

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE
DEPARTAMENTO DE NUTRIÇÃO
CURSO DE GRADUAÇÃO EM NUTRIÇÃO

Luíza Todeschini Lucas

**Habilidades culinárias de participantes de uma rede alternativa de
comercialização de alimentos orgânicos de Florianópolis, Santa Catarina:**
Associação com características pessoais e sociodemográficas

Florianópolis

2021

Luíza Todeschini Lucas

Habilidades culinárias de participantes de uma rede alternativa de comercialização de alimentos orgânicos de Florianópolis, Santa Catarina:
Associação com características pessoais e sociodemográficas

Trabalho Conclusão do Curso de Graduação em Nutrição do Centro de Ciências da Saúde da Universidade Federal de Santa Catarina como requisito para a obtenção do título de Bacharel em Nutrição.

Orientadora: Prof^a. Suellen Secchi Martinelli, Dr^a.
Colaboradoras: Prof^a. Greyce Luci Bernardo, Dr^a;
Prof^a Rayza Dal Molin Cortese, Dr^a.

Florianópolis

2021

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

Lucas, Luíza Todeschini

Habilidades culinárias de participantes de uma rede alternativa de comercialização de alimentos orgânicos de Florianópolis, Santa Catarina: : Associação com características pessoais e sociodemográficas / Luíza Todeschini Lucas ; orientador, Suellen Secchi Martinelli, coorientador, Greyce Luci Bernardo, 2021.

71 p.

Trabalho de Conclusão de Curso (graduação) -
Universidade Federal de Santa Catarina, Centro de Ciências da Saúde, Graduação em Nutrição, Florianópolis, 2021.

Inclui referências.

1. Nutrição. 2. Habilidades culinárias. 3. Alimentos agroecológicos. 4. Alimentação saudável. 5. Cozinhar em casa. I. Martinelli, Suellen Secchi. II. Bernardo, Greyce Luci. III. Universidade Federal de Santa Catarina. Graduação em Nutrição. IV. Título.



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE
CURSO DE GRADUAÇÃO EM NUTRIÇÃO

DECLARAÇÃO DE ANUÊNCIA DO ORIENTADOR

Eu, Suellen Secchi Martinelli, professor(a) do Curso de Nutrição, lotado no Departamento de Nutrição, da Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC), declaro anuência com a versão final do Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) do (a) aluno(a) Luíza Todeschini Lucas, submetido ao Repositório Institucional da UFSC.

Florianópolis, 14 de maio de 2021.

Prof(a). Dr(a). Suellen Secchi Martinelli
Orientador(a) do TCC

AGRADECIMENTOS

Primeiramente, gostaria de agradecer às minhas orientadoras Greyce Luci Bernardo e Suellen Secchi Martinelli por todo o suporte, dedicação e assistência em todas as etapas de execução durante a escrita do TCC. Também, às professoras parceiras, Daniella Hauschild, que nunca hesitou em explicar todos os detalhes sobre estatística e a professora Rayza Cortese, sempre atenta aos detalhes nas leituras desde as primeiras reuniões. Muito obrigada, o auxílio de cada uma de vocês foi fundamental e importante na elaboração deste trabalho e ele não teria sido ao mesmo sem vocês.

À minha amiga e colega de profissão Alice Erwig, muito obrigada, você foi essencial. Obrigada por estar presente em todo momento, me dando suporte, mostrando que todo processo é fundamental e somos capazes de tudo. Você é incrível e eu te admiro muito! Também, agradeço imensamente à minha dupla de vida e graduação Vanessa Martins, que vivenciou comigo o processo de execução do TCC e toda a graduação. Obrigada por escutar e apoiar minhas escolhas, nosso apoio mútuo é fundamental na nutrição e na vida.

Agradeço também a minha família, Raquel Todeschini, Mauro Luiz Lucas e Gabriela Todeschini. Obrigada por respeitarem os momentos quando necessitei me ausentar, por apoiarem as minhas escolhas e tornarem tudo isso possível. Agradeço ao meu amigo e parceiro Lucas Santini que foi fundamental e esteve meu lado deixando os dias mais leves. Um agradecimento especial ao meu gato Floro, diariamente alegrando meus dias em casa, peço desculpas por precisar dividir sua atenção com o TCC, mas em compensação você sempre teve metade da mesa.

Não poderia deixar de mencionar minhas amigas Brenda Ferrari, Cinthia Millis, Jéssica Moreira e Joana Alves, vocês são minha inspiração diária e nossa amizade é essencial em todos os momentos desde o escoteiro até hoje (espero que assim seja até estarmos velhinhas).

Por fim, agradeço à banca examinadora Rafaela Fabri e Francieli Cembranel por dedicarem seu tempo na leitura e em sugestões de melhoria para o presente trabalho.

RESUMO

LUCAS, L. T. **Habilidades culinárias de participantes de uma rede alternativa de comercialização de alimentos orgânicos de Florianópolis, Santa Catarina: Associação com características pessoais e sociodemográficas.** 2021. Trabalho de Conclusão de Curso – Curso de Graduação em Nutrição, Universidade Federal de Santa Catarina.

Resumo:

Redes alimentares alternativas conectam produtores e consumidores por meio da venda direta de alimentos. O objetivo deste estudo foi avaliar a associação entre as habilidades culinárias (HC), características sociodemográficas e características culinárias pessoais de consumidores participantes de uma rede alternativa de comercialização de alimentos orgânicos de Florianópolis, Santa Catarina. O instrumento de pesquisa foi construído com auxílio da plataforma *Google Forms*, e enviado para ser autopreenchido de maneira *online* pelos participantes da rede avaliada. Foi utilizado um questionário adaptado transculturalmente e validado para o Brasil sobre habilidades culinárias. Para as características sociodemográficas foram coletadas informações sobre sexo, idade, estado civil, grau de escolaridade, ocupação, renda familiar, com quem mora e se possui filhos. Já as características culinárias pessoais foram adaptadas do questionário validado e incluíram: ocorrência de desperdício de alimentos, em qual grupo alimentar ocorre esse desperdício, considera que sabe cozinhar, com quem aprendeu a cozinhar, tempo diário disponível para cozinhar, local que realiza a principal refeição e quem é o responsável pelo preparo das refeições. Como desfechos primários foram avaliadas oito escalas de habilidades culinárias, sendo cinco escalas relacionadas à confiança, comportamento, confiança e atitude culinária e três escalas relacionadas à acessibilidade, uso e consumo de frutas, legumes e verduras (FLV). O período de coleta foi de 5 meses. Para avaliar diferenças nos escores de habilidades culinárias entre as características sociodemográficas e características culinárias pessoais utilizou-se o teste ANOVA, com post hoc de Bonferroni, ou teste-t. Para todos os testes, adotou-se um nível de significância menor que 5%. A amostra final do estudo foi de 187 consumidores com média de idade de 40,7 anos, a maioria era mulher (84%), mais da metade tinha pós-graduação completa (62%) e renda mensal acima de 7 salários mínimos (46%). As mulheres apresentaram escores maiores de comportamento culinário em casa ($p=0,045$) e autoeficácia em técnicas culinárias ($p=0,027$). Ser responsável pelo preparo das refeições em casa esteve associado com maiores escores nas escalas de atitude culinária ($p=0,006$) e autoeficácia em técnicas de culinária ($p=0,034$). Saber cozinhar teve associação com as escalas de atitude culinária ($p<0,001$), autoeficácia em técnicas de culinária ($p<0,001$), disponibilidade e acessibilidade de FLV ($p=0,027$) e autoeficácia do uso de FLV ($p<0,001$). Os consumidores casados ou que viviam em união estável apresentaram escores maiores de disponibilidade e acessibilidade de FLV ($p=0,031$), assim como

os consumidores que possuíam filhos ($p=0,014$). Os participantes que referiram desperdiçar menos alimentos da cesta apresentaram maiores médias nas escalas de atitude culinária ($p=0,008$), autoeficácia em técnicas de culinária ($p=0,008$), disponibilidade e acessibilidade de FLV ($p=0,004$); autoeficácia do uso de FLV ($p=0,0005$) e autoeficácia no consumo de FLV ($p < 0,001$). Participantes que relataram saber cozinhar apresentaram maiores médias em atitude culinária ($p < 0,001$), comportamento culinário fora de casa ($p < 0,001$), disponibilidade e acessibilidade de FLV ($p=0,027$) e autoeficácia do uso de FLV ($p < 0,001$). Os consumidores que relataram realizar a principal refeição em casa apresentaram maior média em atitude culinária ($p=0,017$). Já os consumidores que referiram fazer a principal refeição fora de casa tiveram maior média com comportamento culinário fora de casa ($p < 0,001$). Os consumidores avaliados possuíam altos escores de habilidades culinárias e várias características individuais foram associadas com maiores HC e práticas alimentares saudáveis entre os participantes. Não desperdiçar alimentos e saber cozinhar foram as características com maior número de escalas associadas. Os resultados podem direcionar estratégias para o aumento das HC entre os participantes, além de ações para o estímulo a práticas alimentares saudáveis e redução do desperdício de alimentos.

Palavras-chave: Alimentos agroecológicos, alimentação saudável, culinária, cozinhar em casa, comercialização de alimentos.

LISTA DE QUADROS

Quadro 1 – Descritores e suas combinações utilizadas para busca nas bases de dados (português e inglês)	14
---	----

LISTA DE TABELAS

Tabela 1 - Caracterização da amostra de consumidores das Células de Consumidores Responsáveis da Grande Florianópolis. Santa Catarina (SC), Brasil, 2020.....	45
Tabela 2 - Associação entre escalas de habilidades culinárias (medidos em escalas com score de 5 pontos) com características individuais de consumidores de Células de Consumidores Responsáveis da Grande Florianópolis. Santa Catarina (SC), Brasil, 2020.....	47
Tabela 3 - Associação entre as escalas relacionadas à acessibilidade, uso e consumo de FLV (medidos em escalas com score de 5 pontos) com características individuais de consumidores de Células de Consumidores Responsáveis da Grande Florianópolis. Santa Catarina (SC), Brasil, 2020.....	50
Tabela 4 - Resumo das variáveis significativas e não significativas.....	52

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO	10
1.1	OBJETIVOS	13
1.1.1	Objetivo Geral	13
1.1.2	Objetivos Específicos	13
2	REFERENCIAL TEÓRICO	14
2.1	CONTEXTUALIZAÇÃO DA ALIMENTAÇÃO ATUAL, ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL E SUSTENTÁVEL	15
2.1.1	Aproximação da produção e consumo como estratégia para alimentação saudável e sustentável/promoção de práticas alimentares saudáveis	18
2.1.2	Perfil de consumidores de alimentos orgânicos	21
2.2	HABILIDADES CULINÁRIAS PARA PROMOÇÃO DA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL E SUA RELAÇÃO COM CARACTERÍSTICAS PESSOAIS	22
3	MÉTODO	26
3.1	INSERÇÃO DO ESTUDO	26
3.2	CARACTERIZAÇÃO DO ESTUDO	26
3.3	POPULAÇÃO E RECRUTAMENTO DA AMOSTRA	26
3.4	INSTRUMENTO E TÉCNICA DE COLETA DE DADOS	28
3.5	TRATAMENTO E ANÁLISE DOS DADOS	29
3.6	PROCEDIMENTOS ÉTICOS DA PESQUISA	30
4	RESULTADOS	31
4.1	ARTIGO ORIGINAL	31
5	CONCLUSÃO	57
	REFERÊNCIAS	58
	ANEXOS	64
	ANEXO A – QUESTIONÁRIO DE AVALIAÇÃO DAS HABILIDADES CULINÁRIAS E ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL DO PROGRAMA NUTRIÇÃO E CULINÁRIA NA COZINHA (NCC)	64

1 INTRODUÇÃO

A alimentação contemporânea é uma das causas do crescimento da taxa de obesidade e dos principais problemas de saúde (POPKIN; REARDON, 2018; WHO, 2020). O elevado consumo de alimentos ultraprocessados e a falta de tempo para cozinhar estão relacionados com o desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), uma vez que esses alimentos apresentam quantidades elevadas de açúcar, sódio, gorduras trans e saturadas (MONTEIRO *et al.*, 2019; BRASIL, 2014; MONTEIRO; CANNON, 2012).

Além disso, outro problema global é a utilização de agrotóxicos na produção de alimentos. A cada ano, o Brasil libera a utilização de novos agrotóxicos altamente tóxicos. Esse consumo acumulado de alimentos com resíduos de agrotóxicos e com agrotóxicos não permitidos para aquela cultura tem causado sérios danos à saúde humana, como intoxicações, alterações nos sistemas reprodutores femininos e masculinos, alterações hormonais, má formação congênita, câncer, entre outros (ANVISA, 2019; LARA *et al.*, 2019; LOPES; ALBUQUERQUE, 2018; PEREIRA; FRANCESCHINI; PRIORE, 2021).

Ainda, o distanciamento do produtor com o consumidor ocasiona maiores custos, redução na qualidade dos alimentos, perda nutricional e impactos ambientais ao longo da cadeia de produção de alimentos (MORGAN *et al.*, 2018; PEREIRA; FRANCESCHINI; PRIORE, 2021). Estes fatores comprometem uma alimentação saudável, sustentável e de qualidade (HANKINS; GRASSENI, 2014).

Para reverter os efeitos prejudiciais da dieta na saúde e resgatar hábitos alimentares saudáveis são necessários, junto com o retorno à cultura alimentar, o incentivo à agricultura familiar e local e às habilidades culinárias (HANKINS; GRASSENI, 2014; BRASIL, 2014).

O maior envolvimento no preparo de refeições em casa é fundamental para o desenvolvimento de hábitos alimentares mais saudáveis e o aumento da confiança em cozinhar (HARTMANN; DOHLE; SIEGRIST, 2013; LAVELLE *et al.*, 2017; REICKS; KOCHER; REEDER, 2018; SOLIAH; WALTER; JONES, 2012). Entretanto, existe um distanciamento da população em praticar habilidades culinárias (JOMORI *et al.*, 2018; BRASIL, 2014; SOLIAH; WALTER; JONES, 2012). As características

peçoais e o perfil das pessoas que praticam habilidades culinárias estão se concentrando em pessoas de mais idade, enquanto os mais jovens não se sentem confiantes para cozinhar, optando por alimentos industrializados (ADAMS et al., 2015). No Brasil, diretrizes oficiais como o Guia Alimentar para a População Brasileira (GAPB) e o Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional (EAN) incentivam a prática culinária e o desenvolvimento das habilidades culinárias em todas as faixas etárias para promoção da alimentação adequada, saudável e sustentável (BRASIL, 2012; 2008; 2014).

Redes alimentares alternativas são caracterizadas pela proximidade entre agricultores e consumidores, possibilitada por cadeias curtas de abastecimento de alimentos e vendas diretas ao consumidor, como feiras, compras coletivas, grupos de consumo, mercados municipais, dentre outros (MORGAN et al., 2018; SABOURIN, 2014). Pode-se destacar algumas iniciativas ao redor do mundo como a *Community Support Agriculture (CSA)*, a *Association pour le Maintien de l'Agriculture Paysanne (AMAP)* o *Gruppi di Acquisto Solidale (GAS)* (ECONOMIA SOLIDALE, 2004). Em Florianópolis, no contexto da Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC), o Laboratório de Comercialização da Agricultura Familiar (LACAF) iniciou um projeto no ano de 2016 conectando grupos de agricultores familiares produtores de alimentos orgânicos de Santa Catarina com grupos de consumidores (ESCOSTEGUY, 2019).

Participar de uma rede alimentar alternativa pode modificar os hábitos alimentares dos membros, com o aumento no consumo de vegetais e o preparo de refeições em casa (MORGAN et al., 2018). Estudos sugerem que o perfil de consumidores que participam destas iniciativas é na sua maioria composto por mulheres, de classe média e com ensino superior completo (COX et al., 2008; DIEKMANN; THEUVSEN, 2019; HARMON, 2014; LANG, 2010; MORGAN et al., 2018). Além disso, esse grupo de consumidores procura participar das redes alimentares alternativas pelos benefícios sociais, individuais, sustentáveis e econômicos (COX et al., 2008; DIEKMANN; THEUVSEN, 2019; MORGAN et al., 2018).

Diante desse contexto, visando reconhecer a importância das habilidades culinárias e o retorno às práticas de preparo dos alimentos para a melhoria da alimentação da população por meio do incentivo à compra de alimentos locais e

orgânicos, contribuindo para a sustentabilidade do sistema alimentar, a pergunta norteadora deste estudo foi:

“Qual a associação entre as habilidades culinárias e as características de consumidores participantes do projeto Células de Consumidores Responsáveis (CCR)?”

1.1 OBJETIVOS

1.1.1 Objetivo Geral

Avaliar a associação entre as habilidades culinárias, as características sociodemográficas e características culinárias pessoais de consumidores participantes de uma rede alternativa de comercialização de alimentos orgânicos de Florianópolis, Santa Catarina.

