at foodservice facilities at a Brazilian university. **Perspectives in Public Health**, v. 137, n. 2, 2017.

QUIVY, R.; CAMPENHOUDT, L. **Manual de investigação em Ciências Sociais**. Lisboa: Gradiva, 1992. 282p.

RACETTE, S. B., DEUSINGER, S. S.; STRUBE, M. J.; HIGHSTEIN, G.R.; DEUSINGER, R. H. Weight changes, exercise, and dietary patterns during freshman and sophomore years of college. **Journal of American College Health**, v.53, n. 6, p. 245–251, 2005.

RACETTE, S. B.; DEUSINGER, S. S.; STRUBE, M. J.; HIGHSTEIN, G. R.; DEUSINGER, R. H. Changes in weight and health behaviors from freshman through senior year of college. **Journal of Nutritional Educational Behaviour**, v. 40, p.39–42, 2008.

REICKS, M.; TROFHOLZ, A.C.; STANG, J. S.; LASKA, M. N. Impact of cooking and home food preparation interventions among adults: outcomes and implications for future programs. **Journal of Nutrition Educational Behaviour**, v.46, n.4, p. 259–276, 2014.

RIDDELL, L.J.; ANG, B.; KEAST, R.S.J.; HUNTER, W. Impact of living arrangements and nationality on food habits and nutrient intakes in young adults. **Appetite**, v.56, n.3, p. 726–731, 2011.

RITA, H.A.K. **Desenvolvimento de receitas culinárias para aplicação em intervenção sobre habilidades culinárias com estudantes**

universitários no Brasil. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Nutrição) – Departamento de Nutrição, Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC), Florianópolis, 2016.

RODRIGUES, S.S.P.; OLIVEIRA, B.M.; DE ALMEIDA; M.D.V. Cooking practices of nutrition university students. *In*: EDWARDS, J.S.A.; HEWEDI, M. (Eds.). **Culinary Arts and Sciences III: Global and National Perspectives.** Southampton: Worshipful Company of Cooks Centerfor Culinary Research at Bournemouth University, 2001. p. 390-399.

RONTO, R., BALL, L.; PENDERGAST, D.; HARRIS, N. Adolescents' perspectives on food literacy and its impact on their dietary behavior. **Appetite**, v. 107, p. 549-557, 2016.

SANDOVAL, C.E.G.; BURKE, Y.D.; MENDIZABAL-RUIZ, A.P.; DÍAZ, E.M.; MORALES, J.A. Prevalencia de obesidad y perfil lipídico alterado en jóvenes universitários. **Nutrición Hospitalaria**, v. 29, n. 2, p. 315-321, 2014.

SARMUGAM, R.; WORSLEY, A. Current levels of salt knowledge: a review of the literature. **Nutrients**, v. 6, n.12, p 5534-5559, 2015.

SAVELLI, E.; MURMURA, F.; LIBERATORE, L.; CASOLANI, N.; BRAVI, L. Consumer attitude and behaviour towards food quality among the young ones: empirical evidences from a survey. **Total Quality Management**, 2017.

SERLACHIUS, A.; HAMER, M.; WARDLE, J. Stress and weight change in University students from United Kingdom. **Physiology and Behavior**, v.92, n.4, p. 548-553, 2007.

SHARMA, B.; HARKER, M.; HARKER, D.; REINHARD, K. Living independently and the impact on young adult eating behaviour in Germany. **British Food Journal**, v. 111, n. 5, p. 436-451, 2009.

SHORI, A.B.; FARDOS, M.A.; BOKHARI, M. Fast food consumption and increased body mass index as risk factors for weight gain and obesity in Saudi Arabia. **Obesity Medicine**, v. 8, p. 1-5, 2017.

SHORT, F. Domestic cooking practices and cooking skills: findings from an English study. **Food Service and Technology**, v. 3, n. 3-4, p. 177–85, 2003a.

_____. Domestic cooking skills - what are they? *Journal of the Home Economics Institute of Australia*, v. 10, n. 3, p. 13-22, 2003b.

SINGH, A.S.; MULDER, C.; TWISK, J.W.; VAN MECHELEN, W.; CHINAPAW, M.J. Tracking of childhood overweight into adulthood: a systematic review of the literature. **Obesity Review**, v. 9, n.5, p. 474–488, 2008.

SMALL, M.; BAILEY-DAVIS, L.; MORGAN, N.; MAGGS, J. Changes in eating and physical activity behaviors across seven semesters of college living on or off campus matters. **Health Education Behaviour**, v. 40, p. 435–441, 2012.

SMITH, K.J.; MCNAUGHTON, S.A.; GALL, S.L.; BLIZZARD, L.; DWYER, T.; VENN, A.J. Involvement of young Australian adults in meal preparation: cross-sectional associations with sociodemographic factors and diet quality. **Journal of American Dietetic Association**, v.110, n.9, p.1363-1367, 2010.

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. 45, p. 1-10, 2013.

SMITH, L.P.; NG, S.W.; POPKIN, B.M. Resistant to the recession: low-income adults' maintenance of cooking and away-from home eating behaviors during times of economic turbulence. **American Journal of Public Health**, v.104, n.5, p.840–846, 2014.

SMITH, T.M.; DUNTON, G.F.; PINARD, C.A.; YAROCH, A.L. Factors influencing food preparation behaviours: Findings from focus groups with Mexican-American mothers in southern California. **Public Health Nutrition**, v.19, n.5, p. 841-850, 2015.

SOLIAH, L.; WALTER, J.; ANTOSH, D. College Women and Their Food Preparation Ability. **Journal of Extension**, v. 44, n.5, 2006.

SOLIAH, L.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, T. F.; BARBOSA, A.R. Prevalências de excesso de peso corporal em universitários: análise de inquéritos repetidos. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, v. 20, n. 4, p. 586-597, 2017.

SPANOS, D.; HANKEY, C.R. The habitual meal and snacking patterns of university students in two countries and their use of vending machines. **Journal of Human Nutrition and Dietetics**,v.23, n.1, p. 102-107, 2010.

SPARLING, P. B. (2007). **Obesity on campus**. Preventing chronic Disease: Public health research, practice, and policy. Retrieved from <http://www.cdc.gov/pcd/issues/2007/jul/06_0142.htm>.

STORY, M.; KAPHINGST, K. M.; ROBINSON-O'BRIEN, R.; GLANZ, K. Creating Healthy Food and Eating Environments: Policy and Environmental Approaches. **Annual Review of Public Health**, n. 29, p. 253-272, 2008.

