



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

Jackeline Nass Machado Melo

Ser mulher e cozinhar: experiências e sentimentos de mulheres de três gerações.

Florianópolis

2021

Jackeline Nass Machado Melo

Ser mulher e cozinhar: experiências e sentimentos de mulheres de três gerações.

Dissertação submetida ao Programa de Pós-Graduação em Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina para a obtenção do título de Mestre em Nutrição.
Orientadora: Prof^a. Giovanna Medeiros Rataichesk Fiates, Dra.

Florianópolis

2021

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

Melo, Jackeline Nass Machado

Ser mulher e cozinhar : experiências e sentimentos de
mulheres de três gerações / Jackeline Nass Machado Melo ;
orientadora, Giovanna Medeiros Rataichesck Fiates, 2021.
93 p.

Dissertação (mestrado) - Universidade Federal de Santa
Catarina, Centro de Ciências da Saúde, Programa de Pós
Graduação em Nutrição, Florianópolis, 2021.

Inclui referências.

1. Nutrição. 2. Cozinhar; Mulheres; Regras de Gênero;
Análise Temática. I. Fiates, Giovanna Medeiros
Rataichesck. II. Universidade Federal de Santa Catarina.
Programa de Pós-Graduação em Nutrição. III. Título.

Jackeline Nass Machado Melo

Ser mulher e cozinhar: experiências e sentimentos de mulheres de três gerações.

O presente trabalho em nível de mestrado foi avaliado e aprovado por banca examinadora composta pelos seguintes membros:

Prof. Dra. Giovanna Medeiros Rataichesk Fiates,
Departamento de Nutrição, UFSC – Presidente da Banca

Prof. Dra. Amanda Bagolin do Nascimento,
Departamento de Nutrição, UFSC

Prof. Dra. Ana Paula Gines Geraldo,
Departamento de Nutrição, UFSC

Prof. Dra. Manuela Mika Jomori,
Programa de Pós-Graduação em Nutrição, UFSC

Certificamos que esta é a **versão original e final** do trabalho de conclusão que foi julgado adequado para obtenção do título de mestre em Nutrição.

Prof. Dra. Ana Carolina Fernandes,
Coordenadora do Programa

Profa. Dra. Giovanna Medeiros Rataichesk Fiates, Dra.
Orientadora

Florianópolis, 2021.

Às mulheres que precedem minha chegada – neste trabalho e na vida. Às mulheres que compartilham este aqui e agora – vejo nossa força. Às mulheres que virão adiante – sigam o fluxo do coração. Ao Sagrado Feminino que nos habita, além do gênero.

AGRADECIMENTOS

Acima de tudo, gratidão à Fonte Criadora de Vida – quer seja compreendida como Amor, Deus, Deusa, Natureza, Universo... Gratidão ao mestre Jesus e seus preciosos ensinamentos que me guiam ao encontro do Amor e da Fé que me habitam. Gratidão à Maria Madalena, a mestra incompreendida em sua história e força – tão sagrada quanto profana. Gratidão a tantos outros mestres, de nomes conhecidos e desconhecidos, homens e mulheres que alinham o encontro da Ciência e da Espiritualidade – a dança da razão e da intuição. Com alegria, agradeço ainda:

Aos meus pais, Regina e Isaias, pelo maior presente que recebi: a VIDA! Os honro e os amo por essa dádiva, pela qual me comprometo em ser e fazer o melhor de mim, dentro do meu possível a cada momento. Aos meus irmãos, Klebya, Klebyson, Melissa e Mateus, que me ensinaram a tomar o meu lugar na vida – e apenas o meu lugar. Em especial, à minha irmã Melissa, uma fada delicada que vi nascer e crescer bem de pertinho.

Ao meu amor, Willian, que acompanhou todas as etapas de aprendizados e turbulências dessa jornada, me ofertando, sobretudo, o amor, a paciência e as broncas impulsionadoras da persistência contínua. Às amigadas nutridoradas da essência: Carla, Carolina, Maisa, Johana, Luciana, Gabriela e Mayara. E às amigadas igualmente nutridoradas que vieram como presentes do mestrado: Fernanda, Tanes, Vivian e Kharla. A todas as demais pessoas do meu círculo de convivência, pois todos ao meu redor contribuíram de alguma forma para essa realização, em especial agradeço à Gabriele pelo auxílio na formatação deste documento.