1.1.2 Objetivos Específicos

- Identificar as características sociodemográficas e características culinárias pessoais de participantes de uma rede alternativa de comercialização de alimentos orgânicos de Florianópolis, Santa Catarina;
- Caracterizar as habilidades culinárias de participantes de uma rede alternativa de comercialização de alimentos orgânicos de Florianópolis, Santa Catarina;
- Verificar a relação entre as habilidades culinárias, características sociodemográficas e características culinárias pessoais de participantes de uma rede alternativa de comercialização de alimentos orgânicos de Florianópolis, Santa Catarina.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

Este capítulo apresenta o referencial teórico, estruturado a partir de busca na literatura científica utilizando as bases de dados *Scielo*, *Scopus* e *Google Acadêmico*, nos idiomas português, inglês e italiano. Também foram utilizados para consulta sites de órgãos governamentais nacionais e internacionais. Ainda, realizou-se a busca de estudos citados nas referências dos artigos encontrados.

A pesquisa foi realizada utilizando as combinações de unitermos presentes no Quadro 1.

Quadro 1: Descritores e suas combinações utilizadas para busca nas bases de dados

Português	Inglês
Características sociodemográficas; características pessoais.	<i>population characteristic; personal characteristics; members characteristic; consumers characteristic.</i>
Habilidades culinárias; práticas culinárias, práticas alimentares; preparo de alimentos.	<i>cook* skills; cook* techniques; cook* practices; cook* ability; culinary practices; meal preparations at home; food skills; culinar* skills; food preparations.</i>
Termos relacionados a alimentos orgânicos	
Alimentos orgânicos, agroecológicos; naturais.	<i>organic food; local organic food; ecologic food.</i>
Termos relacionados a redes alimentares alternativas	
CCR; CSA; cadeias curtas de comercialização; cadeias agroalimentares curtas; cadeia produtiva curta; redes agroalimentares. alternativas; circuitos curtos, compras de proximidade; compra local; Sistema Agroalimentar Localizado.	<i>local foods; short food; Short food supply chain (SFSCs); <u>Community-supported agriculture (CSA)</u>; alternative food networks (AFN).</i>

Fonte: Luíza Todeschini Lucas, 2020.

Os grupos de unitermos foram combinados buscando artigos de interesse para pesquisa. Alguns unitermos foram agrupados nas seguintes combinações: (“orgânicos” OR “agroecológicos” OR “agricultura familiar”) AND (“características pessoais” OR “características sociodemográficas”); e (“características pessoais” OR

"características sociodemográficas"); AND ("CSA" OR "cadeias curtas de comercialização" OR "circuitos curtos").

As buscas foram realizadas sem limitação de data ou outros filtros. Inicialmente foram selecionados artigos em que o título estava em consonância com as palavras-chave e a temática, as combinações foram adaptadas para utilizar unitermos mais gerais ou mais específicos. Após a seleção e leitura dos materiais, foi feita a organização dos capítulos a seguir.

2.1 CONTEXTUALIZAÇÃO DA ALIMENTAÇÃO ATUAL, ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL E SUSTENTÁVEL

A cultura alimentar no Brasil é marcada por influências de populações indígenas nativas, colonizadores portugueses e de escravos africanos e seus descendentes. Dentro dos padrões alimentares, estão presentes alimentos básicos minimamente processados como o arroz, feijão, mandioca, entre outros. Esses alimentos básicos formam a base das principais refeições diárias, são nutricionalmente saudáveis e fazem parte das tradições da culinária brasileira (BRASIL, 2014; MONTEIRO; CANNON, 2012; MONTEIRO *et al.*, 2019).

Entretanto, a alimentação atual vem se afastando cada vez mais da cultura alimentar original dando espaço para alimentos ultraprocessados. Autores sugerem que os alimentos podem ser classificados conforme o tipo de processamento em: alimentos *in natura* ou minimamente processados, que são aqueles que não sofrem nenhuma alteração após deixar a natureza, como arroz, feijão, carnes *in natura*, frutas e leite; alimentos processados, os quais têm a agregação de sal, açúcar, óleos, gorduras e vinagre ao alimento original, como, por exemplo, vegetais em salmoura, frutas em calda e peixes enlatados; e alimentos ultraprocessados, que são preparações industriais feitas principalmente por substâncias derivadas de alimentos ou não, como refrigerantes, salsichas, barras de cereal, etc. (MONTEIRO *et al.*, 2010; MONTEIRO *et al.*, 2019). Alimentos prontos para o consumo, processados e/ou ultraprocessados, apresentam maior densidade energética, maior quantidade de açúcar, sódio, gorduras totais e gorduras saturadas, bem como menor teor em proteínas e fibras quando comparados a alimentos *in natura* ou minimamente processados (BRASIL, 2014).

Estudo realizado com dados de três pesquisas de orçamentos familiares (POF) (1987-1988, 2002-2003 e 2008-2009) nas áreas metropolitanas do Brasil comprovou mudanças no sentido da maior ingestão de alimentos prontos para consumo e a redução de alimentos *in natura* ou minimamente processados e de ingredientes culinários processados (MARTINS *et al.*, 2013). Resultados mais recentes da POF (2017-2018) reforçam o aumento significativo no percentual da despesa média mensal com alimentação fora do domicílio. Também ocorreu uma queda nas despesas com alimentação do grupo cereais, leguminosas e oleaginosas de 10,4%, em 2002-2003 para 8,0% em 2008-2009 e 5% em 2017-2018. Por outro lado, alimentos prontos para o consumo tiveram um aumento de 2,3% nas despesas com alimentação em 2002-2003 para 2,9% em 2008-2009 e chegou a 3,4% em 2017-2018 (IBGE, 2019).

Dietas baseadas em alimentos prontos para o consumo podem favorecer o ganho excessivo de peso, bem como intensificar a morbimortalidade por doenças cardiovasculares (MOUBARAC *et al.*, 2013; O’KANE, 2016). A última pesquisa feita pelo VIGITEL reforça que o Brasil vem enfrentando um aumento expressivo de sobrepeso e obesidade em todas as faixas etárias e as DCNT são a principal causa de morte entre adultos. O número de obesos no país aumentou 67,8% entre 2006 e 2018 (BRASIL, 2019).

Além do consumo excessivo dos alimentos ultraprocessados na dieta dos brasileiros e sua relação com obesidade, doenças cardiovasculares e doenças crônicas, outro agravante da alimentação contemporânea é a contaminação dos alimentos com agrotóxicos. Já foram encontradas associações entre o consumo de alimentos com agrotóxicos e o desenvolvimento de enfermidades como intoxicações, alterações nos sistemas reprodutores femininos e masculinos, alterações hormonais, má formação congênita, câncer, entre outros (FILHO; DE MELO, 2012; LOPES; ALBUQUERQUE, 2018). O Brasil atualmente é o país que mais utiliza agrotóxicos no mundo. O volume de agrotóxicos liberados nos últimos 2 anos é o maior dos últimos 10 anos, sendo utilizados agrotóxicos altamente tóxicos e proibidos na União Europeia, além de quantidades acima do permitido, trazendo possíveis impactos na saúde a longo prazo e agravando ainda mais a situação de saúde atual (FILHO; DE MELO, 2012; LOPES; ALBUQUERQUE, 2018; PEREIRA; FRANCESCHINI; PRIORE, 2021). Um dos fatores responsáveis pelo aumento da

utilização de agrotóxicos nos últimos anos foi a liberação do uso de sementes transgênicas no Brasil. Atualmente, a maior parte das culturas de milho e soja produzidas no país são transgênicas e utilizam grandes quantidades de agrotóxicos (BRASIL, 2020).

Conforme os resultados do último Programa de Análise de Resíduos de Agrotóxicos em Alimentos (PARA) referente ao período de 2017-2018 realizado pela ANVISA, 49% dos alimentos não continham resíduos dos agrotóxicos analisados, 28% continham resíduos de agrotóxicos dentro dos limites permitidos, 23% não estavam em conformidades com as recomendações, 0,89% representavam um potencial de risco agudo à saúde, que são intoxicações que podem ocorrer dentro de um período de 24 horas após o consumo do alimento que contenha resíduos e 0% representavam um potencial de risco crônico, que são intoxicações que a longo prazo trazem malefícios à saúde (ANVISA, 2019). Os resultados são semelhantes com os do Programa Alimento Sem Risco (PASR) em que se revelou 18,2% de alimentos fora da conformidade, contaminados com resíduos de agrotóxicos analisados na região de Santa Catarina (BRASIL, 2017). Entretanto, estes dois programas não incluem todos os agrotóxicos utilizados no país e analisam uma pequena variedade de alimentos. Ainda, é importante ressaltar que no Brasil os limites máximos de resíduos de agrotóxicos em alimentos são mais altos do que em outros países, e a análise é realizada apenas em alimentos *in natura*, excluindo produtos industrializados processados e ultraprocessados que podem também conter resíduos destas substâncias (CARNEIRO *et al.*, 2015; CORTESE *et al.*, 2018; PEREIRA; FRANCESCHINI; PRIORE, 2021). Outro agravante é o cenário do atual sistema alimentar cada vez mais distante do consumidor, causando impactos negativos na garantia da sustentabilidade ambiental, na Segurança Alimentar e Nutricional (SAN) e no Direito Humano à Alimentação Adequada (DHAA). Este cenário trouxe prejuízos à qualidade e produção de alimentos, ocasionando problemas crescentes de saúde nos países industrializados e gerando impactos para o ecossistema (HANKINS; GRASSENI, 2014).

Surgem então iniciativas públicas como a Política Nacional de Alimentação e Nutrição (PNAN) que, por meio de políticas públicas, propõe respeitar, proteger, promover e prover os direitos humanos à saúde e à alimentação adequada (BRASIL, 2013). Conforme a Lei Orgânica de Segurança Alimentar e Nutricional de 2006

(LOSAN), o Direito Humano à Alimentação Adequada se refere à disponibilidade de alimentos adequados, com acesso e estabilidade, produzidos de forma soberana, sustentável, digna e emancipatória (BRASIL, 2006).

Neste contexto, a SAN começa a ser entendida como uma maneira de fomentar a soberania alimentar brasileira, com iniciativas como o Programa de Aquisição de Alimentos (PAA) e o Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) que contribuem com agricultores familiares e respeitam uma alimentação saudável e sustentável (NASCIMENTO *et al.*, 2019).

Segundo o Conselho Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional (CONSEA, 2006), a definição de alimentação adequada e saudável é:

A realização de um direito humano básico, com a garantia ao acesso permanente e regular, de forma socialmente justa, a uma prática alimentar adequada aos aspectos biológicos e sociais dos indivíduos, de acordo com o ciclo de vida e as necessidades alimentares especiais, pautada no referencial tradicional local. Deve atender aos princípios da variedade, equilíbrio, moderação, prazer (sabor), às dimensões de gênero e etnia, e às formas de produção ambientalmente sustentáveis, livres de contaminantes físicos, químicos, biológicos e de organismos geneticamente modificados.

Para alcançar a alimentação saudável deve ser incentivada a forma de consumo dos alimentos na sua forma mais natural, cultivada por produtores locais e vinda da agricultura familiar. Devendo respeitar a sazonalidade, os alimentos regionais, a cultura alimentar e os bons hábitos alimentares, garantindo a SAN com impactos ambientais positivos a respeito do uso do solo e da água (BRASIL, 2014).

2.1.1 Aproximação da produção e consumo como estratégia para alimentação saudável e sustentável/promoção de práticas alimentares saudáveis

Para reverter os impactos da insegurança alimentar deve-se retomar o resgate da aproximação entre produção e consumo, formando uma conexão direta entre produtor e consumidor (SABOURIN, 2014). O alcance da sustentabilidade dos sistemas alimentares continua sendo contestado, mas nas últimas décadas, um número crescente de movimentos em países desenvolvidos se voltou para redes alimentares alternativas (DAVID; GUIVANT, 2020). As redes alimentares alternativas

são caracterizadas pela proximidade entre agricultores e consumidores, possibilitada através de cadeias curtas (CC) de suprimento de alimentos e vendas diretas ao consumidor (DAROLT *et al.*, 2016; MORGAN *et al.*, 2018).

As cadeias curtas de abastecimento alimentar, ou *short food supply chain*, representam um sistema de inter-relações de produtores que estão diretamente engajados na produção, transformação, distribuição e consumo de alimentos. Elas representam uma alternativa confiável às cadeias longas, pois favorecem a economia local e a forma de produção mais natural e saudável (DAVID; GUIVANT, 2020).

Surge então uma nova proposta de comercialização, denominada Comércio Justo e Solidário. Esta definição consta no Decreto nº 7.358 (17/11/2010), que institui o Sistema Nacional do Comércio Justo e Solidário. Ele é composto por:

Relações de comércio baseadas no diálogo, na transparência e no respeito, que busca maior igualdade no comércio internacional. Contribui ao desenvolvimento sustentável oferecendo melhores condições comerciais e assegurando o direito dos pequenos produtores e trabalhadores marginalizados.

Para alcançar as cadeias curtas de produção e o comércio justo e solidário são realizadas ações isoladas com produtores e consumidores, para assegurar a produção e a compra de alimentos saudáveis e sustentáveis. Nesse contexto, surgem os grupos de compras coletivas, que visam à construção de vínculos entre consumidores e agricultores familiares de localidades próximas. As compras realizadas em feiras, mercados públicos, vendas diretas na propriedade, entrega de cestas com preços acessíveis e direto com o produtor constituem algumas estratégias para cadeias curtas de produção (SABOURIN, 2014).

Iniciativas como estas promovem a sustentabilidade nos sistemas alimentares locais, conservando os recursos naturais, melhorando a viabilidade econômica da agricultura familiar, minimizando a necessidade de processamento de alimentos e de distribuição em cadeias de longa distância e melhorando o acesso a alimentos *in natura* (HARMON, 2014).

A economia solidária é uma alternativa praticada para criar uma economia e uma sociedade pensando no bem estar do consumidor e do produtor. A proposta surgiu em 2002 de uma Rede Italiana de Economia Solidária (RES) dos Grupos de

Compras Solidárias que se espalharam na Itália nos anos 90, como um momento de encontro, conexão e troca de informações. É um movimento que está se espalhando por todo o mundo e tem como pilares o respeito ao meio ambiente e as pessoas (ECONOMIA SOLIDALE 2004; MIRA *et al.*, 2018). Existem alternativas no mundo todo e com denominações diferentes, porém os modelos mais conhecidos são denominados CSA (*Community Supported Agriculture*) nos países de língua inglesa, AMAP (*Association pour le Maintien de l'Agriculture Paysanne*) nos países de língua francesa e a GAS (*Gruppi di Acquisto Solidale*) na Itália (ECONOMIA SOLIDALE, 2004).

A *community supported agriculture* (CSA) ou Comunidade que Sustenta a Agricultura é um modelo alternativo de comercialização e distribuição de alimentos, em que os consumidores pagam uma taxa de associação em troca de uma parte semanal da colheita de uma fazenda. A CSA tem o potencial de colaborar com a segurança alimentar a grupos desfavorecidos, melhorando o acesso a alimentos cultivados localmente (HARMON, 2014; O'KANE, 2016).

Outra alternativa da economia solidária é o *Gruppi di Acquisto Solidale* (GAS) ou Grupos de Compra Solidária, que funciona semelhante ao CSA formando redes alimentares alternativas gerenciadas pela comunidade que se reúnem para comprar alimentos de pequenos produtores locais. Tem como lema: “pequeno, local e solidário”. Pequeno para permitir uma organização simples e promover as relações entre os membros, e local para fortalecer o vínculo entre os cidadãos e o território em que eles habitam (ECONOMIA SOLIDALE, 2004).

No Brasil surgem iniciativas como grupos de consumo responsáveis (GCR), organizados pela Rede Brasileira de Grupos de Consumo Responsável que atua em âmbito nacional desde 2011. Tem como princípios melhorar as relações de produção, distribuição e aquisição de produtos e serviços, de acordo com os princípios da economia solidária, soberania alimentar, agroecologia e o comércio justo e solidário. Estes grupos incentivam a compra de produtos saudáveis como frutas, legumes, verduras, grãos, entre outros a preços acessíveis, além de apoiar produtores da agricultura familiar de base agroecológica (BENSADON; MASCARENHAS; GONÇALVES, 2016; MIRA *et al.*, 2018).

O Laboratório de Comercialização da Agricultura Familiar (LACAF) da Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC) iniciou em 2016 um trabalho de

constituição de grupos de consumidores responsáveis de alimentos agroecológicos e orgânicos na cidade de Florianópolis, SC. Esta iniciativa nasceu da necessidade de grupos de agricultores viabilizarem mercados mais justos para seus produtos, associado à crescente demanda dos consumidores por alimentos mais limpos e saudáveis. O projeto visa analisar as possibilidades e condições para ampliação, em Florianópolis, da comercialização de produtos orgânicos da agricultura familiar da região Sul do Brasil. Tem como objetivo criar uma Rede de Cidadania Agroalimentar na Região Metropolitana de Florianópolis (RMF), assim como estimular um consumo ético e responsável, aumentando o abastecimento de produtos agroecológicos provenientes da agricultura familiar na cidade. Ainda, criar mercados mais justos para seus produtos, associado à crescente demanda dos consumidores por alimentos mais frescos e saudáveis e criar grupos de consumidores interessados em um consumo consciente e responsável. Hoje o projeto atende em torno de 539 consumidores, com 60 famílias de agricultores envolvidas e tem pontos de coleta na região da UFSC, Rio Tavares, Canasvieiras, Capoeiras, Coloninha, Campeche, Itacorubi, Trindade, Centro, Lagoa da Conceição e Barreiros (ESCOSTEGUY, 2019).