UTTER, J.; LARSON, N.; LASKA, M.N.; WINKLER, M.; NEUMARK-SZTAINER, D. Self-Perceived Cooking Skills in Emerging Adulthood Predict Better Dietary Behaviors and Intake 10 Years Later: A Longitudinal Study. **Journal of Nutrition Education and Behavior**, n.5, v.50, p. 494-500, 2018.

TELEMAN, A.A.; DE WAURE, C.; SOFFIANI, V.; POSCIA, A.; DI PIETRO, M.L. Nutritional habits in Italian university students. **Annali dell'Istituto Superiore di Sanita**. 2015.

TIWARI, A.; AGGARWAL, A.; TANG, W.; DREWNOWSKI, A. Cooking at Home: a Strategy to Comply With U.S. Dietary Guidelines at No Extra Cost. **American Journal of Preventive Medicine**, v. 52, n.5, p. 616-624, 2017.

THORPE, M.G.; KESTIN, M.; RIDDELL, L.J.; KEAST, R.S.J.; MCNAUGHTON, S.A. Diet quality in young adults and its association

with food-related behaviours. **Public Health Nutrition**, v. 17, n.8, p.1767-75, 2013.

THORPE, M.G.; KESTIN, M.; RIDDELL, L.J.; KEAST, R.S.; MCNAUGHTON, S.A. Diet quality in young adults and its association with food-related behaviours. **Public Health Nutrition**, v.17, n.8, p.1767-1775, 2014.

TWELLS, L.; GREGORY, D.M.; REDDIGAN, J.; MIDODZI, W.K. Current and predicted prevalence of obesity in Canada: a trend analysis. **Canadian Medical Association Journal**, v.2, n.1, p.18-26, 2014.

UFSC. **UFSC em números 2006 a 2016**. Disponível em <<https://arquivos.ufsc.br/d/6b9e384f07/>> Acesso em: 15 jul. 2017.

US Department of Health and Human Services. **Tracking Healthy People 2020: nutrition and weight status** [Internet]. Washington; 2012. Disponível em: <<http://www.healthypeople.gov/2020/topicsobjectives2020/overview.aspx?topicid=29>>. Acesso em: 25 maio 2017.

USDA. **Food away from home**. December, 30th, 2016. Disponível em: <<https://www.ers.usda.gov/topics/food-choices-health/food-consumption-demand/food-away-from-home.aspx>> Acesso em: 25 maio 2017.

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. 239–45, 2011.

VADEBONCOEUR, C.; TOWNSEND, N.; FOSTER, C. A meta-analysis of weight gain in first year university students: is freshman 15 a myth? **BMC Obesity**, v 2, p: 1–9, 2015.

VELLA-ZARB, R.A.; ELGAR, F.J. The ‘Freshman 5’: A Meta-Analysis of Weight Gain in the Freshman Year of College. **Journal of American College Health**, v. 58, n.2, p.161-166, 2009.

VELLA-ZARB, R.A.; ELGAR, F.J. Predicting the ‘freshman 15’: Environmental and psychological predictors of weight gain in first-year

university students. **Health Education Journal**, v.69, n.3, p.321–332, 2010.

VIRUDACHALAM, S.; LONG, J.A.; HARHAY, M.O.; POLSKY, D.E.; FEUDTNER, C. Prevalence and patterns of cooking dinner at home in the USA: National Health and Nutrition Examination Survey (NHANES) 2007–2008. **Public Health Nutrition**, v.17, n.5, p. 1022–1030, 2013.

WANG, W.C.; WORSLEY, A.; HODGSON, V. Classification of main meal patterns – a latent class approach. **British Journal of Nutrition**, v.109, n.12, p.2285–2296, 2013.

WANG, Y-F. Improving Culinary Education by Examining the Green Culinary Behaviors of Hospitality College Students. **Journal of Hospitality and Tourism education**. v.28, n.1, 2016.

WARMIN, A. **Cooking with a Chef: a culinary nutrition intervention for college aged students**. 2009. Thesis (Master of Science Food, Nutrition, and Culinary) – Clemson University, Clemson, SC, USA, 2009.

WARMIN; A.; SHARP, J.; CONDRASKY, M.D. Cooking With a Chef: a culinary nutrition program for college aged students. **Topical in Clinical Nutrition**, v. 27, n.2, 164-173, 2012.

WILCOX, S.; PARROTT, A.; BARUTH, M.; LAKEN, M.; CONDRASKY, M.; SAUNDERS, R.; DOWDA, M.; EVANS, R.; ADDY, C.; WARREN, T.; KINNARD, D.; ZIMMERMAN, L. The Faith, Activity, and Nutrition Program. A randomized controlled trial in African American churches. **American Journal of Preventive Medicine**, v. 44, n. 2, p. 122-131, 2013.

WILSON, C.K.; MATTHEWS, J.I.; SEABROOK, J.A. DWORATZEK, P.D.N. Self-reported food skills of university students. **Appetite**, n.108, p. 270-276, 2017.

WINKLER, E. **Food accessibility, affordability, cooking skills and socioeconomic differences in fruit and vegetable purchasing in Brisbane, Australia**. Thesis (Doctor of Philosophy). Institute of Health

and Biomedical Innovation. School of Public Health. Queensland University of Technology, 2008.

WINKLER, E.; TURRELL, G. Confidence to cook vegetables and the buying habits of Australian households. **Journal of American Dietetic Association**, v.109, n.10, p. 1759-1768, 2009.

WOLFSON, J.A.; BLEICH, S.N. Is cooking at home associated with better diet quality or weight-loss intention? **Public Health Nutrition**, v.18, n. 8, p.1397-1406, 2015.

WOLFSON, J.A., SMITH, K.G., FRATRAROLI, S., BLEICH, S.N. Public perceptions of cooking and the implications for cooking behaviour in the USA. **Public Health Nutrition**, v.9, n.19, p.1606-15, 2016.

WOLFSON, J.A.; BOSTIC, S. ; LAHNE, J.; MORGAN, C.; HENLEY, S.C; HARVEY, J.; TRUBEK, A. A comprehensive approach to understanding cooking behavior: Implications for research and practice. **British Food Journal**, v.119, n.5, p. 1147-1158, 2017.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Diet, nutrition, and the prevention of chronic diseases**. World Health Organization Technical Report Series, 916. Geneva: WHO, 2003. Disponível em: <http://whqlibdoc.who.int/trs/WHO_TRS_916.pdf>. Acesso em: 18 jul. 2014.