À UFSC por possibilitar e promover ensino de qualidade, para mim e tantas outras pessoas. Também por ser minha segunda casa desde 2010, primeiro como estudante e agora como servidora. À equipe técnica e docente do Núcleo de Desenvolvimento Infantil (NDI/UFSC), local onde desenvolvo minha atividade profissional como nutricionista. Às gestoras envolvidas – Moema, Maria Raquel, Juliane e Thaisa, tanto no início quanto no encerramento do mestrado. Às cozinheiras (terceirizadas e efetiva) e, em especial, à colega de setor nutrição – Caroline, pelo apoio sempre presente.

Ao Programa de Pós-graduação em Nutrição (PPGN/UFSC), e sua equipe técnica e docente, por possibilitar e promover formação de qualidade aos Nutricionistas e outros profissionais das áreas de saúde e alimentação. À minha orientadora, Giovanna, por compartilhar seus saberes científicos, e especialmente, sua humanidade – que soube administrar as doses de motivação, acolhimento e impulso necessários para que eu continuasse, mesmo quando eu considerava apenas desistir. Aos membros do Núcleo de Pesquisa de Nutrição em

Produção de Refeições (NUPPRE/UFSC) e, em especial, Anice, Fernanda e Kharla pelas parcerias e trocas de conhecimento. À Ana Cláudia, por gentilmente ceder o banco de dados referente à sua tese, o qual possibilitou a realização da dissertação apresentada a seguir.

À Sahwenya e a Ediana, mulheres fortes e inspiradoras, que amorosamente contribuíram para que eu percebesse quem *eu era* quando iniciei esta jornada e quem *eu estava me tornando* a cada passo. O amadurecimento das minhas motivações possibilitou o encerramento exitoso desse ciclo – mantendo, em primeiro lugar, o respeito ao meu ritmo.

Assim como o nascer representa um rito de passagem, o mestrado foi para mim um renascimento (ainda que bem dolorido!). Nesses três anos desbravei a mim mesma, muito além do intelecto – renasci em termos psíquicos, emocionais e espirituais. A jornada foi mais longa do que o previsto, contudo, essencialmente transformadora. Portanto, agradeço também a mim mesma – sou persistente!

RESUMO

O gênero é um importante marcador social para o ato de cozinhar. Estudos de diferentes países demonstram que as mulheres continuam sendo as principais responsáveis por planejar e preparar as refeições no ambiente doméstico. Diante disso, o presente estudo objetiva conhecer as experiências e sentimentos de mulheres de três gerações sobre o ato de cozinhar. Como referencial metodológico optou-se pela Análise Temática (AT) para avaliar entrevistas realizadas com vinte e duas mulheres de três gerações diferentes. A pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Universidade Federal de Santa Catarina (CEP/UFSC - 1.723.746). Aproximadamente 40% (n=9) das participantes possuem ensino superior, cerca de 63% (n=14) são casadas, enquanto 54% (n=12) vivem apenas com o marido ou com este e os filhos. A maior parte das mulheres (59%, n=13) reside no estado de Santa Catarina, região sul do Brasil. A partir da AT das entrevistas identificou-se três grandes temas: *minhas referências*, *papéis sociais* e *como eu cozinho*. As falas das participantes demonstraram que as referências sobre o ato de cozinhar foram construídas desde a infância, efetivando-se a partir das relações constituídas e de como estas relações ofertaram elementos para a percepção interna do ato de cozinhar, conduzindo a referências positivas, neutras ou negativas. A percepção sobre ser mulher e cozinhar esteve presente nas três gerações, sendo expressiva na terceira geração (mais jovem). Também foi possível observar que esta geração traz falas relacionadas ao sentimento de inferioridade ao perceberem-se em uma sociedade que ainda possa considerar o ato de cozinhar como um papel social feminino. Inclusive com relatos de participantes que foram além dos seus conceitos e pré-julgamentos da visão social (e aparentemente daquilo que consideravam para si como referências) para que pudessem se permitir experienciar o ato de cozinhar por sua própria perspectiva. Constituídas as referências e observados os papéis sociais verifica-se uma maior ou menor abertura individual em vivenciar o ato de cozinhar, buscando ou não desenvolver suas habilidades – tanto pela necessidade de se alimentar ou mesmo pelo prazer de realizar o ato de cozinhar e/ou comer, quer seja para si ou para outros. A forma como uma pessoa compreende sua própria vivência e sua interação com a sociedade são únicas. Assim, algo que possa parecer uma imposição para uns possa ser uma motivação e um desejo genuíno para o outro. Observou-se que as falas das participantes refletem uma avaliação pessoal sobre como as experiências de vida e sua própria individualidade contribuíram para o ato de cozinhar, perpassando o prazer, as percepções negativas ou neutras sobre o cozinhar, as dimensões deste cozinhar e o reconhecimento de sua identidade como cozinheira.