2.1.2 Perfil de consumidores de alimentos orgânicos

Estudos caracterizam o perfil dos consumidores das redes alimentares alternativas e suas iniciativas como um grupo composto na sua maioria por mulheres, com graduação completa e de classe média (COX *et al.*, 2008; DIEKMANN; THEUVSEN, 2019; HARMON, 2014; LANG, 2010; MORGAN *et al.*, 2018). Os consumidores são motivados a participar das redes alternativas de alimentos pelos benefícios sociais, ecológicos e econômicos (DIEKMANN; THEUVSEN, 2019). A preocupação com segurança alimentar, saúde, apoio à agricultura local, sustentabilidade da produção e economia local também são questões consideradas no momento de ingressar nas redes alimentares alternativas (COX *et al.*, 2008; MORGAN *et al.*, 2018).

Um estudo com 129 (53,8%) dos 240 membros da *From the Ground Up*, uma *Community Supported Agriculture* (CSA) localizada em Maryland, Washington, nos Estados Unidos da América, encontrou que 31,4% dos entrevistados eram vegetarianos e ingressaram na CSA para obter produtos cultivados localmente (86,0%), obter produtos orgânicos (83,7%), apoiar os pequenos agricultores locais

(77,5%), por razões ambientais (72,9%) e por melhorar os hábitos alimentares em busca de alimentos integrais e cultivados de modo orgânico (34,1%) (LANG, 2010).

Outro estudo com membros de CSA de quatro estados estadunidenses (Nova York, Carolina do Norte, Vermont e Washington) com idade entre 24 e 71 anos, encontrou que dentre as principais motivações para participar da CSA referiu-se a crítica ao sistema alimentar contemporâneo, apresentando desconfiança pelas práticas de produção utilizadas na agricultura em larga escala. Os membros refletiram positivamente sobre como a participação da CSA influencia o modo como cozinham e se alimentam, complementando os padrões alimentares atuais ou levando ao aumento do consumo de vegetais. Entretanto, a introdução de novas frutas, verduras e legumes deve ser gradual para buscar novas receitas e modo de preparo. Alguns disseram que recebiam regularmente produtos indesejados ou mais do que podiam comer, mas pareciam ter recursos para evitar o desperdício destes itens, seja por meio da preservação, troca ou compartilhamento dos alimentos (MORGAN *et al.*, 2018).

Em relação aos hábitos alimentares e ao ato de cozinhar, as famílias que participam de uma CSA relatam maior frequência no preparo de refeições em casa, cozinhando junto com membros da família e realizando mais refeições em família (HARMON, 2014). Os hábitos alimentares dos membros parecem mudar com a participação na CSA, sendo mais propensos a consumir mais vegetais, a cozinhar de forma mais criativa e a gostar de cozinhar mais do que pessoas que não participam de uma rede alimentar alternativa (BIRTALAN *et al.*, 2020; GRUBOR; DJOKIC, 2016; VASQUEZ *et al.*, 2016). Participar da CSA pode aumentar o consumo de alimentos *in natura* e seus usos culinários, além de um maior conhecimento da agricultura local (HARMON, 2014).

2.2 HABILIDADES CULINÁRIAS PARA PROMOÇÃO DA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL E SUA RELAÇÃO COM CARACTERÍSTICAS PESSOAIS

Recente revisão de literatura propôs um conceito de habilidades culinárias que considera “a 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). Segundo o Guia Alimentar para População Brasileira, habilidades culinárias podem ser definidas como as atividades que envolvem desde o pré-preparo, cozimento, combinação e apresentação de alimentos compreendendo desde a compra e seleção dos alimentos até a forma de preparo e apresentação. São na sua maioria transmitidas e aperfeiçoadas ao longo de gerações (BRASIL, 2014) e requerem confiança e conhecimentos em culinária para o seu desenvolvimento individual (JOMORI *et al.*, 2018).

Entretanto, autores sugerem que há uma transição culinária, caracterizada pela diminuição significativa no tempo gasto no preparo de refeições em casa e, conseqüentemente, mudanças no nível de habilidades culinárias. Essa redução foi atribuída à falta de tempo, mudanças nos papéis familiares tradicionais, com maior participação das mulheres na força de trabalho e maior disponibilidade e acessibilidade de alimentos processados (ADAMS *et al.*, 2015; LAVELLE *et al.*, 2017, 2020).

Há também alteração nas trocas de experiências culinárias, compartilhamento de receitas e conhecimento de culinária entre gerações, causando falta de confiança e autonomia para o indivíduo preparar sua própria refeição (BRASIL, 2014; SOLIAH; WALTER; JONES, 2012). Isso faz com que preparações prontas e ultraprocessadas sejam mais consumidas pela praticidade e facilidade (BRASIL, 2014).

Um dos principais obstáculos para a preparação de refeições em casa é a falta de disponibilidade e tempo livre para cozinhar, pelas inúmeras atividades diárias, trabalho fora, cuidar da casa, dos filhos, etc. (BRASIL, 2014; SOLIAH; WALTER; JONES, 2012).

Iniciativas e políticas públicas nacionais têm estimulado o desenvolvimento de habilidades culinárias e a valorização do ato de cozinhar. O Guia Alimentar para População Brasileira (GAPB) é considerado referência para nortear escolhas alimentares saudáveis no país em que constam os dez passos para uma alimentação saudável. Dentre eles, destaca-se o número sete que incentiva desenvolver, exercitar e partilhar as habilidades culinárias para promover práticas alimentares saudáveis (BRASIL, 2014). Além do GAPB, o Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional (EAN) também se destaca, uma vez que o

documenta recomenda a “valorização da culinária enquanto prática emancipatória e de autocuidado dos indivíduos” (BRASIL, 2012).

Estudos têm relacionado a presença das habilidades culinárias com a autonomia e a confiança em cozinhar dos indivíduos, trazendo mudanças nas preferências alimentares e nos conhecimentos sobre a forma de preparo de cada ingrediente. Cozinhar a própria refeição pode aumentar o consumo de frutas, legumes e verduras, bem como reduzir a quantidade de sal, gordura saturada, gordura trans e açúcar das refeições, tornando mais nutritivas e contribuindo com a saúde (HARTMANN; DOHLE; SIEGRIST, 2013; SOLIAH; WALTER; JONES, 2012).

Uma revisão sistemática identificou 34 estudos (2011–2016) para avaliar o impacto das intervenções culinárias e de preparação de alimentos em casa entre os adultos. Os resultados desses estudos demonstraram a relação entre o preparo de refeições em casa e hábitos alimentares saudáveis. A maior frequência de preparo de refeições em casa foi relacionada com o aumento no consumo de frutas, legumes e verduras e mudanças positivas no comportamento da dieta, bem como melhorias na confiança e no conhecimento de práticas de habilidades culinárias. Entretanto, uma das limitações da revisão é que a população estudada nos estudos atuais publicados não é homogênea, não sendo possível fazer uma relação com dados sociodemográficos (REICKS; KOCHER; REEDER, 2018).

Na Austrália, um estudo realizado com 910 adultos avaliou o nível de confiança nas habilidades culinárias, qualidade da dieta e características sociodemográficas. Como resultado houve uma diferença significativa de confiança nas habilidades culinárias e alimentares, com base na idade e no sexo, sendo que os idosos tinham maior confiança nas habilidades culinárias em comparação aos adultos mais jovens. Além disso, as mulheres apresentaram maior confiança nas habilidades culinárias em comparação aos homens (LAVELLE *et al.*, 2020).

Mcgowan e colaboradores (2016) demonstraram achados semelhantes em relação às habilidades culinárias e as características sociodemográficas em uma pesquisa realizada em uma amostra representativa nacionalmente controlada de 1049 adultos com idades entre 20 e 60 anos, provenientes da Ilha da Irlanda. Os participantes mais velhos apresentaram maior confiança nas habilidades culinárias do que os mais jovens, com as mulheres tendo maior confiança nas habilidades do que os homens.

Corroborando com esses achados, outro estudo, realizado em Brisbane na Austrália, com amostra de 426 domicílios, também revelou que homens, grupos socioeconômicos mais baixos e adultos jovens demonstraram ter baixa ingestão de frutas, legumes e verduras e não ter confiança para cozinhar legumes em comparação às mulheres de um grupo socioeconômico alto e mais velho. Segundo o estudo, o fato de viver sozinho foi associado a fazer menos compras de frutas, legumes e vegetais e à falta de confiança para cozinhar. Os autores também afirmaram que pessoas que moram e preparam alimentos para mais pessoas são confiantes em preparar refeições (WINKLER; TURRELL, 2010).

Um estudo transversal realizou análise dos dados da primeira pesquisa *National Diet and Nutrition Survey* (NDNS) (2008–9), no Reino Unido, com 509 pessoas entrevistadas, com idade mediana de 46 anos. Os resultados demonstraram que a confiança no uso da maioria das técnicas de cozimento e na preparação da maioria dos alimentos foi alta nos entrevistados e nas famílias responsáveis pelo preparo dos alimentos. Ainda, 63,1% dos entrevistados disseram que cozinham uma refeição principal pelo menos cinco vezes por semana e mais de 83,9% viviam em uma residência em que uma pessoa era responsável por isso. Quase 90% dos entrevistados relataram poder cozinhar um prato principal com ingredientes *in natura*. Em relação às habilidades culinárias, em geral, o grupo das mulheres têm maior confiança que o grupo de faixa etária mais jovem (19-34 anos) e no grupo socioeconômico mais baixo. As diferenças na confiança em habilidades culinárias sugerem diversas desigualdades sociais, de acordo com gênero, posição socioeconômica e idade. As barreiras para o desenvolvimento de habilidades culinárias incluíram: falta de tempo, medo de desperdiçar alimentos, dificuldades em seguir receitas escritas e incertezas sobre segurança alimentar e rotulagem (ADAMS *et al.*, 2015).

Diante desse contexto, observa-se que iniciativas para aproximar o consumidor do produtor têm se tornado cada vez maiores e mais procuradas pela população. Entretanto, pouco se explora a questão do modo como essas pessoas estão preparando seus alimentos em casa. Nesse sentido, as habilidades culinárias vêm sendo estudadas e relacionadas com hábitos alimentares mais saudáveis e por isso a proposta deste estudo visa explorar essa lacuna do conhecimento.

3 MÉTODO

3.1 INSERÇÃO DO ESTUDO

Este estudo foi desenvolvido no contexto do projeto de extensão intitulado “Do campo à cozinha: oficinas culinárias para promoção da alimentação saudável e sustentável para participantes do programa Células de Consumidores Responsáveis”, da Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC), com registro no Sigpex UFSC n. 201819247.

3.2 CARACTERIZAÇÃO DO ESTUDO

O presente estudo possui delineamento descritivo, do tipo quantitativo observacional e exploratório. É uma pesquisa de caráter analítico transversal, em que a exposição ao fator ou causa está presente ao efeito no momento instantâneo ou intervalo de tempo analisado da coleta de dados (HOCHMAN et al., 2015).

3.3 POPULAÇÃO E RECRUTAMENTO DA AMOSTRA

A população deste estudo consistiu em indivíduos que participavam de uma rede alimentar alternativa de alimentos orgânicos denominada Célula de Consumidores Responsáveis (CCR) no município de Florianópolis, região sul do Brasil. Essa rede de compra direta dos agricultores locais é coordenada pelo Laboratório de Comercialização da Agricultura Familiar (LACAF) vinculado à Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC). A iniciativa surgiu em 2016 e tem como objetivo estimular dinâmicas de compra e venda direta por pedido antecipado de alimentos orgânicos/agroecológicos e o consumo ético/responsável, ampliando o abastecimento de alimentos vindos da agricultura familiar regional na cidade. As CCR atuam em 11 pontos de coleta, distribuídos em 10 bairros na região de Florianópolis, entregando cestas semanais com estrutura fixa de FLV que não podem ser escolhidas previamente pois são montadas baseada na produção sazonal dos agricultores familiares da região (ESCOSTEGUY et al., 2019; MIRANDA et al., 2021).

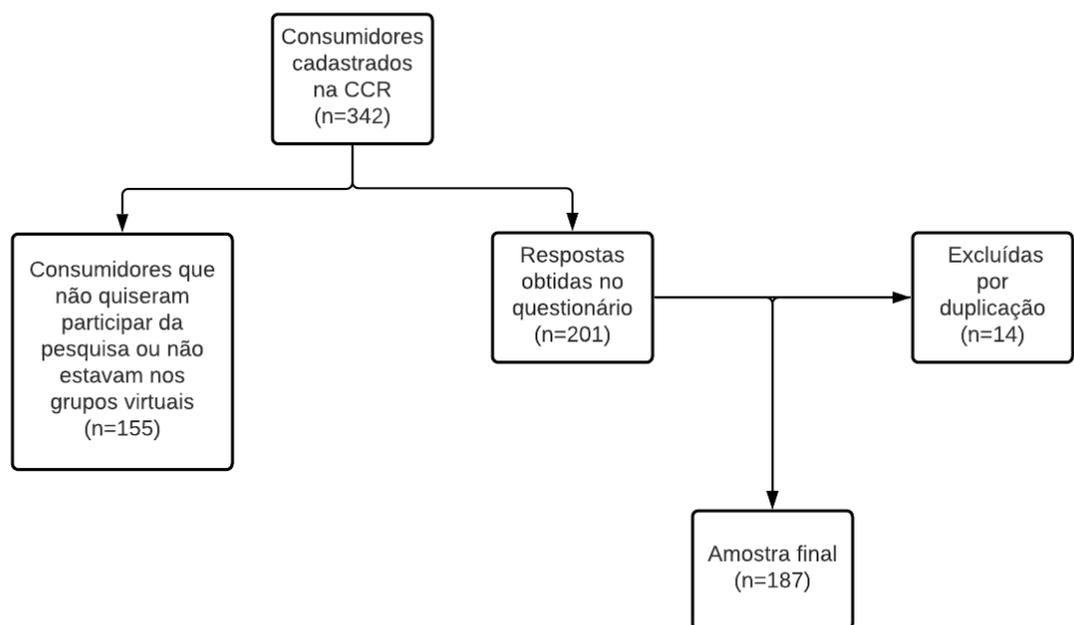
A amostragem foi não probabilística em que foram convidados para participar da pesquisa todos os consumidores que participavam dos 11 grupos virtuais de distribuição das cestas presentes no momento da coleta de dados. A

partir do número total de 342 consumidores cadastrados na CCR no momento da coleta de dados (n=342), foram obtidas 201 (n=201) respostas, mas tiveram 14 (n=14) perdas por respostas duplicadas, resultando na amostra final de 187 participantes no presente estudo (n=187). Ressalta-se que os grupos virtuais também incluem organizadores do projeto e que nem todos os consumidores participam dos grupos virtuais, portanto, a soma dos consumidores que não quiseram participar e dos responderam não é igual à dos consumidores cadastrados (Figura 1).

O recrutamento foi realizado por meio do envio de um questionário que foi disponibilizado em formulário *online* na plataforma do *Google Forms* para ser enviado via grupos virtuais e autopreenchido pelos participantes do programa Células de Consumidores Responsáveis. O período de coleta foi de 5 meses, sendo realizada no mês de novembro de 2019 e nos meses de janeiro, fevereiro, abril e maio de 2020.

Os critérios de elegibilidade foram: participar de uma das Células de Consumidores Responsáveis (CCR) existentes na região da grande Florianópolis; aceitar o TCLE (Termo de Consentimento Livre e Esclarecido) e ter disponibilidade para responder o questionário online.

Figura 1: Fluxograma do tamanho da amostra.



3.4 INSTRUMENTO E TÉCNICA DE COLETA DE DADOS

O instrumento utilizado para a coleta de dados do estudo foi um questionário dividido em duas partes, sendo a primeira referente à caracterização da amostra e a segunda à identificação das habilidades culinárias (Anexo A).

A primeira parte do questionário incluiu informações sociodemográficas sobre

- 1) Sexo: questão de múltipla escolha com apenas uma resposta (“feminino”, “masculino” e “outro: aberta”);
- 2) Idade: questão com resposta aberta em anos;
- 3) Estado civil: questão de múltipla escolha com apenas uma resposta (“casado(a) ou união estável”, “solteiro(a)”, “divorciado(a)”, “viúvo(a)” e “outros”);
- 4) Grau de escolaridade: múltipla escolha com apenas uma resposta (“ensino fundamental incompleto”, “ensino fundamental completo”, “ensino médio incompleto”, “ensino médio completo”, “curso técnico incompleto”, “curso técnico completo”, “graduação completa”, “graduação incompleta”, “pós graduação incompleta”, “pós graduação completa” e “outros”);
- 5) Ocupação: múltipla escolha com apenas uma resposta (“estudante”, “aposentado(a)”, “empregado(a)”, “não trabalha”, “desempregado(a)” e “outros”);
- 6) Renda familiar: múltipla escolha com apenas uma resposta (“menos de um”, “de um a três”, “de três a cinco”, “de cinco a sete”, “acima de 7” e “sem renda”);
- 7) Com quem mora: múltipla escolha com apenas uma resposta (“sozinho(a)”, “com pais (ou avós)”, “com cônjuge ou companheiro”, “com colegas” e “outro: aberta”);
- 8) Se possui filhos: pergunta do tipo “sim” ou “não”.