_____. **Global recommendations on physical activity for health**. Geneva: World Health Organization. 2010. Disponível em: <http://www.who.int/dietphysicalactivity/factsheet_recommendations/en/>. Acesso em: 23 jan. 2018.

_____. **Healthy diet**. Geneva: World Health Organization. Fact Sheet n°: 394, 2015. Disponível em: <http://www.who.int/nutrition/publications/nutrientrequirements/healthy_diet_factsheet/en/>. Acesso em: 23 jan. 2018.

WORSLEY, A.; WANG, W.; ISMAIL, S.; RIDLEY, S. Consumers' interest in learning about cooking: the influence of age, gender and education. **International Journal of Consumer Studies**, v.38, n.3, p. 258-264, 2014.

WORSLEY, T.; WANG, W.C.; WIJERATNE, P.; ISMAIL, S.; RIDLEY, S. Who cooks from scratch and how do they prepare food? **British Food Journal**, v.117, n. 2, p. 664-676, 2015.

WRIEDEN, W.L.; ANDERSON, A.S.; LONGBOTTOM, P.J.; STEAD, V.K.; CARAHER, M.; LANG, T.; GRAY, B.; DOWLER, E. The impact of a community-based food skills intervention on cooking confidence, food preparation methods and dietary choices - an exploratory trial. **Public Health Nutrition**, v.10, n.2, p. 203-211, 2007.

YAHIA, N.; ACHKAR, A.; ABDALLAH, A.; RIZK, S. Eating habits and obesity among Lebanese university students. **Nutrition Journal**, v.7, n.1, p. 32, 2008.

YOUNG, M.E.; MIZZAU, M.; MAI, N.T.; SIRISEGARAM, A.; WILSON, M. Food for thought. What you eat depends on your sex and eating companions. **Appetite**, v.53, n.2, p.268-271, 2009.

ZABOROWICZ, K.; CZARNOCIŃSKA, J.; GALIŃSKI, G.; KAŻMIERCZAK, P.; GÓRSKA, K.; DURCZEWSKI, P. Evaluation of selected dietary behaviours of students according to gender and nutritional knowledge. **Roczniki panstwowego Zakladu Higieny**, v. 17, n. 1, p. 45-50, 2016.

ANEXO A - PARECER CONSUBSTANCIADO DO COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA COM SERES HUMANOS DA UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA

UNIVERSIDADE FEDERAL DE
SANTA CATARINA - UFSC



PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: Adaptação transcultural e validação de um instrumento de identificação das habilidades culinárias e alimentação saudável em estudantes ingressantes de uma universidade brasileira

Pesquisador: Rossana Pacheco da Costa Proença

Área Temática:

Versão: 2

CAAE: 48070215.7.0000.0121

Instituição Proponente: CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE

Patrocinador Principal: CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 1.189.246

Apresentação do Projeto:

O projeto está vinculado a uma tese de doutorado do Programa de Pós Graduação em Nutrição da UFSC e será coordenado pela Profa. Rossana Pacheco da Costa Proença, do Departamento de Nutrição do Centro de Ciências da Saúde da UFSC. A pesquisa tem por objetivo traduzir, adaptar culturalmente e validar um instrumento de habilidades culinárias ou do preparo de alimentos em estudantes ingressantes de uma universidade brasileira. Esse instrumento foi desenvolvido e validado por pesquisadores da Universidade de Clemson nos Estados Unidos e foi selecionado para a utilização nesta pesquisa por incluir indicadores para se avaliar as habilidades culinárias relacionadas à alimentação saudável. A tradução, adaptação e validação desse instrumento para o uso no Brasil justificam-se pelo fato de que no Brasil, não foi localizado nenhum instrumento desse tipo, nem mesmo aplicado ao público de estudantes universitários. Além disso, não existe no Brasil uma política de promoção à alimentação saudável em estudantes universitários. Assim, o estudo consistirá de uma pesquisa metodológica, do tipo transversal e dividida em duas etapas: 1) Adaptação transcultural do instrumento de identificação das habilidades culinárias para o Brasil e 2) Avaliação das propriedades psicométricas do instrumento traduzido para estudantes ingressantes de uma universidade brasileira. Na primeira etapa, será realizada a tradução para o português em duas versões independentes; a elaboração de uma versão síntese em português; a retrotradução para o inglês; e elaboração da segunda síntese em português, discussão com comitê de especialistas, elaboração da versão síntese final em

Endereço: Universidade Federal de Santa Catarina, Prédio Reitoria II, R. Desembargador Vitor Lima, nº 222, sala 401
Bairro: Trindade **CEP:** 89.040-400
UF: SC **Município:** FLORIANÓPOLIS
Telefone: (48)3721-6094 **E-mail:** cep.propesq@comitao.ufsc.br