Palavras-chave: Cozinhar. Refeição. Mulheres. Regras de Gênero. Análise Temática.

ABSTRACT

Gender is an important social marker for cooking. Studies from different countries show that women are still primarily responsible for planning and preparing meals in the home environment. Therefore, this study aims to understand the experiences and feelings of women from three generations about cooking in the home environment. As a methodological framework, Thematic Analysis (TA) was chosen for evaluation with twenty-two women from three different generations. The research was approved by the Ethics Committee for Research with Human Beings at the Federal University of Santa Catarina (CEP / UFSC - 1,723,746). Approximately 40% (n = 9) of the women have higher education, around 63% (n = 14) are married, while 54% (n = 12) live only with their husband or with him and children. Most women (59%, n = 13) reside in the state of Santa Catarina, southern Brazil. From the TA, three major themes were identified, namely: *my references*, *social roles* and *how I cook*. The speeches of the participants showed that the references about cooking were built since childhood, starting from the established relationships and how these relationships offered elements for the internal perception of cooking, leading to positive, neutral or negative perceptions. The perception of being a woman and cooking was present in the three generations, being expressive in the third generation (younger). It was also possible to observe that this generation brings speeches related to the feeling of inferiority when they perceive themselves in a society that can still consider cooking as a female social role. Even with reports from participants who went beyond their social vision concepts and pre-judgments (and apparently what they considered themselves to be references) to allow themselves to experience the act of cooking from their own perspective. Constituting references and observing the social roles, there is a greater or lesser individual openness to experience the act of cooking, seeking or not to develop their skills - either because of the need to eat or even for the pleasure of performing cooking and/or eat, whether for yourself or for others. The way a person understands their own experience and their interaction with society is unique. So, to someone it can seem like an imposition or it can be a genuine motivation and desire for another. It was observed that the participants' statements reflect a personal assessment of how life experiences and their own individuality contributed to the act of cooking, permeating pleasure and neutral or negative perceptions about cooking, the dimensions of this cooking and the recognition of her identity as a cook.

Keywords: Cooking. Meal. Women. Gender Role. Thematic Analysis.

LISTA DE FIGURAS

Figura 1 - Perspectiva do curso de vida: quadros temporal, social e histórico.....	27
Figura 2 - Etapas do estudo	44

LISTA DE QUADROS

Quadro 1 - Descritores e palavras-chave usados na busca para desenvolvimento da revisão bibliográfica.....	17
Quadro 2 - Estado da arte tópico "Ser Mulher e Cozinhar".	30
Quadro 3 - Classificação da faixa etária, código da geração e distribuição de participantes. ..	50
Quadro 4 – Informações de escolaridade, estado civil, situação de moradia e estado de residência detalhados por geração.	50
Quadro 5 - Síntese dos temas, subtemas, códigos e frases após Análise Temática Reflexiva.	52

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

AT	Análise Temática
EUA	Estados Unidos da América
FSA	<i>Food Standards Agency</i> – Reino Unido
IBGE	Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística
GAPB	Guia Alimentar para a População Brasileira
NUPPRE	Núcleo de Pesquisa de Nutrição em Produção de Refeições
POF	Pesquisa de Orçamentos Familiares
PPGN	Programa de Pós-Graduação em Nutrição
TCLE	Termo de Consentimento Livre e Esclarecido
UFSC	Universidade Federal de Santa Catarina

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO	14
1.1	ESTRUTURA GERAL DO DOCUMENTO	16
2	REVISÃO BIBLIOGRÁFICA	17
2.1	COZINHAR NO AMBIENTE DOMÉSTICO	18
2.2	SER MULHER E COZINHAR	26
2.3	CONCLUSÃO DO CAPÍTULO	39
3	OBJETIVOS	40
3.1	OBJETIVO GERAL	40
3.2	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	40
4	MÉTODOS.....	41
4.1	CARACTERIZAÇÃO DO ESTUDO	41
4.2	DEFINIÇÃO DE TERMOS RELEVANTES PARA A PESQUISA.....	42
4.3	PARTICIPANTES DO ESTUDO E AMOSTRAGEM TEÓRICA	43
4.4	ETAPAS DA PESQUISA	44
4.5	COLETA DE DADOS	45
4.6	INSTRUMENTOS E TÉCNICAS DE COLETA DE DADOS	45
4.7	ANÁLISE DOS DADOS	46
4.7.1	Critérios de Qualidade	48
4.8	PROCEDIMENTOS ÉTICOS DA PESQUISA.....	48
5	RESULTADOS E DISCUSSÃO.....	50
5.1	CARACTERIZAÇÃO DA AMOSTRA.....	50
5.2	APRESENTAÇÃO DOS TEMAS	51
5.3	MINHAS REFERÊNCIAS.....	61
5.4	PAPÉIS SOCIAIS	63
5.5	COMO EU COZINHO	66
6	CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	75
	REFERÊNCIAS.....	78
	APÊNDICES	88
	ANEXOS.....	90