Já as informações relacionadas às características culinárias pessoais foram adaptadas de Jomori et al. (2017), incluindo as seguintes questões:

- 1) Se ocorre desperdício de alimentos: pergunta do tipo “sim” ou “não”;
- 2) Qual grupo alimentar ocorre este desperdício: múltipla escolha com apenas uma resposta (“folhosos”, “frutas”, “legumes”, “raízes” e “temperos e chás”);
- 3) Considera que sabe cozinhar: pergunta do tipo “sim” ou “não”;
- 4) Com quem aprendeu a cozinhar: pergunta de múltipla escolha com mais de uma resposta (“mãe/ pai/ avó/ outros da família”, “amigos”, “aula/curso/escola”, “livros de receita”, “internet”, “programa de TV” e “sozinho(a)”);
- 5) Tempo diário disponível para cozinhar: resposta aberta em horas e minutos;
- 6) Local que realiza a principal refeição: pergunta de múltipla escolha com mais de uma resposta “em casa” e “fora de casa”;
- 7) Quem é o responsável pelo

preparo das refeições: pergunta de múltipla escolha com mais de uma resposta (“você”, outra pessoa”, “compartilhado” e “delivery”).

Para a segunda parte, foi utilizado um questionário adaptado transculturalmente e validado para o Brasil (JOMORI, MANUELA MIKA ET AL., 2017). Este questionário englobou oito escalas referentes às habilidades culinárias e às práticas alimentares saudáveis, sendo elas: 1) Disponibilidade e acessibilidade de FLV (IDAFVLV): perguntas do tipo “sim” ou “não”; 2) Atitudes Culinárias (AC): avaliada por escala Likert de 5 pontos (“concordo fortemente” a “discordo fortemente”); 3) Comportamento culinário em casa (CCC) e 4) Comportamento culinário fora de casa (CCFC): avaliadas por escala Likert de 5 pontos (“nunca” a “diariamente”); 5) Autoeficácia em cozinhar e utilizar técnicas culinárias básicas (AETC), 6) Autoeficácia em utilizar FLV e temperos (AEUFLV) e 7) Autoeficácia em consumir FLV (AECFLV): avaliadas por escala Likert de 5 pontos (“nem um pouco confiante” a “extremamente confiante”); 8) Conhecimentos sobre termos e técnicas culinárias (CTTC): múltipla escolha com somente uma resposta correta (BERNARDO *et al.*, 2017; JOMORI, MANUELA MIKA ET AL., 2017; JOMORI *et al.*, 2018).

Os estudos citados neste tópico que avaliam as habilidades culinárias se baseiam em classificações e instrumentos distintos, existindo uma dificuldade de padronização para avaliação (JOMORI, *et al.*, 2017; JOMORI, *et al.*, 2018). Entretanto, para este estudo foi utilizado um instrumento adaptado transculturalmente e validado para o Brasil (anexo A) que avalia as habilidades culinárias.

3.5 TRATAMENTO E ANÁLISE DOS DADOS

Os dados obtidos pelo questionário, disponíveis em planilha do Programa Microsoft Excel® (2013), 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 apresentação dos dados foram utilizadas média e desvio padrão, para variáveis simétricas, e mediana e intervalo interquartil [IQR] para variáveis assimétricas. Variáveis categóricas foram expressas em número absoluto e frequência.

A escolaridade foi coletada com diferentes categorias, mas dada a peculiaridade da amostra optou-se por agrupar em duas categorias: 1) possuir pós-graduação completa; 2) Não possuir pós-graduação. A idade foi avaliada por meio da categorização em tercís.

Para avaliar diferenças nos escores de habilidades culinárias entre as características sociodemográficas e as características culinárias pessoais utilizou-se o teste ANOVA, com post hoc de Bonferroni, ou teste-t. Para todos os testes, adotou-se um nível de significância menor do que 5%.

3.6 PROCEDIMENTOS ÉTICOS DA PESQUISA

O estudo foi submetido e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos onde o estudo foi conduzido sob nº de protocolo 3.495.021, seguindo os preceitos éticos em pesquisa com a participação de seres humanos, de acordo com a Resolução nº 466, de 12 de dezembro de 2012 (BRASIL, 2012). Todos os entrevistados deram consentimento e não houve nenhum tipo de remuneração pela participação.

4 RESULTADOS

Este capítulo traz os resultados do trabalho de acordo com as etapas apresentadas no método. Os resultados são apresentados em forma de artigo científico que será submetido a periódico.

4.1 ARTIGO ORIGINAL

Associação entre habilidades culinárias e características pessoais de participantes de rede alimentar alternativa de comercialização de alimentos orgânicos no Brasil

Resumo

Redes alimentares alternativas de comercialização de alimentos orgânicos conectam produtores e consumidores por meio da venda direta de cestas contendo frutas, legumes e verduras (FLV) . O objetivo deste estudo foi avaliar a associação entre as habilidades culinárias (HC), características sociodemográficas e características culinárias pessoais de consumidores participantes de uma rede alternativa de comercialização de alimentos orgânicos de Florianópolis, Santa Catarina. O instrumento de pesquisa foi construído com auxílio da plataforma *Google Forms*, e enviado para ser autopreenchido de maneira *online* pelos participantes da rede avaliada. Foi utilizado um questionário adaptado transculturalmente e validado para o Brasil sobre habilidades culinárias. Como desfechos primários foram avaliadas oito escalas de habilidades culinárias, sendo cinco escalas relacionadas à confiança, comportamento, confiança e atitude culinária e três escalas relacionadas à acessibilidade, uso e consumo de frutas, legumes e verduras (FLV). O período de coleta foi de 5 meses. Para avaliar diferenças nos escores de habilidades culinárias entre as características sociodemográficas e características culinárias pessoais utilizou-se o teste ANOVA, com post hoc de Bonferroni, ou teste-t. Para todos os testes, adotou-se um nível de significância menor que 5%. A amostra final do estudo foi de 187 consumidores com média de idade de 40,7 anos, a maioria era mulher (84%), mais da metade tinha pós-graduação completa (62%) e renda mensal acima

de 7 salários mínimos (46%). O presente estudo observou algumas características individuais associadas a maior habilidade culinária e práticas alimentares saudáveis entre os participantes: sexo feminino, estar casado ou união estável, ser estudante, morar sozinho, ter filhos, realizar refeições em casa, ser o responsável por preparar refeições em casa, não desperdiçar alimentos e saber cozinhar, sendo que as duas últimas foram as características com maior número de escalas associadas. Os consumidores avaliados possuíam altos escores de habilidades culinárias e várias características individuais foram associadas com maiores HC e práticas alimentares saudáveis entre os participantes. Não desperdiçar alimentos e saber cozinhar foram as características com maior número de escalas associadas. Os resultados podem direcionar estratégias para o aumento das HC entre os participantes, além de ações para o estímulo a práticas alimentares saudáveis e redução do desperdício de alimentos.

Palavras-chave: Alimentos agroecológicos, alimentação saudável, culinária, cozinhar em casa, comercialização de alimentos.

1. Introdução

A produção global de alimentos ameaça a saúde da população, a estabilidade climática e degrada os ecossistemas. O sistema alimentar atual é responsável pelos principais distúrbios de saúde no mundo, onde mais de 820 milhões de pessoas ainda não têm comida suficiente e muitas consomem dietas de baixa qualidade ou comida em excesso (EAT-Lancet, 2019). O alto consumo de alimentos ultraprocessados vem sendo relacionado com o desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) (FAO, 2019). O modo de produção convencional de alimentos utiliza quantidades elevadas de agrotóxicos, causando malefícios à saúde e ao ambiente (Lopes & Albuquerque, 2018). Observa-se um distanciamento cada vez maior entre o produtor e o consumidor, ocasionando maiores custos, redução na qualidade dos alimentos e perda nutricional (Morgan et al., 2018). Esse cenário contribui com a chamada sindemia global, que abrange três pandemias: obesidade, desnutrição e mudanças climáticas (Swinburn et al., 2019). Estes fatores comprometem uma alimentação saudável, sustentável e de qualidade (Hankins & Grasseni, 2014).

Para reverter os efeitos prejudiciais do sistema alimentar, é necessário resgatar hábitos alimentares com o retorno à cultura alimentar, o incentivo da agricultura familiar e local e as habilidades culinárias (Hankins & Grasseni, 2014; FAO, 2012). Estratégias de redes alimentares alternativas (*Alternative Food Networks* - AFN) visam conectar e aproximar produtores e consumidores por meio de circuitos curtos de comercialização, como feiras, grupos organizados de consumidores, cestas entregues em domicílios, mercados municipais, dentre outros (Morgan et al., 2018; Sabourin, 2014). Pode-se destacar algumas iniciativas ao redor do mundo como a *Community Support Agriculture* (CSA), a *Association pour le Maintien de l'Agriculture Paysanne* (AMAP) na França e o *Gruppi di Acquisto Solidale* (GAS) na Itália (*Economia Solidale*, 2004).

Estudos sugerem que participar de uma rede alimentar alternativa de alimentos pode modificar os hábitos alimentares, com o aumento no consumo de frutas, legumes e vegetais (FLV) e o aumento no preparo de refeições em casa pelos consumidores (Feuerstein-Simon et al., 2020; Harmon, 2014; Rossi et al., 2017). Ainda, a prevenção de distúrbios de saúde é identificada como um dos principais motivos do consumo de alimentos orgânicos pela população (Grubor & Djokic, 2016; Shafie & Rennie, 2012).

O perfil dos consumidores de alimentos orgânicos e de participantes de redes alimentares alternativas são predominantemente mulheres, com maior escolaridade e nível socioeconômico (Diekmann & Theuvsen, 2019; Grubor & Djokic, 2016; Harmon, 2014; Morgan et al., 2018; Shafie & Rennie, 2012). Segundo estudos, a prevenção de distúrbios de saúde é identificada como um dos principais motivos do consumo de alimentos orgânicos pela população (Grubor & Djokic, 2016; Shafie & Rennie, 2012).

O maior envolvimento no preparo de refeições em casa é fundamental para o desenvolvimento de hábitos alimentares mais saudáveis e o aumento da confiança em cozinhar (Hartmann et al., 2013; Lavelle et al., 2017; Reicks et al., 2018; Soliah et al., 2012). Dessa forma, a prática culinária e o desenvolvimento das habilidades culinárias em todas as faixas etárias são estratégias amplamente divulgadas para a promoção da alimentação adequada, saudável e sustentável (Hagmann et al., 2020; Hartmann et al., 2013; Ministério da Saúde, 2014; Reicks et al., 2018; UNICEF, 2019). Habilidades culinárias consistem na confiança, atitude e aplicação de

conhecimentos individuais para desempenhar tarefas culinárias, envolvendo desde o planejamento de cardápios, as compras e o preparo dos alimentos (Jomori et al., 2018). As características pessoais e o perfil das pessoas que têm maiores habilidades culinárias se concentram predominantemente em mulheres, pessoas de mais idade e com maior escolaridade, que relatam sentir mais confiança em comparação com homens, adultos jovens e pessoas com menor escolaridade (Adams et al., 2015; McGowan et al., 2016).

Embora existam na literatura científica diversos estudos que exploram as características sociodemográficas dos consumidores de redes alimentares alternativas (MacMillan Uribe et al., 2012; Morgan et al., 2018; Rossi et al., 2017), não foram identificados estudos que verificassem a associação entre as habilidades culinárias dos participantes de redes alimentares alternativas de comercialização de alimentos orgânicos com as suas características individuais. Diante desse contexto, o objetivo deste estudo foi avaliar a associação entre as habilidades culinárias com as características de consumidores de uma rede alternativa de comercialização de alimentos orgânicos no município de Florianópolis, região sul do Brasil.

2. Método

2.1 Desenho e local de estudo

O presente estudo possui delineamento transversal. A população deste estudo consistiu em indivíduos que participam de uma rede alimentar alternativa denominada Célula de Consumidores Responsáveis (CCR) no município de Florianópolis, uma capital da região sul do Brasil. Essa rede de compra direta dos agricultores locais é um projeto coordenado pelo Laboratório de Comercialização da Agricultura Familiar (LACAF) vinculado à Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC). A iniciativa surgiu em 2016 e tem como objetivo estimular dinâmicas de compra e venda direta por pedido antecipado de alimentos orgânicos e o consumo ético/responsável, ampliando o abastecimento de alimentos orgânicos vindos da agricultura familiar da região. As CCR atuam em 11 pontos de distribuição entregando cestas semanais com estrutura fixa (variedade e quantidade de produtos) de FLV que não podem ser escolhidas previamente pois são montadas baseada na produção sazonal de cerca de 60 famílias da agricultura familiar da

região (Escosteguy, 2019). A agricultura familiar no Brasil é caracterizada por pequenos produtores que possuem um limite de tamanho de área da propriedade, devem utilizar predominantemente mão-de-obra da própria família e ter renda familiar predominantemente originada de atividades econômicas vinculadas à atividade rural (IBGE, 2006).

2.2 Amostra

A amostragem foi não probabilística em que foram convidados para participar da pesquisa todos os consumidores que participavam da rede de comercialização no momento da coleta de dados (n=342). O recrutamento foi realizado por meio de convite em grupos virtuais de mensagens (*Whatsapp*) já existentes, utilizados pelos agricultores e coordenadores da CCR para avisos sobre as entregas das cestas. Foram obtidas 201 (n=201) respostas, mas 14 (n=14) eram duplicadas, resultando na amostra final de 187 participantes no presente estudo (n=187).

O instrumento de pesquisa foi construído com auxílio da plataforma *Google Forms*, e enviado para ser autopreenchido de maneira *online* pelos participantes das CCR. O período de coleta foi de 5 meses, sendo no mês de novembro de 2019 e nos meses de janeiro, fevereiro, abril e maio de 2020.

Os critérios de elegibilidade foram: ser consumidor de uma rede alimentar alternativa Células de Consumidores Responsáveis (CCR) existentes na região da grande Florianópolis; aceitar o TCLE (Termo de Consentimento Livre e Esclarecido) e ter disponibilidade para responder o questionário online.

2.3 Variáveis do estudo

O questionário foi dividido em duas partes, sendo a primeira referente à caracterização da amostra e a segunda à identificação das habilidades culinárias

A primeira parte do questionário incluiu informações sociodemográficas sobre 1) Sexo; 2) Idade; 3) Estado civil; 4) Grau de escolaridade; 5) Ocupação; 6) Renda família; 7) Com quem mora; 8) Se possui filhos.

Já as informações relacionadas às características culinárias pessoais foram adaptadas de Jomori et al. (2017), incluindo as seguintes questões: 1) Se ocorre desperdício de alimentos; 2) Qual grupo alimentar ocorre este desperdício; 3) Considera que sabe cozinhar; 4) Com quem aprendeu a cozinhar; 5) Tempo diário

disponível para cozinhar; 6) Local que realiza a principal refeição; e 7) Quem é o responsável pelo preparo das refeições.

Para a segunda parte, foi utilizado um questionário adaptado transculturalmente e validado para o Brasil (Jomori, 2017; Jomori et al., 2017). Este questionário englobou oito escalas referentes às habilidades culinárias e às práticas alimentares saudáveis, sendo elas: 1) Disponibilidade e acessibilidade de FLV (IDAFVL): perguntas do tipo “sim” ou “não”; 2) Atitudes Culinárias (AC): avaliada por escala Likert de 5 pontos (“concordo fortemente” a “discordo fortemente”); 3) Comportamento culinário em casa (CCC) e 4) Comportamento culinário fora de casa (CCFC): avaliadas por escala Likert de 5 pontos (“nunca” a “diariamente”); 5) Autoeficácia em cozinhar e utilizar técnicas culinárias básicas (AETC), 6) Autoeficácia em utilizar FLV e temperos (AEUFLV) e 7) Autoeficácia em consumir FLV (AECFLV): avaliadas por escala Likert de 5 pontos (“nem um pouco confiante” a “extremamente confiante”); 8) Conhecimentos sobre termos e técnicas culinárias (CTTC): múltipla escolha com somente uma resposta correta (Bernardo et al., 2017; Jomori, 2017; Jomori et al., 2017)

Como desfechos primários foram avaliadas as oito escalas de habilidades culinárias, sendo cinco escalas relacionadas a confiança, comportamento, confiança e atitude culinária e três escalas relacionadas à acessibilidade, uso e consumo de FLV.

2.4 Análise de dados

Os dados obtidos pelo questionário, disponíveis em planilha do Programa Microsoft Excel® (2013), foram analisados com auxílio do Programa Stata versão 11.0 (Statacorp, College Station, TX, USA) ®.