Continuação do Parecer: 1.189.246

português, e realização do pré-teste do instrumento

traduzido. Na segunda etapa, será avaliada a confiabilidade pela consistência interna e pela estabilidade, bem como a validade de construto e discriminante. Para a avaliação da estabilidade, somente os primeiros 30 estudantes (de um total de 773) que preencherem online a versão final do instrumento traduzido para o português participarão do pré-teste. Registrarão assim, o tempo total, a clareza dos itens e as dificuldades em preenchê-lo, respondendo a 4 questões ao final do preenchimento. Posteriormente, os mesmos 30 participantes serão convidados a responderem novamente ao mesmo questionário, após o intervalo de no máximo 3 semanas. Para avaliação da consistência interna e da validade de construto serão consideradas respostas dos 773 participantes. Para avaliação da validade discriminante, a amostra será dividida por sexo feminino e masculino e por situação de moradia dos estudantes (sozinhos/com colegas/com pais). A pesquisa será conduzida na Universidade Federal de Santa Catarina, campus de Florianópolis, com estudantes ingressantes em 2015. Ela será divulgada por meio de cartazes, panfletos, notícias em mídias sociais e em sites eletrônicos públicos, com um link disponibilizando o questionário. A amostragem será por adesão, sem aleatorização, onde os próprios estudantes poderão voluntariamente optar por acessar o link e preencher o questionário online. O questionário apresenta 65 questões sobre habilidades culinárias e 18 sobre características sociodemográficas, pessoais, alimentares e nutricionais dos estudantes. Serão incluídos na amostra, todos os estudantes a partir de 16 anos de idade ingressantes no ano de 2015 nos cursos de graduação presencial da UFSC, que tenha concordado em participar da pesquisa. Por outro lado, serão excluídos os estudantes menores de 16 anos de idade, desistentes, desligados e eliminados do curso em que ingressou, bem como os transferidos, os estrangeiros, matriculados em cursos à distância, em programas de pós-graduação, por convênio e alunos especiais. Quanto a análise dos dados obtidos será aplicado o teste de Correlação de Pearson para a avaliação da estabilidade, considerando-se boa correlação mais próxima de 1,0 e um $p < 0,05$. Para a consistência interna, será obtido o coeficiente alfa de Cronbach, considerando valor $> 0,7$ como adequado. Para validade de construto será realizada a Análise Fatorial Confirmatória, sendo considerados engajados $> 1,0$, cargas fatoriais $> 0,5$ e variância por cada fator $0,5$, com $p < 0,001$ para significância. Para a validade discriminante será aplicado o teste t de student, considerando um intervalo de confiança (IC) de 95%. Essa última análise será feita na amostra dividida por grupos conhecidos, como pelo sexo e pela situação de moradia. Através do presente estudo, os pesquisadores esperam identificar as habilidades culinárias relacionadas à alimentação saudável em estudantes ingressantes de uma universidade brasileira. Além disso, pretende-se disponibilizar um instrumento para essa avaliação validado para uso em outras realidades no Brasil. Ainda, espera-se viabilizar uma discussão que contribua para fomento de ações ou políticas públicas de promoção da alimentação saudável voltadas para estudantes universitários, com foco nas suas habilidades culinárias.

Endereço: Universidade Federal de Santa Catarina, Prédio Retórica II, R. Desembargador Vítor Lima, nº 222, sala 401
Bairro: Trindade **CEP:** 88.040-400
UF: SC **Município:** FLORIANOPOLIS
Telefone: (48)3721-6094 **E-mail:** cep.propesq@contato.ufsc.br

Continuação do Parecer: 1.188.246

Objetivo da Pesquisa:

Tem por objetivo geral adaptar transculturalmente e validar um instrumento de identificação das habilidades culinárias relacionadas à alimentação saudável em estudantes ingressantes de uma universidade brasileira. Como objetivos secundários, pretende-se: 1) Avaliar as equivalências conceitual e do item, semântica, operacional e de mensuração do instrumento de identificação das habilidades culinárias original com o traduzido; 2) Avaliar a consistência interna e a estabilidade do instrumento traduzido sobre habilidades culinárias para estudantes universitários brasileiros; 3) Relacionar as variáveis de caracterização de estudantes universitários ingressantes às dimensões relacionadas às habilidades culinárias do instrumento traduzido e adaptado; 4) Verificar a validade de construto do instrumento traduzido em estudantes ingressantes de uma universidade brasileira; 5) Avaliar a validade discriminante do instrumento traduzido em estudantes ingressantes de uma universidade brasileira, conforme algumas variáveis de caracterização.

Avaliação dos Riscos e Benefícios:

Os pesquisadores preveem riscos mínimos para os participantes, tais como o incômodo ou desconforto em ter que disponibilizar tempo para preencher o questionário online, ou mesmo o desconforto que algumas perguntas podem gerar nos participantes. Justificam que esses desconfortos serão minimizados ao informar aos participantes o tempo estimado para responder o questionário online, além de serem disponibilizadas orientações sobre o preenchimento do questionário, contatos telefônicos e e-mail para o esclarecimento de eventuais dúvidas. Com relação aos benefícios, os pesquisadores consideram que os dados obtidos sobre as habilidades culinárias de estudantes ingressantes da UFSC servirão de base para possível fomento de estratégias de políticas públicas para promoção da alimentação saudável nas universidades com foco nas habilidades culinárias. Além disso, os resultados da adaptação transcultural permitirão propor orientações para novas pesquisas e capacitar nutricionistas na área de Nutrição em Produção de Refeições sobre o uso dessa metodologia.

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

O estudo tem relevância científica, acadêmica e social. O projeto está muito bem escrito e referenciado na literatura científica. A metodologia está claramente descrita e permite atingir os objetivos propostos. Na versão 1 foram apontadas pendências que foram adequadas principalmente no TCLE.

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

Na versão 1 da submissão, foram constatadas as seguintes inadequações.

1. Não apresentou todos os termos de apresentação obrigatória. Uma vez que os participantes abrangerão estudantes ingressantes na UFSC acima de 16 anos de idade, há a necessidade de apresentar um modelo de Termo de Assentimento assinado pelos pais dos estudantes menores de 18 anos, bem como pelos

Endereço: Universidade Federal de Santa Catarina, Prédio Reitoria II, R: Desembargador Vitor Lima, nº 222, sala 401
Bairro: Trindade **CEP:** 88.040-400
UF: SC **Município:** FLORIANOPOLIS
Telefone: (48)3721-6094 **E-mail:** ccp.propesq@conlato.ufsc.br

Continuação do Parecer: 1.188.246

próprios menores participantes (Item II.24 da Resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde); ATENDIDO.

2.2. Há ainda, considerações sobre os seguintes itens relacionados ao modelo de TCLE apresentado:

2.1 O TCLE (Termo de Consentimento Livre e Esclarecido) foi erroneamente denominado "Termo de Concordância" e considerado para assinatura online; ATENDIDO.

2.2 Não atendeu ao item IV.3 f - garantia de que o participante da pesquisa receberá uma via do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido; ATENDIDO.

2.3. Não atendeu ao item IV.3g: explicitação da garantia de ressarcimento e como serão cobertas as despesas tidas pelos participantes da pesquisa e dela decorrentes;

2.4. Não atendeu ao item IV.3h: explicitação da garantia de indenização diante de eventuais danos decorrentes da pesquisa; ATENDIDO.

2.5. Não atendeu ao item IV.5a: declaração do pesquisador responsável que expresse o cumprimento das exigências contidas na Resolução 466/12 do CNS e de suas complementares; ATENDIDO.

2.6. Não atendeu totalmente ao item IV.5 d – Endereço com contato telefônico ou outro dos pesquisadores e do CEPESH da UFSC. O TCLE não apresenta o endereço completo do pesquisador responsável ou dos demais pesquisadores do estudo. ATENDIDO.