1 INTRODUÇÃO

Essa pesquisa está inserida no Núcleo de Pesquisa de Nutrição em Produção de Refeições (NUPPRE), o qual contempla estudos desenvolvidos na linha de pesquisa de Nutrição em Produção de Refeições e Comportamento Alimentar, integrando o Programa de Pós-Graduação em Nutrição (PPGN) da Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC). Além disso, integra um projeto maior denominado *Cozinhando alimentos e criando preparações culinárias no ambiente doméstico: percepções de diferentes gerações na perspectiva da promoção da Alimentação Adequada e Saudável* (registrado no SIGPEX - Sistema Integrado de Gerenciamento de Projetos de Pesquisa e de Extensão da UFSC sob o número 201801687).

A professora coordenadora do projeto, Giovanna Medeiros Rataichesk Fiates, trabalha com pesquisa qualitativa desde o seu doutorado (FIATES, 2006) sendo orientadora e coorientadora de trabalho de conclusão de curso (LE BOURLEGAT, 2018), dissertações de mestrado (CAMARGO, 2018; DALLAZEN, 2012; DO NASCIMENTO, 2010; MAZZONETTO, 2012; PRADO, 2018; RODRIGUES, 2011; ZUCCHI, 2015) e teses de doutorado (DO NASCIMENTO, 2014; MAZZONETTO, 2019; MOREIRA, 2018; RODRIGUES, 2016) e artigo (MAZZONETTO, 2020) com essa abordagem teórica.

Durante pós-doutorado, realizado na *University of Surrey*, no Reino Unido, a professora Giovanna Fiates firmou parceria com a professora Moira Dean, da *Queen's University Belfast*. Dessa parceria surgiu o interesse em trabalhar com a temática do projeto maior, citado anteriormente. Adicionalmente, a professora Moira Dean tem formação na área de psicologia, é professora da disciplina de Psicologia das escolhas alimentares e comportamento consumidor na *Queen's University Belfast* e tem experiência na condução de estudos qualitativos na área de alimentação e saúde.

A presente dissertação objetivou explorar como os diferentes papéis sociais exercidos por mulheres de gerações distintas moldam suas experiências culinárias e seus sentimentos associados ao ato de cozinhar. Como abordagem teórica, utilizou-se especialmente a perspectiva do gênero enquanto contexto (ou quadro) social, um dos componentes da perspectiva do curso de vida curso de vida, abordagem que investiga o desenrolar da vida de indivíduos a partir do contexto no qual estão inseridos e de modificações substanciais ao longo da vida, ou seja, da *trajetória* enquanto ser individual imerso em um contexto coletivo (ELDER, 1994; ELDER; JOHNSON; CROSNOE, 2003; WETHINGTON, 2005).

Estudos de diferentes países demonstram que as mulheres continuam sendo as principais responsáveis por planejar e preparar as refeições no ambiente doméstico (CAIRNS;

JOHNSTON; BAUMANN, 2010; KJÆRNES, 2001; NEUMAN; GOTTZÉN; FJELLSTRÖM, 2015). Apesar das mudanças culturais no discurso relacionado ao preparo de alimentos como sendo uma tarefa primariamente feminina (SZABO, 2011) e do crescente interesse científico na igualdade de gênero e maior distribuição das atividades domésticas (MEEUSSEN; LAAR; GROOTEL, 2020), cozinhar continua sendo uma atividade fortemente determinada pelo gênero no ambiente doméstico (MEEUSSEN; LAAR; GROOTEL, 2020).

As modificações nos contextos temporal, social e histórico incentivaram que menos tempo fosse dedicado ao ato de cozinhar, em relação ao tempo dedicado no passado, de forma que as refeições preparadas em casa tenderam a se tornarem menos frequentes à medida em que os padrões alimentares tradicionais foram transformando-se (HAMRICK, 2011; SOLIAH et al., 2012). Dessa forma, as refeições preparadas com ingredientes mais naturais no ambiente doméstico perderam espaço para o consumo de alimentos e bebidas processados industrialmente (MOUBARAC; MARTINS; CLARO et al., 2013).