Para a apresentação dos dados foram utilizadas média e desvio padrão, para variáveis simétricas, e mediana e intervalo interquartil [IQR] para variáveis assimétricas. Variáveis categóricas foram expressas em número absoluto e frequência.

A escolaridade foi coletada com diferentes categorias, mas dada a peculiaridade da amostra optou-se por agrupar em duas categorias: 1) possuir pós-graduação completa; 2) não possuir pós-graduação. A idade foi avaliada por meio da categorização em tercis.

Para avaliar diferenças nos escores de habilidades culinárias entre as características sociodemográficas e culinárias utilizou-se o teste ANOVA, com post hoc de Bonferroni, ou teste-t. Para todos os testes, adotou-se um nível de significância menor do que 5%.

2.5 Aspectos éticos

O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos onde o estudo foi conduzido sob nº de protocolo 3.495.021, seguindo os preceitos éticos em pesquisa com a participação de seres humanos, de acordo com a Resolução nº 466, de 12 de dezembro de 2012 (BRASIL, 2012). Todos os entrevistados deram consentimento e não houve nenhum tipo de remuneração pela participação.

3. Resultados

Todos os participantes cadastrados (n=342) nas CCR foram convidados a participar da pesquisa durante o período de coleta de dados. No total, 187 consumidores completaram o questionário. A maioria dos participantes (84%) era do sexo feminino e com idade média de $40,7 \pm 11,7$ anos (variando entre 18 e 77 anos). Grande parte relatou estar casado ou em união estável (65%), ter pós-graduação completa (62%), ser empregado ou autônomo (68%), receber uma renda mensal acima de 7 salários mínimos (46%), morar com familiares (83%) e ter filhos (54%) (Tabela 1).

(Inserir tabela 1)

O desperdício de alimentos foi relatado por 61% dos consumidores, sendo que as hortaliças folhosas eram os alimentos mais desperdiçados (Tabela 1).

Aproximadamente 91% dos consumidores relataram saber cozinhar. Dentre as fontes de aprendizagem de culinária, os participantes referiram ter aprendido com familiares (87%), internet (57%), livros de receita (38%), sozinho (35%), com amigos (26%), programas de TV (23%) ou em cursos (16%) (dado não apresentado em tabela). A maioria (73%) referiu ter mais de duas horas diárias disponíveis para cozinhar e 81% fazia sua principal refeição em casa, sendo que 60% dos respondentes preparavam as suas próprias refeições (Tabela 1). Com relação ao

local que realizavam refeições fora de casa habitualmente, 69% citaram fazê-la em restaurantes por peso, 15% em restaurante universitário e 13% em restaurante *a la carte* (dados não apresentados em tabela).

A tabela 2 apresenta a descrição da média dos escores das escalas de habilidades culinárias com as características da amostra.

(Inserir tabela 2)

Os consumidores do sexo feminino apresentaram média dos escores maiores de comportamento culinário em casa ($p=0,045$) e autoeficácia em técnicas culinárias ($p=0,027$), enquanto o sexo masculino apresentou média dos escores maiores em conhecimento em termos e técnicas culinárias ($p=0,029$). Os estudantes apresentaram maior média do escore nas escalas de comportamento culinário em casa ($p=0,021$) e fora de casa ($p=0,025$). Ainda, indivíduos que relataram morar sozinho ou com colegas apresentaram maiores valores na escala da atitude culinária ($p=0,012$). Foram observados maiores valores nas escalas de atitude culinária ($p=0,008$) e autoeficácia em técnicas de culinária ($p=0,008$) entre os indivíduos que relataram não desperdiçar alimentos. No entanto, as médias dos escores de comportamento culinário fora de casa ($p<0,001$) foram menores neste grupo. Saber cozinhar esteve associado a maiores médias nos escores de atitude culinária ($p<0,001$) e autoeficácia em técnicas de culinária ($p<0,001$) (Tabela 2).

Consumidores que fazem sua principal refeição em casa tiveram média dos escores maiores em atitude culinária ($p=0,017$), enquanto os consumidores que realizavam as refeições fora de casa tiveram maiores médias dos escores de comportamento culinário fora de casa ($p<0,001$). Ainda, os consumidores que preparam suas próprias refeições tiveram maiores médias dos escores para as escalas de atitude culinária ($p=0,006$) e de autoeficácia em técnicas de culinária ($p=0,034$). As variáveis idade, estado civil, escolaridade, renda familiar, ter filhos e tempo disponível para cozinhar não tiveram associação com as escalas de habilidades culinárias.

Os resultados referentes às escalas relacionadas à acessibilidade, uso e consumo de FLV podem ser observados na Tabela 3. Os consumidores casados ou que vivem em união estável apresentaram maiores médias dos escores de disponibilidade e acessibilidade de FLV ($p=0,031$), assim como consumidores que possuem filhos ($p=0,014$). Os participantes que não desperdiçavam alimentos

tiveram maiores médias dos escores nas três escalas de FLV. Também, consumidores que relataram saber cozinhar apresentaram maiores médias dos escores em disponibilidade e acessibilidade de FLV ($p=0,027$) e autoeficácia do uso de FLV ($p<0,001$). Por fim, consumidores que compartilham o preparo de refeições em casa tiveram maiores médias dos escores de autoeficácia do uso de FLV ($p=0,041$) comparados àqueles que não fazem ou utilizam delivery (tabela 3).

(Inserir tabela 3)

4 Discussão

As principais associações encontradas pelo presente estudo foram: 1) as mulheres apresentaram maior média na escala de comportamento culinário em casa e na autoeficácia em técnicas de culinária; 2) os consumidores casados e os que possuem filhos tiveram maior média em disponibilidade de FLV em casa; 3) ser responsável pelo preparo das refeições em casa e saber cozinhar tiveram associação com as escalas de atitude culinária e de autoeficácia em técnicas de culinária; 4) ser estudante universitário esteve associado com maiores médias em comportamento culinário em casa e fora de casa, e os que relataram morar sozinho ou com colega apresentaram maior média na escala de atitude culinária; 5) consumidores que relataram realizar a principal refeição em casa apresentaram maior média em atitude culinária; 6) participantes que relataram saber cozinhar apresentaram maiores médias em disponibilidade e acessibilidade de FLV e autoeficácia do uso de FLV; 7) consumidores que referiram fazer a principal refeição fora de casa tiveram maior média na escala de comportamento culinário fora de casa; 8) os participantes que referiram desperdiçar menos alimentos da cesta apresentaram maiores médias em duas escalas de habilidades culinárias e nas três escalas de FLV.

A amostra do estudo foi composta majoritariamente por mulheres, com grau de educação superior e renda familiar maior que sete salários mínimos (mais de R\$ 7.700,00) para quase metade dos consumidores. Vale destacar que o projeto das CCR foi criado no âmbito de uma universidade, o que pode ter influência no perfil dos consumidores participantes. O perfil socioeconômico se assemelha com os de outros estudos que caracterizaram consumidores de alimentos orgânicos (Grubor &

Djokic, 2016; Shafie & Rennie, 2012) e de participantes de redes alimentares alternativas (Birtalan et al., 2020; Diekmann & Theuvsen, 2019; Harmon, 2014; Morgan et al., 2018). É importante destacar que a renda domiciliar per capita no Brasil em 2020 foi de R \$1380,00 (IBGE, 2021), um pouco mais que um salário mínimo. Apesar da amostra do estudo em questão possuir alta renda, outros estudos no Brasil destacam uma mudança no perfil de consumidores de alimentos orgânicos, podendo ser um indicativo de mudança, devido à maior preocupação com a saúde ou mesmo pelos alimentos estarem se tornando mais acessíveis à população (Jamestony et al., 2017; Pereira et al., 2015). Com o aumento no consumo de alimentos orgânicos no Brasil, o acesso a esses alimentos vem se ampliando em mercados alternativos como feiras, iniciativas de compras coletivas, entregas de cestas e CSA. Entretanto, mesmo com preços superiores, os supermercados são ainda os principais responsáveis pela venda desses produtos (David & Guivant, 2020).

As médias nas escalas de habilidades culinárias do presente estudo foram maiores em comparação a um estudo que utilizou o mesmo instrumento e avaliou estudantes universitários brasileiros (Bernardo, 2017). Esse resultado pode ser explicado pelos participantes de redes alimentares alternativas e de alimentos orgânicos serem um público diferenciado, com maior preocupação na saúde, na alimentação e por consumirem mais FLV (MacMillan Uribe et al., 2012; Vasquez et al., 2016; Wilkins et al., 2015). Participar de uma rede alimentar alternativa pode ser um estímulo para cozinhar mais e também possibilitar aos consumidores experimentar novas formas de cozinhar e armazenar alimentos anteriormente desconhecidos, pela variedade e disponibilidade de FLV recebidos (Birtalan et al., 2020; Feuerstein-Simon et al., 2020), o que pode favorecer o desenvolvimento o aumento das habilidades culinárias.

Os participantes que declararam saber cozinhar e que são responsáveis pelas refeições em casa tiveram associação com as escalas de atitude culinária e de autoeficácia em técnicas de culinária. Estudos de intervenção culinária demonstram a importância de estimular o retorno à cozinha e a preparar as próprias refeições para melhorar a qualidade da dieta em diferentes faixas etárias (Bernardo et al., 2018; Brennan et al., 2020; Garcia et al., 2021).

Estudos indicam que mulheres ainda são as que mais se envolvem e são as responsáveis no preparo de refeições em comparação aos homens (Flagg et al., 2014; Hagmann et al., 2020; Mills et al., 2017). Esse resultado foi similar ao presente estudo em que a média do comportamento culinário em casa e a autoeficácia em técnicas de culinária das mulheres foi maior que a dos homens. Mesmo com o aumento do envolvimento dos homens na responsabilidade pela alimentação da família (Flagg et al., 2014; Taillie, 2018), as mulheres ainda são responsáveis por 75% dos cuidados que envolvem a família, filhos, alimentação e o trabalho doméstico em casa (Moreira da Silva, 2019). A amostra do presente estudo foi constituída de 85% de mulheres, o que possivelmente revela a maior presença das mulheres nos grupos de comunicação com os agricultores, meio pelo qual os consumidores foram recrutados para o presente estudo e na responsabilidade pela alimentação da família.

Os consumidores que são casados e que possuem filhos apresentaram médias de disponibilidade e acessibilidade de FLV maiores que dos outros grupos. Embora todos recebam a mesma quantidade de FLV semanalmente, esse resultado pode indicar a preocupação dos pais em ter mais FLV disponíveis para os filhos. A disponibilidade e a ingestão de alimentos em casa, incluindo práticas de alimentação dos pais, influenciam nos hábitos alimentares das crianças, sendo importante um aumento na ingestão de FLV pelos pais e da frequência de oferta às crianças (Wyse et al., 2015).

Ser estudante universitário esteve relacionado com o comportamento culinário fora de casa. Em consonância, estudo realizado com estudantes universitários da Austrália revelou que a maior frequência em comer fora de casa foi inversamente associado ao escore de qualidade da dieta (Thorpe et al., 2014). O resultado do presente estudo pode ser justificado pela realidade do ambiente universitário no Brasil, que é caracterizado pela presença de Restaurantes Universitários (RU) com custo acessível e alimentação equilibrada (Barbosa et al., 2020; Pulz et al., 2017). Além disso, os consumidores fazem as refeições fora de casa em restaurantes a quilo. Esses locais possuem um cardápio variado e representam uma alternativa de alimentação saudável fora de casa (Santos et al., 2011).

Em contrapartida, ser estudante também esteve relacionado com maior média na escala de comportamento culinário em casa. De acordo com Nelson et al. (2008), quando os estudantes fazem a transição da casa dos pais para morar sozinhos ou com colegas há uma maior responsabilidade alimentar, fazendo com que haja uma maior preocupação com a saúde e com a prática de hábitos relacionados a um estilo de vida saudável. Nesse sentido, o maior comportamento culinário em casa pode estar relacionado ao preparo e consumo de refeições em casa, mesmo com a maior frequência em comer fora de casa.

Observou-se que os consumidores que realizavam a principal refeição em casa apresentaram maior média na escala de atitude culinária, enquanto consumidores que faziam a principal refeição fora de casa tiveram maior média em comportamento culinário fora de casa. Um estudo com consumidores de uma CSA demonstrou que cozinhar as próprias refeições em casa está relacionado com o aumento no consumo de FLV e alimentos não processados e também com a redução de refeições fora de casa (Rossi et al., 2017). A falta de confiança em praticar habilidades culinárias está relacionada com o aumento no consumo de alimentos industrializados e baixa qualidade da dieta (Lavelle et al., 2020). Sendo assim, participar de uma rede alimentar alternativa de comercialização de alimentos orgânicos pode ser uma ferramenta importante para melhorar o ambiente alimentar doméstico e os comportamentos alimentares de toda população (Vasquez et al., 2016).

De acordo com os resultados obtidos neste estudo, os consumidores que demonstraram ter maiores habilidades culinárias desperdiçavam menos alimentos da cesta. Cerca de um terço de todos os alimentos produzidos no mundo são desperdiçados (FAO, 2020). Cada família brasileira descarta aproximadamente 128,8 kg de alimentos por ano, colocando o Brasil entre os países que mais desperdiçam alimentos no mundo (Porpino, Gustavo; Lourenço, Carlos Eduardo; Araujo, Cecilia M Lobo de; Bastos, 2018). Com o aumento da população, dos problemas ambientais e da insegurança alimentar, a Organização das Nações Unidas definiram a redução pela metade do desperdício de alimentos per capita até 2030 como uma das Metas dos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) (FAO, 2020). O resultado do presente estudo pode ser semelhante ao encontrado em um estudo com consumidores de uma CSA em Lexington (EUA) em que os

participantes se motivaram a cozinhar e criar novas receitas para evitar que os alimentos fossem desperdiçados, conseqüentemente, aumentando as habilidades culinárias (Rossi et al., 2017). O desenvolvimento de habilidades culinárias por participantes de redes alimentares alternativas de comercialização de alimentos orgânicos pode ser uma iniciativa que contribui para a redução do desperdício de alimentos e para a sustentabilidade do sistema alimentar.

O estudo em questão apresentou algumas limitações. Como os dados foram coletados apenas em Florianópolis, SC, os resultados podem não se aplicar a membros de outras redes alimentares alternativas visto as particularidades de cada uma. Também foram avaliados indivíduos de uma capital do sul do Brasil, com uma representatividade significativa de consumidores participantes. Outra limitação que cabe ser destacada é o delineamento transversal do estudo, o que dificulta a avaliação de causalidade. Pode ser que os consumidores já possuíssem algum grau de habilidades culinárias. Entretanto, é um dos primeiros estudos que relaciona habilidades culinárias e características pessoais de participantes de uma rede alimentar alternativa de comercialização de alimentos orgânicos e pode servir de estímulo para o desenvolvimento de outras pesquisas na área. Por fim, uma limitação importante a se destacar é de que as ações de restrição da pandemia da covid-19 no Brasil se iniciaram a partir do dia 16 de março de 2020, com o início do *lockdown* em nível nacional em seguida. A pandemia pode ter influenciado nas respostas dos consumidores, favorecendo as escalas “em casa” do questionário e frequência de consumo de FLV, pelo fato da maioria da população ter passado mais tempo em casa nesse período. Contudo, é importante salientar que a grande maioria das perguntas avaliava os principais hábitos de costume e não o que estava acontecendo no momento atual.

Como pontos fortes destaca-se a existência de um instrumento para avaliar as habilidades culinárias validado e adaptado para a realidade brasileira, podendo ser replicado em outras regiões do país.

5. Conclusão

O estudo avaliou a associação entre as habilidades culinárias e as características de consumidores de uma rede alimentar alternativa de comercialização de alimentos orgânicos no Brasil. Os consumidores avaliados

possuíam altos escores de habilidades culinárias e várias características individuais foram associadas com maiores habilidades culinárias e práticas alimentares saudáveis entre os participantes. Não desperdiçar alimentos e saber cozinhar foram as características com maior número de escalas associadas.

Os resultados deste estudo podem servir de estímulo para a criação, fortalecimento e acesso às redes alternativas de comercialização de alimentos orgânicos e de intervenções voltadas ao aumento das habilidades culinárias na população. Mais pesquisas devem ser realizadas a fim de confirmar algumas hipóteses levantadas no presente estudo, como a relação entre a participação em redes alternativas de comercialização de alimentos de comercialização e as habilidades culinárias, alimentação mais saudável e redução do desperdício de alimentos.