Recomendações:

Sem recomendações adicionais.

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

Com base no que foi descrito no parecer anterior no item "Considerações sobre os Termos de Apresentação Obrigatória", solicitou-se as seguintes adequações:

1.1 Alterar o nome de "Termo de Concordância" para Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE); o qual NÃO poderá ser assinado online pelos participantes. É correto, conforme Res. 466/12 (CNS), que o TCLE seja fisicamente assinado pelo participante, o qual poderá, nesse caso, retornar o TCLE assinado e escaneado ao pesquisador;

1.2 Apresentar um modelo de Termo de Assentimento a ser assinado pelos pais dos participantes menores de 16 anos e pelos próprios menores participantes;

1.3 Caso os pesquisadores julguem mais adequado, podem solicitar a dispensa do TCLE, desde que devidamente justificado. Ressalta-se, entretanto, que a apresentação da dispensa desses termos não garante que o pedido seja deferido pelo CEPESH/UFSC;

1.4 No TCLE, é necessário que a apresentação da pesquisa ao participante inicie como uma forma de convite para participar do estudo;

Endereço: Universidade Federal de Santa Catarina, Prédio Reitoria II, R. Desembargador Vitor Lima, nº 222, sala 401
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: 1.189.246

1.5 Adequar o TCLE de acordo com as normas estabelecidas pela Resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde para os itens: IV.3f, IV.3g, IV.3h, IV.5a e IV.5d. Além disso, falta a assinatura do pesquisador responsável na mesma página da assinatura do participante.

1.6 Favor, corrigir o endereço do CEPESH/UFSC anteriormente apresentado no TCLE para este: Favor considere também, o endereço do CEPESH/UFSC corrigido, como segue:

Rua Desembargador Vitor Lima, nº 222, sala 401, Trindade, Florianópolis/SC

CEP 88.040-400, Contato: (48) 3721-6094, cep.propesq@contato.ufsc.br

Obs: Na página do CEPESH/UFSC, há um link que pode ser acessado por todos os pesquisadores que desejem (re)submeter projetos ao CEPESH/UFSC, contendo informações para evitar que seus projetos fiquem em pendência. Acesse:

Submissão de novos projetos Cadastro de uma nova pesquisa Orientações para que seu projeto não fique em pendência.

Tendo os esclarecimentos e pendências atendidas, somos de parecer que o presente projeto seja aprovado.

Considerações Finais a critério do CEP:

Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
TCLE / Temos de Assentimento / Justificativa de Ausência	Termo de concordância - 29.05.docx	31/05/2015 20:22:30		Aceito
Declaração de Instituição e Infraestrutura	autorização PROGRAD 25.05.2015.pdf	31/05/2015 20:23:34		Aceito
Declaração de Instituição e Infraestrutura	authorization to translate CWC- Margaret Condasky.pdf	31/05/2015 20:24:11		Aceito
Declaração de Instituição e Infraestrutura	autorização questionário CWC traduzido.docx	31/05/2015 20:47:10		Aceito
Outros	Cooking with Chef survey.pdf	31/05/2015 20:47:36		Aceito
Outros	Questionário traduzido CWC- ManuelaMJornori.pdf	31/05/2015 20:48:03		Aceito
Outros	Caracterização dos estudantes.pdf	31/05/2015 20:50:13		Aceito

Endereço: Universidade Federal de Santa Catarina, Prédio Retirada II, R: Desembargador Vitor Lima, nº 222, sala 401
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: 1.189.246

Outros	Orientações de preenchimento .pdf	31/05/2015 20:52:19		Aceito
Outros	Avaliação do pré-teste.pdf	31/05/2015 20:57:57		Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	PROJETO QUALI MANU - FINAL 28 mai 2015.pdf	31/05/2015 20:58:58		Aceito
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_P ROJETO_517736.pdf	04/06/2015 00:05:23		Aceito
Outros	carta resposta - parecer 1.183.094.docx	14/08/2015 13:04:11		Aceito
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_P ROJETO_517736.pdf	14/08/2015 13:04:50		Aceito
Outros	declaração da instituição 12.06.pdf	12/06/2015 13:53:12		Aceito
Folha de Rosto	folha de rosto 12.06- ManuelaMJomori.pdf	12/06/2015 13:52:07		Aceito
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_P ROJETO_517736.pdf	12/06/2015 14:02:44		Aceito
Outros	Novo modelo Termo de concordância.docx	14/08/2015 13:03:53		Aceito

Situação do Parecer:

Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:

Não

FLORIANOPOLIS, 24 de Agosto de 2015

Assinado por:
Washington Portela de Souza
(Coordenador)

Endereço: Universidade Federal de Santa Catarina, Prédio Reitoria II, R: Desembargador Vitor Lima, nº 222, sala 401
Bairro: Trindade **CEP:** 88.040-400
UF: SC **Município:** FLORIANOPOLIS
Telefone: (48)3721-6094 **E-mail:** ccp.propesq@contato.ufsc.br

**ANEXO B - INSTRUMENTO DE AVALIAÇÃO DAS
HABILIDADES CULINÁRIAS E ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL
(QUESTIONÁRIO *ON-LINE*)**



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM NUTRIÇÃO
NÚCLEO DE PESQUISA DE NUTRIÇÃO EM PRODUÇÃO DE
REFEIÇÕES

Questionário de identificação das habilidades culinárias e alimentação saudável em estudantes ingressantes de uma universidade brasileira

VERSÃO FINAL

Pesquisadores:

Manuela Mika Jomori

Rossana Pacheco da Costa Proença

Greyce Luci Bernardo

Maria Elena Echevarría-Guanilo

Florianópolis, junho de 2016

**Índice de Disponibilidade e Acessibilidade de Frutas,
Legumes e Verduras**

INSTRUÇÕES: Esta seção é sobre a presença de frutas, legumes e verduras na sua casa durante a semana passada. Por favor assinale SIM ou NÃO para cada questão