O modo como os indivíduos aprendem a cozinhar foi pouco detalhado pela literatura e, segundo autores, abrange uma maior complexidade do que se supõe (LANG; CARAHER, 2001; SHORT, 2006; MEAH; WATSON, 2011), assim como o impacto do curso de vida sobre as possíveis modificações nos significados do ato de cozinhar para cada indivíduo ao longo de sua vida e das gerações (MAZZONETTO, 2019). Além da complexidade envolvendo as diferentes motivações atribuídas a essa prática, observa-se na literatura diversas perspectivas entre indivíduos pontuando facilitadores e barreiras para efetivar (ou não) o ato de cozinhar, sendo possível que determinado facilitador para alguns poderá ser citado como barreira para outros. (SIMMONS; CHAPMAN, 2012; JONES et al., 2014; GATLEY, 2016; LAVELLE; MCGOWAN; SPENCE et al., 2016; WOLFSON; BLEICH; SMITH et al., 2016).

Ademais, a compreensão dos indivíduos acerca do termo cozinhar revela-se como outro ponto importante da complexidade envolvida no processo de cozinhar. Por um lado, existem indivíduos que concebem o ato de cozinhar como o uso exclusivo de alimentos *in natura* ou minimamente processados e ingredientes culinários, enquanto outros abrangem em sua compreensão do cozinhar, o ato de aquecer pratos prontos para consumo no micro-ondas, por exemplo (LAVELLE; MCGOWAN; SPENCE et al., 2016; WOLFSON; BLEICH; SMITH et al., 2016). Assim, tem-se que a variedade de práticas culinárias, desde a organização, planejamento e execução do ato de cozinhar também adicionam complexidade à discussão sobre o que define, de fato, o ato de cozinhar enquanto termo claro e conciso (HALKIER, 2009).

Segundo a literatura, indivíduos que preparam refeições em casa com maior frequência tendem a fazer escolhas alimentares mais saudáveis, ou seja, a maior frequência do preparo de

refeições no ambiente doméstico está associada ao consumo de uma alimentação mais saudável (CHEN et al., 2012; MCGOWAN et al., 2017; WOLFSON; BLEICH, 2015a, 2015b). Esta prática está em consonância com as diretrizes do Guia Alimentar para a População Brasileira – GAPB, visto que uma alimentação variada, baseada preferencialmente em alimentos *in natura* e minimamente processados, e os benefícios socioculturais das refeições compartilhadas em família compõem os preceitos divulgados pelo GAPB (BRASIL, 2014). Do ponto de vista sociocultural, o ato de cozinhar pode ser compreendido além da saúde como uma forma de socialização, onde compartilha-se tradições e memórias por meio do contato com familiares e amigos (PLASTOW; ATWAL; GILHOOLY, 2015).

Em relação ao referencial metodológico, elegemos a Análise Temática Reflexiva visto que este método de abordagem qualitativa permite a possibilidade de explorar o contexto do fenômeno em um nível de profundidade que falta à análise quantitativa, investigando as subjetividades além da superfície dos dados (BRAUN; CLARKE, 2006).

Diante da problemática apresentada, justifica-se a presente dissertação visto o impacto do gênero sobre o ato de cozinhar enquanto atividade doméstica; o crescente interesse científico na igualdade de gênero e maior distribuição das atividades domésticas; a perspectiva do curso de vida sobre a possibilidade de modificações nos significados dados ao cozinhar ao longo da vida e das gerações; e a relevância do ato de cozinhar no ambiente doméstico para aspectos nutricionais e socioculturais.

1.1 ESTRUTURA GERAL DO DOCUMENTO

A dissertação está organizada em seis capítulos. O primeiro esclarece sobre a inserção da pesquisa, apresentando o tema de estudo e, em termos gerais, a estrutura da dissertação. No segundo capítulo registra-se a revisão bibliográfica, desde seu delineamento aos estudos que o embasam, de forma teórica e conceitual, na elucidação do ato de cozinhar no ambiente doméstico, do ser mulher e de como esse ser social relaciona-se ao ato de cozinhar. A conclusão do segundo capítulo culmina na pergunta de partida do estudo. A seguir, no terceiro capítulo, apresentam-se os objetivos – geral e específicos. No quarto capítulo tem-se a descrição metodológica por etapas, com ênfase na Análise Temática Reflexiva, referencial metodológico utilizado para a análise dos dados. Já no quinto capítulo os resultados da dissertação são apresentados e discutidos conforme os achados científicos. Por fim, o sexto capítulo apresenta as considerações finais da dissertação, com sugestões de novos estudos.