Tabela 1 - Caracterização da amostra de consumidores das Células de Consumidores Responsáveis da Grande Florianópolis. Santa Catarina (SC), Brasil, 2020. (n=187)

Variável	Total n (%) / média (SD)
Sexo	
Feminino	158 (84,5%)
Masculino	28 (15,0%)
Transexual	1 (0,5%)
Idade (anos)	
	40,7 ± 11.7
1° tercil (18 a 34 anos)	65 (34,7)
2° tercil (35 a 44 anos)	60 (32,1)
3° tercil (45 a 77 anos)	62 (33,2)
Estado civil	
Com companheiro: casado (a) ou união estável (obs. Inclui outros)	121 (64,7)
Solteiro (a), divorciado (a) ou viúvo (a)	66 (35,3)
Escolaridade – pós graduação completa	
Sim	116 (62,0)
Não	71 (38,0)
Ocupação	
Estudante	25 (13,4)
Aposentado (a)	21 (11,2)
Empregado (a) ou autônomo (a)	128 (68,4)
Não trabalha, desempregado(a)	13 (7,0)
Renda familiar	
Sem renda até 3 SM	31 (16,6)
De 3 a 7 SM	69 (36,9)
Acima de 7 SM	87 (46,5)
Com quem mora	
Sozinho ou colega	32 (17,1)

Com familiares: pais (ou avós); cônjuge/companheiro(a) e/ou filho(a); sobrinhos; sogros 155 (82,9)

Filhos

Sim 102 (54,5)
 Não 85 (45,5)

Desperdício de alimentos

Sim 113 (60,7)
 Não 73 (39,3)

Qual grupo ocorre mais desperdício

Folhosos 66 (56,4)
 Frutas 3 (2,6)
 Legumes 2 (1,7)
 Raízes 9 (7,7)
 Temperos e chás 37 (31,6)

Considera que sabe cozinhar

Sim 170 (90,9)
 Não 17 (9,1)

Tempo disponível para cozinhar

< 2 horas 51 (27,3)
 ≥ 2 horas 136 (72,7)

Local que realiza sua principal refeição

Em casa 151 (80,7)
 Fora de casa 36 (19,3)

Quem prepara a refeição

Participante 112 (59,9)
 Compartilhado 47 (25,1)
 Outra pessoa (inclui delivery) 28 (15,0)

Tabela 2 - Associação entre escalas de habilidades culinárias (medidos em escalas com score de 5 pontos) com características individuais de consumidores de Células de Consumidores Responsáveis da Grande Florianópolis. Santa Catarina (SC), Brasil, 2020.

Variáveis	Atitude culinária		Comportamento culinário em casa		Comportamento culinário fora de casa		Autoeficácia em técnicas de culinária		Conhecimento em Termos e Técnicas Culinárias	
	Média (DP)	p-valor	Média (DP)	p-valor	Média (DP)	p-valor	Média (DP)	p-valor	Média (DP)	p-valor
Sexo (n=186)^a										
Masculino	3,88 ± 0,58	0,449	3,47 ± 0,62	0,045	1,91 ± 0,51	0,289	3,84 ± 0,64	0,027	6,43 ± 1,44	0,029
Feminino	3,97 ± 0,52		3,72 ± 0,60		2,02 ± 0,63		4,12 ± 0,52		5,78 ± 1,34	
Idade (anos)										
1° tercil (18 a 34 anos)	3,96 ± 0,49	0,380	3,61 ± 0,58	0,170	1,99 ± 0,48	0,239	3,92 ± 0,63	0,643	6,55 ± 1,43	0,323
2° tercil (35 a 44 anos)	3,82 ± 0,52		3,52 ± 0,57		1,95 ± 0,53		3,91 ± 0,60		6,23 ± 1,50	
3° tercil (45 a 77 anos)	3,89 ± 0,69		3,40 ± 0,70		1,84 ± 0,57		3,82 ± 0,67		6,21 ± 1,39	
Estado civil										
Com companheiro: casado (a) ou união estável (obs. Inclui outros)	3,85 ± 0,61	0,167	3,51 ± 0,64	0,759	1,92 ± 0,54	0,757	3,88 ± 0,65	0,869	6,35 ± 1,47	0,896
Solteiro (a), divorciado (a) ou viúvo (a)	3,97 ± 0,50		3,49 ± 0,58		1,94 ± 0,50		3,89 ± 0,58		6,31 ± 1,38	
Escolaridade – pós graduação completa										
Não	3,95 ± 0,58	0,285	3,48 ± 0,68	0,607	1,95 ± 0,54	0,641	3,85 ± 0,64	0,566	6,27 ± 1,46	0,608
Sim	3,86 ± 0,57		3,53 ± 0,58		1,91 ± 0,52		3,91 ± 0,62		6,38 ± 1,43	
Ocupação										

Estudante	4,00 ± 0,42	0,421	3,74 ± 0,62	0,021	2,08 ± 0,40	0,025	3,82 ± 0,56	0,801	6,56 ± 1,19	0,32 0
Aposentado (a)	3,89 ± 0,78		3,28 ± 0,59		1,71 ± 0,62		3,78 ± 0,76		5,81 ± 1,40	
Empregado (a)	3,90 ± 0,57		3,53 ± 0,57		1,96 ± 0,54		3,91 ± 0,62		6,38 ± 1,42	
Não trabalha, desempregado(a)	3,67 ± 0,51		3,21 ± 0,97±		1,66 ± 0,32		3,84 ± 0,67		6,38 ± 2,02	
Renda familiar										
Sem renda até 3 SM	3,95 ± 0,53	0,823	3,47 ± 0,75	0,923	1,88 ± 0,48	0,823	3,84 ± 0,63	0,739	6,23 ± 1,61	0,86 9
De 3 a 7 SM	3,88 ± 0,63		3,52 ± 0,55		1,92 ± 0,53		3,86 ± 0,64		6,39 ± 1,31	
Acima de 7 SM	3,89 ± 0,54		3,52 ± 0,63		1,95 ± 0,55		3,92 ± 0,63		6,33 ± 1,49	
Com quem mora										
Sozinho ou colega	4,13 ± 0,41	0,012	3,57 ± 0,58	0,558 9	2,03 ± 0,49	0,217	3,98 ± 0,50	0,375	6,69 ± 1,18	0,13 1
Com familiares: pais (ou avós); cônjuge/companheiro (a) e/ou filho(a); sobrinhos; sogros	3,85 ± 0,59		3,50 ± 0,63		1,90 ± 0,53		3,87 ± 0,66		6,26 ± 1,48	
Filhos										
Não	3,95 ± 0,47	0,254	3,59 ± 0,61	0,112	1,98 ± 0,48	0,215	3,93 ± 0,58	0,364	6,53 ± 1,38	0,09 5
Sim	3,85 ± 0,65		3,44 ± 0,62		1,88 ± 0,56		3,84 ± 0,07		6,18 ± 1,47	
Desperdício de alimentos										
Não	4,04 ± 0,60	0,008	3,52 ± 0,68	0,888	1,75 ± 0,45	0,000 4	4,04 ± 0,60	0,008	6,41 ± 1,44	0,61 2
Sim	3,82 ± 0,52		3,51 ± 0,58		2,02 ± 0,55		3,89 ± 0,62		6,30 ± 1,44	

Considera que sabe cozinhar

Não	3,26 ± 0,71	<0,00 1	3,35 ± 0,60	0,279	1,95 ± 0,61	0,827	3,16 ± 0,67	<0,00 1	5,88 ± 1,61	0,17 3
Sim	3,96 ± 0,52		3,52 ± 0,62		1,92 ± 0,52		3,96 ± 0,58		6,38 ± 1,42	

Tempo disponível para cozinhar

< 2 horas	3,83 ± 0,45	0,336	3,58 ± 0,40	0,351	2,00 ± 0,54	0,269	3,93 ± 0,54	0,572	6,17 ± 1,44	0,35 2
≥ 2 horas	3,92 ± 0,61		3,48 ± 0,69		1,90 ± 0,52		3,87 ± 0,66		6,39 ± 1,44	

Local que realiza sua refeição principal

Em casa	3,94 ± 0,59	0,017	3,48 ± 0,65	0,253	1,85 ± 0,49	<0,00 1	3,92 ± 0,61	0,108	6,40 ± 1,45	0,24 1
Fora de casa	3,69 ± 0,57		3,51 ± 0,50		2,25 ± 0,53		3,73 ± 0,71		6,08 ± 1,36	

Quem prepara a refeição

Participante	3,96 ± 0,56	0,006	3,50 ± 0,65	0,823	1,88 ± 0,54	0,326	3,95 ± 0,61	0,034	6,54 ± 1,41	0,06 9
Compartilhado	3,92 ± 0,59		3,55 ± 0,59		2,01 ± 0,51		3,91 ± 0,64		6,02 ± 1,42	
Outra pessoa ou delivery	3,58 ± 0,64 ^{a,b}		3,46 ± 0,58		1,96 ± 0,48		3,60 ± 0,65 ^a		6,07 ± 1,49	

ANOVA com post-hoc de Bonferroni. Exceções especificadas.

‡ Teste-t ; a: diferente de participante, b: diferente de compartilhado

^aO participante que se autodeclarou como transsexual não foi considerado para esta análise.

Tabela 3 - Associação entre as escalas relacionadas à acessibilidade, uso e consumo de FLV (medidos em escalas com score de 5 pontos) com características individuais de consumidores de Células de Consumidores Responsáveis da Grande Florianópolis. Santa Catarina (SC), Brasil, 2020.

Variáveis	Disponibilidade e Autoeficácia de uso de FLV		Autoeficácia do consumo de FLV			
	Média (DP)	p-valor	Média (DP)	p-valor		
Sexo (n=186)						
Masculino	7,09 ± 1,15	0,958	4,06 ± 0,74	0,127	3,88 ± 0,89	0,183
Feminino	7,11 ± 0,92		4,28 ± 0,63		3,63 ± 1,07	
Idade (anos)						
1° tercil (18 a 34 anos)	6,97 ± 1,06	0,092	4,17 ± 0,67	0,557	3,85 ± 0,98	0,127
2° tercil (35 a 44 anos)	6,98 ± 1,28		4,08 ± 0,74		3,68 ± 0,90	
3° tercil (45 a 77 anos)	7,35 ± 0,98		4,04 ± 0,78		4,02 ± 0,86	
Estado civil						
Com companheiro: casado (a) ou união estável (obs. Inclui outros)	7,23 ± 1,07	0,031	4,06 ± 0,75	0,334	3,82 ± 0,91	0,633
Solteiro (a), divorciado (a) ou viúvo (a)	6,86 ± 1,17		4,17 ± 0,69		3,89 ± 0,95	
Escolaridade – pós graduação completa						
Não	7,05 ± 1,14	0,665	4,08 ± 0,71	0,785	3,78 ± 0,97	0,411
Sim	7,13 ± 1,11		4,11 ± 0,74		3,89 ± 0,88	
Ocupação						
Estudante	7,12 ± 0,83	0,431	4,14 ± 0,63	0,157	4,03 ± 0,85	0,244
Aposentado (a)	7,48 ± 0,68		3,76 ± 0,88		4,14 ± 0,73	
Empregado (a)	7,05 ± 1,23		4,15 ± 0,71		3,79 ± 0,94	
Não trabalha, desempregado(a)	7,00 ± 1,00		4,10 ± 0,71		3,67 ± 1,09	
Renda familiar						

Sem renda até 3 SM	6,94 ± 1,12	0,327	4,12 ± 0,69	± 0,263	3,98 ± 0,97	± 0,595
De 3 a 7 SM	7,01 ± 1,28		3,99 ± 0,79	±	3,78 ± 0,95	±
Acima de 7 SM	7,23 ± 0,97		4,18 ± 0,68	±	3,86 ± 0,88	±
Com quem mora						
Sozinho ou colega	6,97 ± 0,97	0,462	4,25 ± 0,68	± 0,202	4,13 ± 0,80	± 0,063
Com familiares: pais (ou avós); cônjuge/companheiro(a) e/ou filho(a); sobrinhos; sogros	7,13 ± 1,15		4,07 ± 0,74	±	3,79 ± 0,94	±
Filhos						
Não	6,88 ± 1,08	0,014	4,16 ± 0,71	± 0,255	3,83 ± 0,91	± 0,798
Sim	7,28 ± 1,12		4,04 ± 0,74	±	3,87 ± 0,93	±
Desperdício de alimentos						
Não	7,40 ± 0,79	0,004	4,33 ± 0,58	± 0,0005	4,23 ± 0,72	± <0,0001
Sim	6,92 ± 1,12		3,96 ± 0,75	±	3,62 ± 0,93	±
Considera que sabe cozinhar						
Não	6,53 ± 1,58	0,027	3,12 ± 0,79	± <0,001	3,57 ± 0,92	± 0,186
Sim	7,16 ± 1,05		4,19 ± 0,65	±	3,88 ± 0,92	±
Tempo disponível para cozinhar						
< 2 horas	7,11 ± 1,01	0,905	4,18 ± 0,65	± 0,348	3,84 ± 0,97	± 0,948
≥ 2 horas	7,09 ± 1,16		4,07 ± 0,75	±	3,85 ± 0,90	±
Local que realiza sua principal refeição						
Em casa	7,13 ± 1,10	0,442	4,13 ± 0,73	± 0,155	3,88 ± 0,89	± 0,288
Fora de casa	6,97 ± 1,20		3,94 ± 0,72	±	3,70 ± 1,05	±
Quem prepara a refeição						

Participante	7,04 ± 1,15	0,328	4,15 ± 0,70	± 0,041	3,93 ± 0,87	± 0,345
Compartilhado	7,06 ± 1,01		4,16 ± 0,66	±	3,78 ± 0,96	±
Outra pessoa ou delivery	7,39 ± 1,17		3,78 ± 0,87 ^a	±	3,67 ± 1,05	±

ANOVA com post-hoc de Bonferroni. Exceções especificadas.

† Teste-t ; a: diferente de participante, b: diferente de compartilhado

ª O participante que se autodeclarou como transsexual não foi considerado para esta análise.

Tabela 4 - Resumo das variáveis significativas e não significativas.

Características da amostra	Escala Habilidades Culinárias							
	Atitude culinária	Comportamento culinário em casa	Comportamento culinário fora de casa	Autoeficácia em técnicas de culinária	Conhecimento em Termos e Técnicas Culinárias	Disponibilidade e Acessibilidade de FLV	Autoeficácia do uso de FLV	Autoeficácia no consumo de FLV
Sexo feminino	↔	↑	↔	↑	↓	↔	↔	↔
Casados ou união estável	↔	↔	↔	↔	↔	↑	↔	↔
Ocupação: estudante	↔	↑	↑	↔	↔	↔	↔	↔
Morar sozinho ou com colega	↑	↔	↔	↔	↔	↔	↔	↔
Ter filhos	↔	↔	↔	↔	↔	↑	↔	↔
Não desperdiçar alimentos	↑	↔	↓	↑	↔	↑	↑	↑
Saber cozinhar	↑	↔	↔	↑	↔	↑	↑	↔
Realizar refeições em casa	↑	↔	↓	↔	↔	↔	↔	↔
Participante que prepara as refeições	↑	↔	↔	↑	↔	↔	↓	↔

↑ Resultado significativo indicando maior média nas escalas.

↓ Resultado significativo indicando menor média nas escalas.

↔ Resultado não significativo.