1.	Havia SUCO DE FRUTA 100% natural (feito em casa, incluindo polpa de fruta ou suco integral comprado pronto) em sua casa na última semana?	Sim	Não
2.	Havia FRUTA FRESCA em sua casa na última semana?	Sim	Não
3.	Havia LEGUMES E VERDURAS crus ou cozidos em sua casa na última semana?	Sim	Não
4.	Havia VEGETAIS FOLHOSOS PARA SALADA em sua casa na última semana?	Sim	Não
5.	Na última semana, as FRUTAS, os LEGUMES e as VERDURAS estavam VISÍVEIS em algum lugar na cozinha?	Sim	Não
6.	Na última semana, havia SUCO DE FRUTA 100% NATURAL (feito em casa, incluindo de polpa ou suco integral comprado pronto) ou FRUTAS FRESCAS VISÍVEIS na geladeira prontos PARA SEREM FACILMENTE UTILIZADOS no lanche?	Sim	Não
7.	Na última semana, havia LEGUMES e VERDURAS FRESCOS VISÍVEIS na geladeira prontos PARA SEREM FACILMENTE UTILIZADOS no lanche?	Sim	Não
8.	Na última semana, havia LEGUMES e VERDURAS na geladeira prontos PARA SEREM FACILMENTE CONSUMIDOS no almoço ou jantar?	Sim	Não

Escala de Atitude Culinária

INSTRUÇÕES: Para cada item abaixo, indique o quanto você concorda ou discorda das afirmações a seguir:

Caso não visualize todas as opções de respostas, arraste a tela para direita		Discordo fortemente	Discordo	Não concordo nem discordo	Concordo	Concordo fortemente
9.	Eu não cozinho porque cozinhar ocupa muito o meu tempo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10.	Preparar comida em casa é mais barato	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11.	Cozinhar é frustrante	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12.	Eu gosto de testar novas receitas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13.	Cozinhar é trabalhoso	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14.	Eu como mais saudável quando preparo minha comida em casa	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15.	Cozinhar é cansativo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Escala de Comportamento Culinário

COMPORTAMENTO CULINÁRIO EM CASA

INSTRUÇÕES: Para cada item abaixo, pense sobre seus hábitos culinários atuais. Selecione UMA alternativa para CADA questão.

Caso não visualize todas as opções de respostas, arraste a tela para direita		Nunca	1 a 2 vezes por mês	Uma vez por semana	Várias vezes na semana	Diariamente
Com que frequência você:						
16.	Prepara refeições com INGREDIENTES BÁSICOS (ex: pé de alface, carne crua)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17.	Prepara refeições usando ALIMENTOS PRÉ-PRONTOS/PRONTOS (ex: vegetais folhosos prontos para consumo, milho em conserva, cenoura ralada, frango assado)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18.	Usa uma COMBINAÇÃO de itens FRESCOS e PRÉ-PRONTOS/PRONTOS para PREPARAR UMA REFEIÇÃO em casa (ex: uma salada de vegetais folhosos prontos para o consumo com carne cozida preparada em casa)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19.	Reaquece ou usa SOBRAS DE COMIDA para consumir em outras refeições	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20.	Reaquece as sobras DE UM ALMOÇO ou JANTAR PREPARADO EM CASA	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21.	Usa sobras de uma REFEIÇÃO PREPARADA EM CASA para fazer um NOVO PRATO	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**COMPORTAMENTO CULINÁRIO RELACIONADO
À ALIMENTAÇÃO FORA DE CASA**

INSTRUÇÕES: Para cada item abaixo, pense sobre seus hábitos culinários atuais. Selecione UMA alternativa para CADA questão.

Caso não visualize todas as opções de respostas, arraste a tela para direita

Com que frequência você:

Nunca

1 a 2 vezes por mês

Uma vez por semana

Várias vezes na semana

Diariamente

22. Reaquece as sobras de uma REFEIÇÃO PRONTA COMPRADA FORA DE CASA para consumir no ALMOÇO ou no JANTAR EM CASA

23. Usa sobras de uma REFEIÇÃO PRONTA COMPRADA FORA DE CASA para fazer um NOVO PRATO

24. Toma o café da manhã fora de casa

25. Almoça fora de casa

26. Janta fora de casa

Escala de Autoeficácia no Uso de Técnicas Culinárias
e no Preparo das Refeições

INSTRUÇÕES: Para cada item abaixo, assinale uma opção que indique o quanto você se sente confiante em desempenhar as atividades abaixo: (Escolha UMA das opções de resposta para CADA questão)

Caso não visualize todas as opções de respostas, arraste a tela para direita		Nada confiante	Pouco confiante	Nem confiante nem sem confiança	Confiante	Extremamente confiante
27.	Cozinhar utilizando ingredientes básicos (ex: pé de alface, tomates frescos, carne crua)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
28.	Seguir uma receita escrita (ex: preparar um molho vinagrete com tomate, cebola, pimentão, vinagre, azeite, sal)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
29.	Preparar o almoço com itens que você tem no momento em sua casa	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
30.	Usar faca com habilidade na cozinha	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
31.	Planejar refeições nutritivas (saudáveis)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
32.	Usar técnicas culinárias básicas (ex: limpar, descascar, picar)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

33.	Cozinhar em água fervente	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
34.	Cozinhar em fogo brando	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
35.	Cozinhar no vapor	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
36.	Fritar com muito óleo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
37.	Saltear	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
38.	Refogar	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
39.	Chapear	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
40.	Cozinhar com a técnica pochê	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
41.	Assar em forno	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
42.	Assar na churrasqueira	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
43.	Ensopar	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
44.	Utilizar o forno de micro-ondas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Escala de Autoeficácia para Uso de Frutas,
Legumes, Verduras e Temperos

INSTRUÇÕES: Para cada item abaixo, assinale uma opção que indique o quanto você se sente confiante em preparar ou utilizar os seguintes alimentos: (Escolha UMA das opções de resposta para CADA questão)

Caso não visualize todas as opções de respostas, arraste a tela para direita		Nada confiante	Pouco confiante	Nem confiante nem sem confiança	Confiante	Extremamente confiante
45.	Legumes e verduras frescos ou congelados (ex: brócolis, ervilha)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
46.	Raízes e tubérculos (ex: batata, beterraba, batata doce)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
47.	Frutas (ex: laranja, melancia)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
48.	Ervas (ex: salsinha, cebolinha)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
49.	Especiarias (ex: pimenta, canela)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
50.	Vinagres	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
51.	Suco de frutas cítricas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
52.	Raspas de cascas de frutas cítricas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
53.	Molhos picantes (ex: de pimenta, de mostarda)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Escala de Autoeficácia⁶⁶ no Consumo de Frutas,
Legumes e Verduras Frescos

INSTRUÇÕES: Para cada item abaixo, assinale uma opção que indique o quanto você se sente confiante (em relação à sua capacidade) em desempenhar as atividades abaixo: (Escolha UMA das opções de resposta para CADA questão)

Caso não visualize todas as opções de respostas, arraste a tela para direita		Nada confiante	Pouco confiante	Nem confiante nem sem confiança	Confiante	Extremamente confiante
54.	Comer frutas, legumes e verduras todos os dias no almoço e no jantar	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
55.	Comer frutas ou legumes e verduras como lanche, mesmo se outras pessoas estiverem comendo outros tipos de lanche	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
56.	Comer o recomendado de 3 porções ⁶⁷ de frutas e de 3 porções de legumes e verduras todos os dias	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

⁶⁶Autoeficácia refere-se à confiança dos indivíduos em desempenhar determinadas tarefas.