2 REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

Este capítulo apresenta a revisão bibliográfica utilizada para embasar essa dissertação. O conjunto da revisão contempla livros, estudos científicos qualitativos e quantitativos com abordagem conceitual e/ou teórica, seja revisão ou estudo original, desde que o conteúdo estivesse relacionado a alimentação, nutrição, ato de cozinhar no ambiente doméstico, as questões de gênero, papéis sociais atribuídos as mulheres e à perspectiva do curso de vida.

Foram realizadas buscas sistemáticas em bases de dados científicas como Scopus, Scielo, Portal de Periódicos e Banco de Teses CAPES. No Scopus a busca restringiu-se aos campos de títulos, resumo e palavras-chave. Para realizar as buscas em inglês, inicialmente utilizou-se descritores MeSH (Medical Subject Headings) e DeCS (Descritores em Ciências da Saúde), posteriormente, os termos identificados nos artigos encontrados foram utilizados como palavras-chave em novas buscas. A partir dos descritores e palavras-chave optou-se por definir dois grupos de termos relacionados aos temas: (A) ato de cozinhar no ambiente doméstico e (B) ser mulher e cozinhar (Quadro 1). Foram realizadas combinações dos termos e palavras-chave do grupo A com o grupo B, tanto em inglês quanto em português.

De forma concomitante realizou-se a técnica bola de neve, consistindo em buscar estudos que pudessem interessar aos objetivos da pesquisa nas referências dos artigos encontrados.

Por fim, a pesquisa bibliográfica referente ao referencial metodológico utilizado, a Análise Temática, foi realizada com a finalidade de identificar estudos relacionados ao seu uso no campo da Alimentação e Nutrição, bem como relacionado aos objetivos da pesquisa.

Quadro 1 - Descritores e palavras-chave usados na busca para desenvolvimento da revisão bibliográfica.

Grupo de Termos	Termos
(A) – Ato de cozinhar no ambiente doméstico	Descritores MeSH
	<i>Cooking; food handling; meal</i>
	Palavras-chave em inglês
	<i>cook* behav*; cook* from scratch; cook* practices; cook* habits; cook* experience; cook* skills; domestic cook*; home cook*; home food prep*; domestic food; homemade food; food skills; homemade meal; home meal prep*; home prepared meal; home prod* meal; kitchen practices; foodwork; food agency; culinary</i>
	Descritores em Ciências da Saúde (DeCS)
	Culinária
	Palavras-chave em português

	Cozinhar; refeição; comida caseira
(B) – Ser mulher e cozinhar	Descritores MeSH <i>Gender role; Women; Femininity; Culture; Mothers</i>
	Palavras-chave em inglês
	<i>belief*; conviction*; mores; femininit*; woman; grandparents; gender*; gender equality; gender schemas; gender division of labor; social reproduction; gender norm*; gender social relations</i>
	Descritores em Ciências da Saúde (DeCS)
	Normas de gênero; Mulheres; Feminilidade; Cultura; Mães
	Palavras chave em português
crença*; convicç*; costume*; mulher*; avós; igualdade de gênero; sistema* de gênero*; divisão de trabalho por gênero; reprodução social; norma* de gênero*; relações sociais de gênero.	

Fonte: A autora, buscas realizadas em fevereiro de 2021.

2.1 COZINHAR NO AMBIENTE DOMÉSTICO

Do ponto de vista da ciência da nutrição, a refeição é um momento crucial para desenvolver hábitos alimentares saudáveis e adequados (ANDERSON et al., 2012). Reunir-se perante a mesa para compartilhar alimentos também permite que as pessoas aprendam e transmitam as normas sociais que eles conhecem, incluindo decisões sobre como, o que, onde e como realizar as suas refeições (ROCKETT, 2007).

Alguns estudos demonstram que compartilhar refeições em família promove a alimentação saudável (DATTILO et al., 2012), uma vez que contribui para a maior ingestão de alimentos como frutas e verduras (DRAXTEN et al., 2014; GILLMAN et al., 2000), feijões e alimentos proteicos (BROWN et al., 2018), como produtos lácteos e nutrientes de modo geral (TAYLOR; EVERS; MCKENNA, 2005). Outros estudos, indicam que a prática de realizar refeições em família pode atuar como protetora do excesso de peso infantil (GABLE; CHANG; KRULL, 2007) e desordens alimentares em adolescentes (NEUMARK-SZTAINER et al., 2008). Pode-se explicar isso pelo fato de que as refeições compartilhadas pelos familiares fazem com que os pais tenham mais autonomia de modelar e inserir hábitos alimentares mais saudáveis na rotina de seus filhos (DRAXTEN et al., 2014). Compartilhar refeições em família significa ter mais tempo para dividir experiências e degustar os alimentos disponíveis,

possibilitando um ambiente agradável para a socialização de pais e filhos (NEUMARK-SZTAINER et al., 2004; SOBAL; NELSON, 2003).