Referências

- Adams, J., Goffe, L., Adamson, A. J., Halligan, J., O'Brien, N., Purves, R., Stead, M., Stocken, D., & White, M. (2015). 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*, 12(1), 1–13. <https://doi.org/10.1186/s12966-015-0261-x>
- BARBOSA, R. et al. (2020). Food environment of a Brazilian public university: challenges to promote healthy eating. *Rev Chil Nutr*, 47. https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-75182020000300443&lng=es&nrm=iso
- Bernardo, G. L., Jomori, M. M., Fernandes, A. C., Colussi, C. F., Condrasky, M. D., & Proença, R. P. D. C. (2017). 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*, 16(1), 1–12. <https://doi.org/10.1186/s12937-017-0305-y>
- Bernardo, G. L., Jomori, M. M., Fernandes, A. C., Colussi, C. F., Condrasky, M. D., & Proença, R. P. da C. (2018). Positive impact of a cooking skills intervention among Brazilian university students: Six months follow-up of a randomized controlled trial. *Appetite*, 130(May), 247–255. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2018.08.014>
- Birtalan, I. L., Bartha, A., Neulinger, Á., Bárdos, G., Oláh, A., Rácz, J., & Rigó, A. (2020). Community supported agriculture as a driver of food-related well-being. *Sustainability (Switzerland)*, 12(11), 1–17. <https://doi.org/10.3390/su12114516>
- BRASIL. (n.d.). Resolução N° 466, de 12 de dezembro de 2012. Aprovar diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos. 2012. Retrieved June 28, 2020, from https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/cns/2013/res0466_12_12_2012.html
- Brennan, S. F., Lavelle, F., Moore, S. E., Dean, M., McKinley, M. C., McCole, P., Hunter, R. F., Dunne, L., O'Connell, N. E., Cardwell, C. R., Elliott, C. T., McCarthy, D., & Woodside, J. V. (2020). Primary school-based food environment intervention for improved behaviour, food knowledge and dietary habits: Results from Project Daire, a randomised-controlled, factorial design cluster trial evaluation. *Proceedings of the Nutrition Society*, 1–18. <https://doi.org/10.1017/S0029665120007247>
- David, M. L., & Guivant, J. S. (2020). Além dos supermercados: novas estratégias no mundo dos alimentos orgânicos no Brasil. *Política & Sociedade*, 19(44), 87–116. <https://doi.org/10.5007/2175-7984.2020v19n44p87>
- Diekmann, M., & Theuvsen, L. (2019). Value structures determining community supported agriculture: insights from Germany. *Agriculture and Human Values*, 36(4), 733–746. <https://doi.org/10.1007/s10460-019-09950-1>
- EAT-Lancet, R. S. da C. (2019). Alimento Planeta Saúde. *Relatório Sumário Da Comissão EAT-Lancet*. https://eatforum.org/content/uploads/2019/04/EAT-Lancet_Commission_Summary_Report_Portuguese.pdf
- Economia Solidale*. (n.d.). Retrieved January 13, 2020, from <http://www.economiasolidale.net/>
- ESCOSTEGUY, I. L. et al. (2019). *Como criar e gerir uma Célula de Consumidores Responsáveis (CCR) de alimentos orgânicos/agroecológicos*. 2019. https://celulasconsumo.ufsc.br/static/pdf/cartilha_consumidor.pdf

- FAO. (2019). *Ultra-processed foods, diet quality, and health using the NOVA classification system*. Prepared by Carlos Augusto Monteiro, Geoffrey Cannon, Mark Lawrence, Maria Laura da Costa Louzada, and Priscila Pereira Machado. (Issue August).
- FAO. (2020). *Sustainable Development Goals: Ensure sustainable consumption and production patterns*.
<http://www.fao.org/sustainable-development-goals/goals/goal-12/en/>
- Feuerstein-Simon, R., Dupuis, R., Schumacher, R., & Cannuscio, C. C. (2020). A Randomized Trial to Encourage Healthy Eating Through Workplace Delivery of Fresh Food. *American Journal of Health Promotion*, 34(3), 269–276.
<https://doi.org/10.1177/0890117119890804>
- Flagg, L. A., Sen, B., Kilgore, M., & Locher, J. L. (2014). The influence of gender, age, education and household size on meal preparation and food shopping responsibilities. *Public Health Nutrition*, 17(9), 2061–2070.
<https://doi.org/10.1017/S1368980013002267>
- Garcia, T., Ford, B., Pike, D., Bryce, R., Richardson, C., & Wolfson, J. A. (2021). Development and implementation of a community health centre-based cooking skills intervention in Detroit, MI. *Public Health Nutrition*, 24(3), 549–560.
<https://doi.org/10.1017/S1368980020003481>
- Grubor, A., & Djokic, N. (2016). Organic food consumer profile in the Republic of Serbia. *British Food Journal*, 118(1), 164–182. <https://doi.org/10.1108/BFJ-06-2015-0225>
- Hagmann, D., Siegrist, M., & Hartmann, C. (2020). Acquisition of Cooking Skills and Associations With Healthy Eating in Swiss Adults. *Journal of Nutrition Education and Behavior*, 52(5), 483–491. <https://doi.org/10.1016/j.jneb.2019.12.016>
- Hankins, J., & Grasseni, C. (2014). Collective food purchasing networks in Italy as a case study of responsible innovation. *Glocalism: Journal of Culture, Politics and Innovation*, 1–2, 13–27. <https://doi.org/10.12893/gjcpi.2014.1-2.13>
- Harmon, A. H. (2014). Community Supported Agriculture : A Conceptual Model of Health Implications. *Austin J. Nutri Food Sci*, 2(4), 1–9.
<http://austinpublishinggroup.com/nutrition-food-sciences/fulltext/ajnfs-v2-id1024.php>
- Hartmann, C., Dohle, S., & Siegrist, M. (2013). Importance of cooking skills for balanced food choices. *Appetite*, 65, 125–131. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2013.01.016>
- IBGE. (2006). Características da Agricultura Familiar. *Atlas Do Espaço Rural Brasileiro -IBGE*, 21. http://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/livros/liv63372_cap5.pdf
- IBGE. (2021). *IBGE divulga rendimento domiciliar per capita 2020*.
<https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-sala-de-imprensa/2013-agencia-de-noticias/releases/30129-ibge-divulga-o-rendimento-domiciliar-per-capita-2020>
- Jamestony, K., Souza, D. E. C. E., Federal, U., & Pernambuco, R. D. E. (2017). ISSN: 2359-1048 Dezembro 2017 PERFIL DOS CONSUMIDORES DE PRODUTOS ORGÂNICOS NO BRASIL. *Engema*, 17.
- Jomori, Manuela Mika et al. (2017). Construct validity of Brazilian cooking skills and healthy eating questionnaire by the known-groups method. *British Food Journal*, 119(5).
<https://www.emerald.com/insight/content/doi/10.1108/BFJ-10-2016-0448/full/html>
- Jomori, M. M., de Vasconcelos, F. de A. G., Bernardo, G. L., Uggioni, P. L., & Proença, R. P. da C. (2018). The concept of cooking skills: A review with contributions to the scientific debate. *Revista de Nutricao*, 31(1), 119–135.
<https://doi.org/10.1590/1678-98652018000100010>
- Lavelle, F., Bucher, T., Dean, M., Brown, H. M., Rollo, M. E., & Collins, C. E. (2020). Diet quality is more strongly related to food skills rather than cooking skills confidence:

- Results from a national cross-sectional survey. *Nutrition and Dietetics*, 77(1), 112–120. <https://doi.org/10.1111/1747-0080.12583>
- Lavelle, F., Hollywood, L., Caraher, M., McGowan, L., Spence, M., Surgenor, D., McCloat, A., Mooney, E., Raats, M., & Dean, M. (2017). Increasing intention to cook from basic ingredients: A randomised controlled study. *Appetite*, 116, 502–510. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2017.05.024>
- Lopes, C. V. A., & Albuquerque, G. S. C. de. (2018). Agrotóxicos e seus impactos na saúde humana e ambiental: uma revisão sistemática. *Saúde Em Debate*, 42(117), 518–534. <https://doi.org/10.1590/0103-1104201811714>
- MacMillan Uribe, A. L., Winham, D. M., & Wharton, C. M. (2012). Community supported agriculture membership in Arizona. An exploratory study of food and sustainability behaviours. *Appetite*, 59(2), 431–436. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2012.06.002>
- 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. (2016). 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*, 13(1), 1–13. <https://doi.org/10.1186/s12966-016-0440-4>
- Mills, S., White, M., Brown, H., Wrieden, W., Kwasnicka, D., Halligan, J., Robalino, S., & Adams, J. (2017). Health and social determinants and outcomes of home cooking: A systematic review of observational studies. *Appetite*, 111, 116–134. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2016.12.022>
- MINISTÉRIO DA SAÚDE, B. (2014). *Para a População*.
- Moreira da Silva, J. (2019). *Why You Should Care About Unpaid Care Work*. 2019. <https://oecd-development-matters.org/2019/03/18/why-you-should-care-about-unpaid-care-work/>
- Morgan, E. H., Severs, M. M., Hanson, K. L., McGuirt, J., Becot, F., Wang, W., Kolodinsky, J., Sitaker, M., Pitts, S. B. J., Ammerman, A., & Seguin, R. A. (2018). Gaining and maintaining a competitive edge: Evidence from CSA members and farmers on local food marketing strategies. *Sustainability (Switzerland)*, 10(7), 1–21. <https://doi.org/10.3390/su10072177>
- Nelson, M. C., Story, M., Larson, N. I., Neumark-Sztainer, D., & Lytle, L. A. (2008). Emerging adulthood and college-aged youth: An overlooked age for weight-related behavior change. *Obesity*, 16(10), 2205–2211. <https://doi.org/10.1038/oby.2008.365>
- Pereira, M. C., Müller, C. R., Rodrigues, F. S. A., Moutinho, A. B. A., Rodrigues, K. L., & Botelho, F. T. (2015). Mudança no perfil sociodemográfico de consumidores de produtos orgânicos. *Ciencia e Saude Coletiva*, 20(9), 2797–2804. <https://doi.org/10.1590/1413-81232015209.12002014>
- Porpino, Gustavo; Lourenço, Carlos Eduardo; Araujo, Cecilia M Lobo de; Bastos, A. (2018). *Intercâmbio Brasil – União Europeia sobre desperdício de alimentos: Relatório final*. 40. <https://www.embrapa.br/busca-de-publicacoes/-/publicacao/1105525/intercambio-brasil-uniao-europeia-sobre-desperdicio-de-alimentos-relatorio-final>
- Pulz, I. S., Martins, P. A., Feldman, C., & Veiros, M. B. (2017). 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*, 137(2), 122–135. <https://doi.org/10.1177/1757913916636414>

- Reicks, M., Kocher, M., & Reeder, J. (2018). Impact of Cooking and Home Food Preparation Interventions Among Adults: A Systematic Review (2011–2016). *Journal of Nutrition Education and Behavior*, 50(2), 148-172.e1. <https://doi.org/10.1016/j.jneb.2017.08.004>
- Rossi, J. J., Woods, T. A., & Allen, J. E. (2017). Impacts of a community supported agriculture (CSA) voucher program on food lifestyle behaviors: evidence from an employer-sponsored pilot program. *Sustainability (Switzerland)*, 9(9), 1–21. <https://doi.org/10.3390/su9091543>
- Sabourin, E. P. (2014). *ACESSO AOS MERCADOS PARA A AGRICULTURA FAMILIAR: UMA LEITURA PELA RECIPROCIDADE E A ECONOMIA SOLIDARIA Markets access for family farming: a lecture by reciprocity and solidarity economy Eric Sabourin. 2014, 18–30.*
- Santos, M. V. dos, Proença, R. P. da C., Fiates, G. M. R., & Calvo, M. C. M. (2011). Os Restaurantes por peso no contexto de alimentação saudável fora de casa. *Revista de Nutrição*, 24(4), 641–649. <https://doi.org/10.1590/s1415-52732011000400012>
- Shafie, F. A., & Rennie, D. (2012). Consumer Perceptions Towards Organic Food. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 49, 360–367. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2012.07.034>
- Soliah, L. A. L., Walter, J. M., & Jones, S. A. (2012). Benefits and barriers to healthful eating: What are the consequences of decreased food preparation ability? *American Journal of Lifestyle Medicine*, 6(2), 152–158. <https://doi.org/10.1177/1559827611426394>
- Swinburn, B. A., Kraak, V. I., Allender, S., Atkins, V. J., Baker, P. I., Bogard, J. R., Brinsden, H., Calvillo, A., De Schutter, O., Devarajan, R., Ezzati, M., Friel, S., Goenka, S., Hammond, R. A., Hastings, G., Hawkes, C., Herrero, M., Hovmand, P. S., Howden, M., ... Dietz, W. H. (2019). The Global Syndemic of Obesity, Undernutrition, and Climate Change: The Lancet Commission report. *The Lancet*, 393(10173), 791–846. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(18\)32822-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(18)32822-8)
- Taillie, L. S. (2018). Who's cooking? Trends in US home food preparation by gender, education, and race/ethnicity from 2003 to 2016. *Nutrition Journal*, 17(1), 1–9. <https://doi.org/10.1186/s12937-018-0347-9>
- Thorpe, M. G., Kestin, M., Riddell, L. J., Keast, R. S., & McNaughton, S. A. (2014). Diet quality in young adults and its association with food-related behaviours. *Public Health Nutrition*, 17(8), 1767–1775. <https://doi.org/10.1017/S1368980013001924>
- UNICEF. (2019). *Children, food and nutrition : growing well in a changing world.* [https://www.unicef.org/malaysia/media/886/file/State of the World's Children 2019.pdf](https://www.unicef.org/malaysia/media/886/file/State%20of%20the%20World's%20Children%202019.pdf)
- Vasquez, A., Sherwood, N. E., Larson, N., & Story, M. (2016). A novel dietary improvement strategy: Examining the potential impact of community-supported agriculture membership. *Public Health Nutrition*, 19(14), 2618–2628. <https://doi.org/10.1017/S1368980015003638>
- Wilkins, J. L., Farrell, T. J., & Rangarajan, A. (2015). Linking vegetable preferences, health and local food systems through community-supported agriculture. *Public Health Nutrition*, 18(13), 2392–2401. <https://doi.org/10.1017/S1368980015000713>
- Wyse, R., Wolfenden, L., & Bisquera, A. (2015). Characteristics of the home food environment that mediate immediate and sustained increases in child fruit and vegetable consumption: Mediation analysis from the Healthy Habits cluster randomised controlled trial. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 12(1), 1–9. <https://doi.org/10.1186/s12966-015-0281-6>

5 CONCLUSÃO

O presente estudo analisou a associação entre habilidades culinárias e características de consumidores de uma rede alimentar alternativa de comercialização de alimentos orgânicos no Brasil. Os consumidores avaliados possuíam altos escores de habilidades culinárias e várias características individuais foram associadas com maiores habilidades culinárias e práticas alimentares saudáveis entre os participantes. Não desperdiçar alimentos e saber cozinhar foram as características com maior número de escalas associadas. O principal público do estudo foram mulheres, com grau de educação superior e renda familiar superior a sete salários mínimos.

A participação em grupos de comercialização de alimentos é uma ferramenta valiosa como estratégia para ampliar o acesso a alimentos saudáveis para os consumidores. Entretanto, a participação nesses grupos é ainda limitada a uma minoria na população, não sendo ainda uma opção para todos. É fundamental o incentivo de mais alternativas de comercialização de alimentos orgânicos por meio de cadeias curtas, não só em redes de comercialização de alimentos, mas também em feiras, compras coletivas e mercados públicos. Também, o incentivo de intervenções que desenvolvam as habilidades culinárias da população são fundamentais para a promoção de uma alimentação saudável.

Os achados podem servir como base para futuros estudos que aprofundem as habilidades culinárias dos membros de redes alternativas de comercialização de alimentos.

REFERÊNCIAS

ADAMS, J. *et al.* 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. 1, p. 1–13, 2015. Disponível em: <https://doi.org/10.1186/s12966-015-0261-x>

ANVISA. **Programa de Análise de Resíduos de Agrotóxicos em Alimentos**. 2019. Disponível em: <https://www.gov.br/anvisa/pt-br/assuntos/agrotoxicos/programa-de-analise-de-residuos-em-alimentos>. Acesso em: 17 jan. 2020.

BENSADON, L. S.; MASCARENHAS, T. S.; GONÇALVES, J. A. A Atuação Dos Grupos De Consumo Responsável No Brasil: Expressões de Práticas de Resistência E Intercâmbios Em Rede. **Revista Antropológica**, v. 41, n. VII, p. 205–232, 2016.

BERNARDO, G. *et al.* 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, n. 1, p. 1–12, 2017. Disponível em: <https://doi.org/10.1186/s12937-017-0305-y>

BIRTALAN, I. L.; BARTHA, A.; NEULINGER, Á.; BÁRDOS, G.; OLÁH, A.; RÁCZ, J.; RIGÓ, A. Community supported agriculture as a driver of food-related well-being. **Sustainability (Switzerland)**, v. 12, n. 11, p. 1–17, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.3390/su12114516>

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Guia alimentar para a população brasileira** / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. – 2. ed., 1. reimpr. – Brasília : Ministério da Saúde, 2014

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Política Nacional de Alimentação e Nutrição** / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. – 1. ed., 1. reimpr. – Brasília : Ministério da Saúde, 2013.

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Vigitel Brasil 2018: Vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquerito telefônico**. [S. l.: s. n.]. *E-book*. Disponível em: http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/vigitel_brasil_2011_fatores_risco_doencas_cronicas.pdf

BRASIL. **Resolução N° 466, de 12 de dezembro de 2012. Aprovar diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos**. [s. l.], [s. d.]. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/cns/2013/res0466_12_12_2012.html. Acesso em: 28 jun. 2020.

BRASIL. **Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. Secretaria Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional. Marco de referência de**

educação alimentar e nutricional para as políticas públicas. [S. l.: s. n.]. E-book. Disponível em:

<http://mds.gov.br/caisan-mds/educacao-alimentar-e-nutricional/marco-de-referencia-d-e-educacao-alimentar-e-nutricional-para-as-politicas-publicas>

BRASIL. MINISTÉRIO PÚBLICO DE SANTA CATARINA. **PROGRAMA ALIMENTO SEM RISCO (PASR).** [s. l.], 2017. Disponível em:

<https://www.mp.sc.br/programas/programa-alimento-sem-risco>. Acesso em: 13 jan. 2020.

BRASIL, C. **Publicações. Crop Life Brasil.** 2020. Disponível em:

<https://croplifebrasil.org/publicacoes/>. Acesso em: 12 jan. 2020.

CARNEIRO, F. F. et al. (Org.). **Dossiê Abrasco: um alerta sobre os impactos dos agrotóxicos na saúde.** Rio de Janeiro: EPSJV; São Paulo: Expressão Popular, 2015.

CORTESE, R. D. M. *et al.* A label survey to identify ingredients potentially containing GM organisms to estimate intake exposure in Brazil. **Public Health Nutrition**, v. 21, n. 14, p. 2698–2713, 2018. Disponível em:

<https://doi.org/10.1017/S1368980018001350>

COX, R. *et al.* Common ground? Motivations for participation in a community-supported agriculture scheme. **Local Environment**, v. 13, n. 3, p. 203–218, 2008. Disponível em: <https://doi.org/10.1080/13549830701669153>

DAROLT, MOACIR ROBERTO et al . REDES ALIMENTARES ALTERNATIVAS E NOVAS RELAÇÕES PRODUÇÃO-CONSUMO NA FRANÇA E NO BRASIL.