⁶⁷ Porção refere-se à quantidade usual de alimentos prontos para o consumo, podendo ser medida em utensílios caseiros como xícaras, copos, colheres (ex: ½ xícara de aveia, 1 copo de leite, 2 colheres de sopa de arroz, etc) ou em unidades (ex: 1 rodela de abacaxi, 1 maçã, 1 fatia de melão)

Avaliação do Conhecimento de Termos e Técnicas Culinárias

INSTRUÇÕES: Para cada questão a seguir (57-62), assinale a opção que você considera ser a mais adequada. Por favor, escolha somente UMA resposta.

57. Cozinhar batatas rapidamente em água fervente e, em seguida, colocar em água gelada para conservá-las por mais tempo ou evitar o seu escurecimento é um exemplo de:

- Branquear
- Escaldar
- Chapear
- Não sei

58. Se uma receita pede para você saltear uma cebola, você deveria cozinhá-la:

- Em um cesto de uma panela a vapor com água fervente
- Em uma panela com uma quantidade pequena de óleo quente
- Em uma panela com uma quantidade pequena de água
- Não sei

59. A Batata “em cubos” devem ser cortadas:

- Em pedaços longos, na forma de palitos finos
- Em pedaços bem pequenos, de tamanhos irregulares
- Em pedaços regulares
- Não sei

60. A água está começando a ferver quando:

- O vapor começa a se formar
- Pequenas bolhas surgem e se acumulam no fundo e nas laterais da panela
- Bolhas sobem rapidamente e se rompem na superfície
- Não sei

61. A Batata doce é assada quando ela é:

- Cozida sem líquido em forno
- Cozida com líquido na assadeira em forno
- Cozida no forno com uma pequena quantidade de líquido na fôrma coberta
- Não sei

62. Qual o termo usado para limpar, descascar e cortar os alimentos antes de começar a cozinhar?

- Branqueamento
- Preparo
- Pré-preparo
- Não sei.

INSTRUÇÕES: Para as questões 63-64, use a receita abaixo para assinalar a resposta que você considera a mais adequada. Por favor, escolha somente UMA resposta.

Vitamina de banana e mel

1 banana cortada em rodela

1 copo (200ml) de leite integral gelado

1/2 colher de sopa de mel de abelhas líquido

Em um liquidificador, bata a banana, o leite e o mel em velocidade alta até a mistura ficar homogênea. Sirva imediatamente. Rendimento: 1 porção.

63. Para medir precisamente 1 copo de leite para esta receita:

- Coloque um copo medidor para líquidos em cima de uma superfície plana, incline o recipiente com o leite e despeje-o até o nível desejado
- Segure um copo medidor para ingredientes secos ao nível dos olhos e despeje o leite de um outro recipiente até o nível desejado
- Coloque um copo medidor para ingredientes secos em uma superfície plana, incline o recipiente com o leite e despeje-o até o nível desejado
- Não sei

64. Qual é o melhor utensílio para medir precisamente o mel nesta receita?

- 
- 
- 
- Não sei

ANEXO C - QUESTIONÁRIO DE CARACTERIZAÇÃO DOS ESTUDANTES

Questionário de caracterização dos estudantes universitários ingressantes

Nº matrícula: _____

E-mail: _____@_____

Telefone: _____

Informações sociodemográficas e pessoais							
Sexo: <input type="checkbox"/> feminino <input type="checkbox"/> masculino							
Data de nascimento: <u>dia/mês/ano</u>							
Curso matriculado: _____							
Semestre de ingresso: <input type="checkbox"/> 2015.1 <input type="checkbox"/> 2015.2 <input type="checkbox"/> 2015.3							
Turno: <input type="checkbox"/> integral <input type="checkbox"/> matutino <input type="checkbox"/> vespertino <input type="checkbox"/> noturno							
Forma de ingresso: <input type="checkbox"/> classificação geral <input type="checkbox"/> PAA renda \leq 1,5 salário mínimo PPI <input type="checkbox"/> PAA renda \leq 1,5 salário mínimo NÃO PPI <input type="checkbox"/> PAA independentemente de renda PPI <input type="checkbox"/> PAA independentemente de renda NÃO PPI PAA = Programa de Ação Afirmativa PPI = pretos, pardos ou indígena							
Escolaridade dos pais (**incluir curso técnico/***)incluir curso tecnológico)							
	Ensino Fundamental (1ª a 8ª série) incompleto	Ensino Fundamental (1ª a 8ª série) completo	Ensino Médio (1º a 3º ano***) incompleto	Ensino Médio (1º a 3º ano***) completo	Ensino Superior incompleto****	Ensino Superior completo****	Pós-graduação
PAI							
MÃE							

Etnia: <input type="checkbox"/> Branca <input type="checkbox"/> Indígena <input type="checkbox"/> Parda <input type="checkbox"/> Preta <input type="checkbox"/> Amarela <input type="checkbox"/> Outro: _____	
Descendência: <input type="checkbox"/> Alemã <input type="checkbox"/> Angolana <input type="checkbox"/> Árabe <input type="checkbox"/> Espanhola <input type="checkbox"/> Francesa <input type="checkbox"/> Italiana <input type="checkbox"/> Japonesa <input type="checkbox"/> Polonesa <input type="checkbox"/> Portuguesa <input type="checkbox"/> Senegalesa <input type="checkbox"/> Ucraniana <input type="checkbox"/> Outro: _____	
Tem filhos <16 anos de idade? () sim () não	
Com quem mora? <input type="checkbox"/> sozinho <input type="checkbox"/> com cônjuge/companheiro(a) <input type="checkbox"/> com pais (ou avós) <input type="checkbox"/> com filho(a) <input type="checkbox"/> com colegas <input type="checkbox"/> com cônjuge/companheiro(a) e filho(a) <input type="checkbox"/> outros _____	
Cidade e Estado de origem (Se estrangeiro, inclua também o País de origem): _____	
Tempo disponível para cozinhar por dia: ____h: ____min	