O ato de fazer a refeição na mesa não significa somente comer em companhia, mas sim fazer com o que a troca de diálogos, ideias e convívio surjam de uma maneira espontânea. Um dos principais aspectos desse ato é a transmissão de saberes e cultura dos alimentos (TOMAZONI, 2014). Para fazer com que se tenha uma boa refeição compartilhada é necessário que se tenha cuidados com as escolhas dos alimentos, assim como o local na qual o mesmo será preparado. Entende-se dessa forma que compreender o jeito com o que é preparado o alimento, e as técnicas que são usadas, faz com o que o indivíduo conheça cada vez a comida, fazendo com o que ele tenha autonomia e escolha com o que o mesmo venha ingerir. A prática culinária também facilita a reflexão e o exercício das dimensões sensoriais, cognitivas e simbólicas da alimentação (DIEZ-GARCIA; CASTRO, 2011).

É por meio da vivência com os alimentos e do incentivo ao consumo de opções alimentares mais saudáveis que as crianças passam a conhecer novos alimentos e formas de preparo. Outra forma de aproximar as crianças de bons hábitos alimentares é fazer com que elas tenham responsabilidades no preparo de alguma refeição, prática que pode contribuir para o maior interesse das crianças por aquilo que estão fazendo e comendo (ARAÚJO, 2015).

Outros estudos demonstraram que a frequência de refeições em família possui um componente de práticas de refeições estruturadas o qual se associa positivamente a padrões alimentares mais saudáveis em crianças e adolescentes (GILLMAN et al., 2000; HAMMONS; FIESE, 2011), incluindo maior ingestão de frutas e vegetais em adolescentes (NEUMARK-SZTAINER et al., 2003).

Estudos que investigaram mulheres e homens demonstram que o ato de cozinhar no ambiente doméstico tem diminuído de forma geral (PETTINGER; HOLDSWORTH; GERBER, 2006; SMITH; NG; POPKIN, 2013; ZICK; STEVENS, 2010). Alguns autores observaram que não apenas o tempo dedicado ao ato de cozinhar tem sido menor (SOLIAH et al., 2012; VIRUDACHALAM et al., 2014; WOLFSON; BLEICH, 2015a), como também está ocorrendo um fenômeno de rompimento cultural tendo em vista o menor preparo de refeições tradicionais (BUCKLEY; COWAN; MCCARTHY, 2007; DEVINE, 2005; PLESSZ; ÉTILÉ, 2019).

Reduções no tempo disponível para cozinhar têm sido associadas ao aumento do consumo de alimentos de “conveniência” em diferentes países (WOLFSON et al., 2016). Alimento de conveniência é um termo utilizado para classificar qualquer alimento para o qual parte significativa no tempo do preparo (por inteiro ou parcialmente), habilidades culinárias ou

energia utilizada foi transferida da cozinha doméstica para processadores de alimentos e distribuidores (CELNIK; GILLESPIE; LEAN, 2012). Os alimentos de conveniência se tornaram comuns nos supermercados (HARRIS; SHIPTSOVA, 2007; LANG; CARAHER, 2001), sendo comercializados como componentes essenciais no preparo de refeições caseiras (CARRIGAN; SZMIGIN; LEEK, 2006; SHAPIRO, 2005). Ademais, observa-se aumento no consumo de alimentos ultra processados e prontos para consumo (MONTEIRO et al., 2010, 2013; MOODIE et al., 2013; STUCKLER et al., 2012), tanto no ambiente doméstico quanto fora de casa (IBGE, 2020).

Há, na literatura, uma variedade de termos utilizados para os diferentes tipos de processamento e produção de alimentos. Devido à ampla gama de significados e definições envolvendo os tais termos, a partir da perspectiva de diferentes autores, pode ser comum que um ou mais termos possuam definições tão semelhantes que possam ser compreendidos como sinônimos.

Nos Estados Unidos, aproximadamente 20% dos custos com alimentação são gastos com alimentos de conveniência, comparados a 10% com frutas e vegetais (GUTHRIE et al., 2012). Estudo Europeu revelou que apenas 30% dos gastos familiares com alimentação eram compostos por ingredientes frescos ou crus, enquanto o restante do valor referia-se a alimentos de conveniência ou refeições consumidas fora de casa (DANIELS; GLORIEUX, 2015).