Ambient. soc., São Paulo , v. 19, n. 2, p. 1-22, June 2016 . Available from <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-753X2016000200002&lng=en&nrm=iso>. access on 10 May 2021.

<https://doi.org/10.1590/1809-4422ASOC121132V1922016>.

DAVID, M. L.; GUIVANT, J. S. Além dos supermercados: novas estratégias no mundo dos alimentos orgânicos no Brasil. **Política & Sociedade**, v. 19, n. 44, p. 87–116, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.5007/2175-7984.2020v19n44p87>

DIEKMANN, M.; THEUVSEN, L. Value structures determining community supported agriculture: insights from Germany. **Agriculture and Human Values**, v. 36, n. 4, p. 733–746, 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.1007/s10460-019-09950-1>

Economia Solidale. Disponível em: <http://www.economiasolidale.net/>. Acesso em: 13 jan. 2020.

ESCOSTEGUY, I. L. et al. **Como criar e gerir uma Célula de Consumidores Responsáveis (CCR) de alimentos orgânicos/agroecológicos.** [s. l.], 2019.

Disponível em: https://celulasconsumo.ufsc.br/static/pdf/cartilha_consumidor.pdf. Acesso em: 28 set. 2020.

FILHO, M. B.; DE MELO, M. N. T. Food, agrotoxics and health. **Revista Brasileira de Saude Materno Infantil**, v. 12, n. 2, p. 117–119, 2012.

GRUBOR, A.; DJOKIC, N. Organic food consumer profile in the Republic of Serbia. **British Food Journal**, v. 118, n. 1, p. 164–182, 2016. Disponível em: <https://doi.org/10.1108/BFJ-06-2015-0225>

HANKINS, J.; GRASSEN, C. Collective food purchasing networks in Italy as a case study of responsible innovation. **Glocalism: Journal of Culture, Politics and Innovation**, n. 1–2, p. 13–27, 2014. Disponível em: <https://doi.org/10.12893/gjcpi.2014.1-2.13>

HARMON, A. H. Community Supported Agriculture : A Conceptual Model of Health Implications. **Austin J. Nutri Food Sci**, v. 2, n. 4, p. 1–9, 2014. Disponível em: <http://austinpublishinggroup.com/nutrition-food-sciences/fulltext/ajnfs-v2-id1024.php>

HARTMANN, C.; DOHLE, S.; SIEGRIST, M. Importance of cooking skills for balanced food choices. **Appetite**, v. 65, p. 125–131, 2013. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.appet.2013.01.016>

IBGE. **Pesquisa de Orçamentos Familiares 2017 - 2018 - Primeiros Resultados**. *E-book*. Disponível em: <https://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/livros/liv101670.pdf>

JOMORI, M. M. *et al.* Construct validity of Brazilian cooking skills and healthy eating questionnaire by the known-groups method. **British Food Journal**, v. 119, n. 5, 2017. Disponível em: <https://www.emerald.com/insight/content/doi/10.1108/BFJ-10-2016-0448/full/html>

JOMORI, M. M. *et al.* The concept of cooking skills: A review with contributions to the scientific debate. **Revista de Nutricao**, v. 31, n. 1, p. 119–135, 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1678-98652018000100010>

LANG, K. B. The Changing Face of Community-Supported Agriculture. v. 32, n. 1, p. 17–26, 2010. Disponível em: <https://doi.org/10.1111/j.1556-486X.2010.01032.x.ber>

LARA, S. S. DE; PIGNATI, W. A.; PIGNATTI, M. G.; LEÃO, L. H. DA C.; MACHADO, J. M. H. A AGRICULTURA DO AGRONEGÓCIO E SUA RELAÇÃO COM A INTOXICAÇÃO AGUDA POR AGROTÓXICOS NO BRASIL. *Hygeia* - **Revista Brasileira de Geografia Médica e da Saúde**, v. 15, n. 32, p. 1-19, 22 out. 2019.

LAVELLE, F. *et al.* Diet quality is more strongly related to food skills rather than cooking skills confidence: Results from a national cross-sectional survey. **Nutrition and Dietetics**, v. 77, n. 1, p. 112–120, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1111/1747-0080.12583>

LAVELLE, F. *et al.* Increasing intention to cook from basic ingredients: A randomised controlled study. **Appetite**, v. 116, p. 502–510, 2017. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.appet.2017.05.024>

LOPES, C. V. A.; ALBUQUERQUE, G. S. C. de. Agrotóxicos e seus impactos na saúde humana e ambiental: uma revisão sistemática. **Saúde em Debate**, v. 42, n. 117, p. 518–534, 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0103-1104201811714>

LOSAN. Lei de Segurança Alimentar e Nutricional. **Lei Orgânica de Segurança Alimentar e Nutricional. Lei N° 11.346 de 15 de setembro de 2006. Cria o Sistema Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional – SISAN com vistas em assegurar o direito humano à alimentação adequada e dá outras providências**, p. 28, 2006.

MARTINS, A. P. B. *et al.* Increased contribution of ultra-processed food products in the Brazilian diet (1987-2009). **Revista de Saude Publica**, v. 47, n. 4, p. 1–10, 2013. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0034-8910.2013047004968>

MCGOWAN, L. *et al.* 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, n. 1, p. 1–13, 2016. Disponível em: <https://doi.org/10.1186/s12966-016-0440-4>

MIRA, P. M. *et al.* Consumo Responsável e Economia Solidária como Estratégia de Comercialização para Agricultura Familiar. **Agroecol**, 2018.

MIRANDA, Dayana Lilian Rosa et al . Construção social de mercados orgânicos: o caso das Células de Consumidores Responsáveis em Florianópolis-SC. **Rev. Econ. Sociol. Rural**, Brasília , v. 59, n. 2, e220071, 2021 . Available from <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-20032021000200207&lng=en&nrm=iso>. access on 27 Apr. 2021. Epub Oct 19, 2020. <https://doi.org/10.1590/1806-9479.2021.220071>.

MONTEIRO, C. A.; CANNON, G. The impact of transnational “big food” companies on the south: A view from brazil. **PLoS Medicine**, v. 9, n. 7, 2012. Disponível em: <https://doi.org/10.1371/journal.pmed.1001252>

MONTEIRO *et al.* 2019. **Ultra-processed foods, diet quality, and health using the NOVA classification system**. Rome, FAO. Disponível em: <http://www.fao.org/fsnforum/resources/fsn-resources/ultra-processed-foods-diet-quality-and-health-using-nova-classification>

MONTEIRO, C. A. *et al.* A new classification of foods based on the extent and purpose of their processing. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 26, n. 11, p. 2039–2049, 2010. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/s0102-311x2010001100005>

MORGAN, E. H. *et al.* Gaining and maintaining a competitive edge: Evidence from CSA members and farmers on local food marketing strategies. **Sustainability (Switzerland)**, v. 10, n. 7, p. 1–21, 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.3390/su10072177>

MOUBARAC, J. C. *et al.* Consumption of ultra-processed foods and likely impact on human health. Evidence from Canada. **Public Health Nutrition**, v. 16, n. 12, p. 2240–2248, 2013. Disponível em: <https://doi.org/10.1017/S1368980012005009>

NASCIMENTO, S. *et al.* Produção agroecológica e Segurança Alimentar e Nutricional (Brasil). **Revista de Ciências Agrárias**, v. 42, n. 1, p. 291–300, 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.19084/RCA18223>

O’KANE, G. A moveable feast: Contemporary relational food cultures emerging from local food networks. **Appetite**, v. 105, p. 218–231, 2016. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.appet.2016.05.010>

PEREIRA, Nircia; FRANCESCHINI, Sylvia; PRIORE, Silvia. Qualidade dos alimentos segundo o sistema de produção e sua relação com a segurança alimentar e nutricional: revisão sistemática. **Saude soc.**, São Paulo , v. 29, n. 4, e200031, 2020 . Available from <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-12902020000400320&lng=en&nrm=iso>. access on 26 Apr. 2021. Epub Jan 08, 2021. <https://doi.org/10.1590/s0104-12902020200031>.

POPKIN, B. M.; REARDON, T. Obesity and the food system transformation in Latin America. **Obesity Reviews**, v. 19, n. 8, p. 1028–1064, 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.1111/obr.12694>

REICKS, M.; KOCHER, M.; REEDER, J. Impact of Cooking and Home Food Preparation Interventions Among Adults: A Systematic Review (2011–2016). **Journal of Nutrition Education and Behavior**, v. 50, n. 2, p. 148- 172.e1, 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.jneb.2017.08.004>

SABOURIN, E. P. ACESSO AOS MERCADOS PARA A AGRICULTURA FAMILIAR: UMA LEITURA PELA RECIPROCIDADE E A ECONOMIA SOLIDARIA Markets access for family farming: a lecture by reciprocity and solidarity economy Eric Sabourin. v. 2014, p. 18–30, 2014.

SOLIAH, L. A. L.; WALTER, J. M.; JONES, S. A. Benefits and barriers to healthful eating: What are the consequences of decreased food preparation ability? **American Journal of Lifestyle Medicine**, v. 6, n. 2, p. 152–158, 2012. Disponível em: <https://doi.org/10.1177/1559827611426394>

VASQUEZ, A.; SHERWOOD, N. E.; LARSON, N.; STORY, M. A novel dietary improvement strategy: Examining the potential impact of community-supported agriculture membership. **Public Health Nutrition**, v. 19, n. 14, p. 2618–2628, 2016. Disponível em: <https://doi.org/10.1017/S1368980015003638>

WHO. **Global Strategy on Diet, Physical Activity and Health**. [s. l.], 2020. Disponível em: <https://www.who.int/dietphysicalactivity/diet/en>. Acesso em: 19 jan. 2020.

WINKLER, E.; TURRELL, G. Confidence to Cook Vegetables and the Buying Habits of Australian Households. **Journal of the American Dietetic Association**, v. 110, n.

5 SUPPL., p. S52–S61, 2010. Disponível em:
<https://doi.org/10.1016/j.jada.2010.03.007>

ANEXOS

ANEXO A – QUESTIONÁRIO DE AVALIAÇÃO DAS HABILIDADES CULINÁRIAS E ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL DO PROGRAMA NUTRIÇÃO E CULINÁRIA NA COZINHA (NCC)

O questionário do Programa Nutrição e Culinária na Cozinha foi adaptado transculturalmente e validado para o Brasil (JOMORI, 2017; JOMORI et al., 2017), a partir do instrumento do programa *Cooking with a Chef* com autorização da professora Margaret Condrasky, da *Clemson University*, SC, EUA.

Para o presente estudo foi adaptada a parte 1 do questionário.

Questionário de avaliação das habilidades culinárias e alimentação saudável do Programa Nutrição e Culinária na Cozinha

O questionário do Programa Nutrição e Culinária na Cozinha foi adaptado transculturalmente e validado para o Brasil (JOMORI, 2017; JOMORI et al., 2017), a partir do instrumento do programa *Cooking with a Chef* com autorização da professora Margaret Condrasky, da *Clemson University*, SC, EUA.

Parte 1 – Questionário de caracterização dos participantes

Informações sociodemográficas e pessoais

1. Sexo:

- Feminino
 Masculino
 Outro

2. Idade: anos

3. Estado civil:

- Casado(a) ou união estável Solteiro(a)
 Divorciado(a) Viúvo(a)
 Outros

1. Escolaridade:

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Ensino Fundamental incompleto | <input type="checkbox"/> Ensino Fundamental completo |
| <input type="checkbox"/> Ensino Médio incompleto | <input type="checkbox"/> Ensino Médio completo |
| <input type="checkbox"/> Curso técnico incompleto | <input type="checkbox"/> Curso técnico completo |
| <input type="checkbox"/> Graduação incompleta | <input type="checkbox"/> Graduação completa |
| <input type="checkbox"/> Pós-graduação incompleta | <input type="checkbox"/> Pós-graduação completa |
| <input type="checkbox"/> Outros | |

1. Ocupação:			
<input type="checkbox"/> Estudante	<input type="checkbox"/> Aposentado(a)		
<input type="checkbox"/> Empregado(a)	<input type="checkbox"/> Não trabalha		
<input type="checkbox"/> Desempregado(a)	<input type="checkbox"/> Outros		
1. Caso for estudante, especifique o curso.			
1. Renda familiar (considerando que o salário mínimo atual está em torno de R\$1.000,00, qual é a sua renda familiar?)			
<input type="checkbox"/> Menos de 1	<input type="checkbox"/> De 1 a 3		
<input type="checkbox"/> De 3 a 5	<input type="checkbox"/> De 5 a 7		
<input type="checkbox"/> Acima de 7	<input type="checkbox"/> Sem renda		
1. Cidade e estado de origem: _____			
1. Com quem mora?			
<input type="checkbox"/> Sozinho(a)	<input type="checkbox"/> Com pais (ou avós)		
<input type="checkbox"/> Com cônjuge/companheiro(a)	<input type="checkbox"/> Com filho(a)		
<input type="checkbox"/> Com cônjuge/companheiro(a) e filho(a)	<input type="checkbox"/> Com colega(s)		
1. Possui filhos?			
<input type="checkbox"/> Sim	<input type="checkbox"/> Não		
11. Ocorre desperdício de alimentos recebidos na cesta?			
<input type="checkbox"/> Sim	<input type="checkbox"/> Não		
12. Qual grupo ocorre mais desperdício			
<input type="checkbox"/> Folhosos	<input type="checkbox"/> Raízes		
<input type="checkbox"/> Frutas	<input type="checkbox"/> Temperos e chás		
<input type="checkbox"/> Legumes			
13. Considera que sabe cozinhar?			
<input type="checkbox"/> Sim	<input type="checkbox"/> Não		
1. Indique com quem aprendeu a cozinhar:			
<input type="checkbox"/> Mãe/pai/avós/outros da família	<input type="checkbox"/> Amigos		
<input type="checkbox"/> Aulacurso/escola	<input type="checkbox"/> Livros de receita		
<input type="checkbox"/> Internet	<input type="checkbox"/> Programa de TV		
<input type="checkbox"/> Sozinho(a)			
15. Tempo disponível para cozinhar			
<input type="checkbox"/> > 2 horas			
<input type="checkbox"/> < 2 horas			
16. Local em que realiza sua principal refeição (almoço e/ou jantar) habitualmente:			
<input type="checkbox"/> Em casa	<input type="checkbox"/> Fora de casa		
17. Quem é o responsável pelo preparo?			
<input type="checkbox"/> Você	<input type="checkbox"/> Outra pessoa	<input type="checkbox"/> Compartilhado	<input type="checkbox"/> Delivery]
18. Indique o local em que realiza refeição fora de casa habitualmente:			
<input type="checkbox"/> Restaurante Universitário (RU)	<input type="checkbox"/> Restaurante por quilo		
<input type="checkbox"/> Restaurante à la carte	<input type="checkbox"/> Fast food		
<input type="checkbox"/> Lanchonete	<input type="checkbox"/> Cafeteria		

Parte 2 – Avaliação das Habilidades Culinárias e Alimentação Saudável

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"/>				
17	Prepara refeições usando ALIMENTOS PRÉ-PRONTOS/PRONTOS (ex: vegetais folhosos prontos para consumo, milho em conserva, cenoura ralada, frango assado)	<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"/>				
19	Reaquece ou usa SOBRAS DE COMIDA para consumir em outras refeições	<input type="checkbox"/>				
20	Reaquece as sobras DE UM ALMOÇO ou JANTAR PREPARADO EM CASA	<input type="checkbox"/>				
21	Usa sobras de uma REFEIÇÃO PREPARADA EM CASA para fazer um NOVO PRATO	<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		Nunca	1 a 2 vezes por mês	Uma vez por semana	Várias vezes na semana	Diariamente
Com que frequência você:						
22	Reaquece as sobras de uma REFEIÇÃO PRONTA COMPRADA FORA DE CASA para consumir no ALMOÇO ou no JANTAR EM CASA	<input type="checkbox"/>				
23	Usa sobras de uma REFEIÇÃO PRONTA COMPRADA FORA DE CASA para fazer um NOVO PRATO	<input type="checkbox"/>				
24	Toma o café da manhã fora de casa	<input type="checkbox"/>				
25	Almoça fora de casa	<input type="checkbox"/>				
26	Janta fora de casa	<input type="checkbox"/>				

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"/>				
----	---------------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------

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 Autoeficácia 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,	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

	mesmo se outras pessoas estiverem comendo outros tipos de lanche					
56	Comer o recomendado de 3 porções de frutas e de 3 porções de legumes e verduras todos os dias	<input type="checkbox"/>				

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

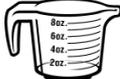
61 A Batata doce é assada quando ela é:

- 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 rodelas 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:
<ul style="list-style-type: none">• 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?
<ul style="list-style-type: none">• • • • Não sei	