Equipamentos e utensílios presentes em casa (pode assinalar mais de uma opção). Caso desconheça qualquer utensílio, assinalar NC – não conheço):			
	Tenho	Não tenho	Não conheço
copos e xícaras			
Pratos			
talheres (colheres, garfo e faca)			
colher de pau ou plástico			
batedor de ovos			
Concha			
Escumadeira			
Espátulas			
espremedor de fruta			
Facas para corte (carne/legumes e frutas)			
abridor de lata			
saca-rolha			
afiador de facas			
descascador de legumes			
fatiador de legumes e verduras (mandolin)			
Ralador			
medidores (de colher, volume e xícara)			
tábuas de corte			
Panelas			
panela de pressão			
panela a vapor			
Frigideira			
Grelha			
assadeiras e fôrmas			
Travessa			
Tigelas			
escorredor de massas			
Peneiras			

recipiente para armazenar comida			
Batedeira			
centrífuga de alimentos			
Liquidificador			
processador/mixer			
Sanducheira			
Geladeira			
congelador (freezer)			
Fogão			
forno elétrico/gás			
forno de micro-ondas			

Informações pessoais e alimentares
Peso atual: _____ kg Altura: _____ cm
Considera que sabe cozinhar? () sim () não 17a) Indique com quem aprendeu a cozinhar (pode assinalar mais de uma opção): () mãe/ pai/ avó / outros da família () aula/curso/escola () internet () livros de receita () amigos () programa de TV () sozinho () outros _____
Local em que realiza sua principal refeição (almoço e/ou jantar) habitualmente: () Em casa. () Fora de Casa 18a) Indique o local em que realiza refeição for a de casa habitualmente (Lembrando que é a principal refeição almoço/jantar) () restaurante universitário () restaurante por quilo () restaurante à la carte () fast food () lanchonete () café () outro: _____

APÊNDICE A - NOTA À IMPRENSA

COMPORTAMENTO CULINÁRIO DE ESTUDANTES INGRESSANTES DE UMA UNIVERSIDADE PÚBLICA BRASILEIRA: RELAÇÃO COM CARACTERÍSTICAS PESSOAIS E SOCIODEMOGRÁFICAS

Esta pesquisa foi realizada no Programa de Pós-Graduação em Nutrição (PPGN) no âmbito do Núcleo de Pesquisa de Nutrição em Produção de Refeições (NUPPRE) da Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC). É resultado da dissertação de mestrado defendida pela nutricionista Manoella Vieira da Silva, em agosto de 2018, sob orientação da professora Ana Carolina Fernandes, em parceria com a professora Rossana Pacheco da Costa Proença. O estudo foi apoiado pela Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES) por meio de financiamento ao grande projeto do qual este estudo faz parte.

A dissertação está inserida em um projeto amplo sobre desenvolvimento de habilidades culinárias em estudantes universitários, coordenado pela professora Rossana Pacheco da Costa Proença, registrado na UFSC como projeto de pesquisa desde 2013 e que englobou duas teses de doutorado (BERNARDO, 2017; JOMORI, 2017) que realizaram a adaptação transcultural e validação de um instrumento de avaliação de habilidades culinárias e alimentação saudável com estudantes universitários e oficina de intervenção culinária.

O estudo teve como objetivo caracterizar e relacionar o comportamento culinário com as características pessoais e sociodemográficas de estudantes universitários ingressantes de uma universidade do sul do Brasil. O comportamento culinário é definido como frequência com que se preparam diferentes tipos de preparações culinárias utilizando técnicas culinárias básicas e com que se realizam refeições fora de casa. Universitários ingressantes são um público caracterizado por transições que podem levar a práticas de saúde e hábitos alimentares menos saudáveis. Alguns estudos associam uma maior frequência de refeições preparadas em casa com melhores escolhas alimentares. Além disso, sugere-se um cenário de possível declínio das habilidades culinárias, o que pode refletir no comportamento culinário, que também pode ser influenciado por características individuais como sexo, curso de graduação ou morar como os pais.

Informações referentes a habilidades culinárias, características sociodemográficas e pessoais foram coletadas por meio de um questionário *on-line* validado e adaptado transculturalmente para o Brasil

com 766 estudantes. A pesquisa foi submetida e aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos (CEPSH) da instituição proponente. Do total da amostra, 60% eram do sexo feminino, com média de idade de $21 \pm 5,6$ anos, 44% moravam com pais ou avós, 72% consideravam que sabiam cozinhar e dispunham de 1 a 3 horas diárias para cozinhar.

A escala de comportamento culinário dentro de casa, que avaliava uma maior frequência de refeições preparadas em casa com uso de alimentos e técnicas culinárias básicas destacou-se pelos maiores valores alcançados, estando quase sempre acima do ponto médio. Ressalta-se também que os valores da escala de comportamento culinário em casa foram maiores do que o comportamento fora de casa em todas as variáveis, sendo que este último avalia a frequência de refeições fora de casa e uso de alimentos prontos para consumo. Foram encontradas maiores medianas de comportamento culinário em casa entre universitários do sexo feminino 3,17 (2,7:3,7), com disponibilidade de tempo para cozinhar acima de 1 hora 3,17 (2,7:3,7), que referiram saber cozinhar 3,17 (2,7:3,7), e que realizavam a principal refeição em casa 3,33 (2,8:3,7). Com relação ao comportamento culinário fora de casa, as medianas foram maiores para universitários do sexo masculino 2,40 (2,0:2,8), que referiram não saber cozinhar 2,40 (2,0:2,8), que aprenderam a cozinhar utilizando outras fontes de aprendizagem não relacionada aos familiares 2,40 (2,0:3,0) e que faziam sua principal refeição fora de casa 2,60 (2,2:2,8). Características pessoais e demográficas associadas apontadas podem influenciar o comportamento culinários, auxiliando o planejamento de ações para incentivar o preparo de refeições em casa dentre o público universitário.

Contatos: Manoella Vieira da Silva (manoellavieirantr@gmail.com), Ana Carolina Fernandes (ana.fernandes@ufsc.br), Rossana Pacheco da Costa Proença (rossana.costa@ufsc.br).