No Brasil, os gastos familiares com alimentação representam cerca de 17,5% da média mensal familiar. Destes, a despesa com alimentação no domicílio varia entre 49,7% e 79,4%, sendo que o grupo de carnes, vísceras e pescados continua sendo maior participação nas despesas (20,2%). Em relação aos demais grupos, a participação do grupo de cereais, leguminosas e oleaginosas vem caindo ao longo do tempo: de 10,4%, em 2002-2003 para 8,0% em 2008-2009 e 5% em 2017-2018. O grupo de legumes e verduras (de 3 a 3,6%), frutas (de 4,2 a 5,2%) e panificados (de 10,9 a 10,3%) mantiveram estabilidade ao longo dos anos avaliados. Enquanto, no mesmo intervalo, o grupo alimentos preparados evoluiu de 2,3% para 2,9% e chegou a 3,4% (IBGE, 2020).

Este fenômeno tem sido observado em diversas culturas, refletindo em aspectos distintos da alimentação, como menor habilidade de selecionar alimentos e preparar refeições, e especialmente habilidades necessárias para cozinhar a partir de alimentos *in natura* e minimamente processados (BECK, 2007; LANG; CARAHER, 2001; PELTNER; THIELE, 2017; WORSLEY et al., 2015). A expressão “*cooking from scratch*”, foi conceituada por Wolfson e colaboradores (2016) como sendo o uso de todos (ou maioria) dos ingredientes frescos (ou seja, *in natura*), considerando também o uso de tempo e energia investidos no

preparo. No entanto a definição permite ambiguidades, conforme evidenciado por Lavelle e colaboradores (2016a).

A literatura sugere que indivíduos que possuem hábito frequente de preparar alimentos em casa, utilizando maior número de habilidades culinárias tendem a fazer escolhas alimentares mais saudáveis, ou seja, a maior frequência do preparo de alimentos em casa está associada ao consumo de uma alimentação mais saudável (CHEN et al., 2012; MCGOWAN et al., 2017; WOLFSON; BLEICH, 2015a, 2015b), enquanto a falta de habilidades culinárias tem sido associada com o aumento do consumo de alimentos de conveniência (VAN DER HORST; BRUNNER; SIEGRIST, 2011). Diante do amplo contexto e discussão teórica na literatura envolvendo o termo habilidades culinárias, Jomori e colaboradores (2018) conceituam este como “a confiança, a atitude e a 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 ultra processados” (JOMORI et al., 2018).

Um estudo encontrou que pessoas mais jovens tendem a incorporar alimentos de conveniência em sua definição de “caseiro” de forma mais extensa quando comparado a pessoas mais velhas. Estas, por sua vez, enfatizam o uso de ingredientes frescos (ou cozinhar do zero) e tradições em suas definições acerca do termo caseiro (MOISIO; ARNOULD; PRICE, 2004).

O significado de “cozinhar” é complexo e ambíguo (SHORT, 2006). Alguns autores conceitualizam o ato de cozinhar com base no tempo e esforço despendido (KAUFMANN, 2010; SHORT, 2006). Wolfson e colaboradores (2016) identificaram que distintas definições abrangem múltiplas perspectivas entre “utilizar ingredientes frescos” e “qualquer coisa feita em casa”, deixando claro que a forma como alguém define o cozinhar reflete uma decisão pessoal e não existe um padrão que possa ou deva ser aplicado a todos.

Diante dos diferentes termos que envolvem o cozinhar e suas definições amplas e ambíguas, um grupo de pesquisadores que realizou revisão sistemática sobre o tema, definiu o “cozinhar doméstico” (do inglês “*home cooking*”) como as práticas e habilidades para preparar alimentos quentes ou frios em casa, incluindo combinar, misturar e, muitas vezes, aquecer ingredientes (MILLS et al., 2017).

Do ponto de vista sociocultural, o ato de cozinhar pode ser compreendido além da saúde como uma forma de socialização, onde compartilha-se tradições e memórias por meio do contato com familiares e amigos (PLASTOW; ATWAL; GILHOOLY, 2015). Canesqui (2005) afirma que refeições são oportunidades diárias que os indivíduos têm de compartilhar histórias. Quando é possível realizar a alimentação dentro de casa obtém-se diferentes práticas

alimentares: a escolha e compra do alimento, sua higienização e a transformação do alimento para a sua forma final de consumo – que por sua vez envolve a combinação de ingredientes e modo de preparo, além da arrumação dos pratos (CANESQUI, 2005). Barthes (2013), por sua vez, argumenta que quando o indivíduo decide por preparar a refeição que vai consumir, o mesmo não está somente comprando comida ou manipulando-a, mas sim gerando informações e significados perante aquela comida e refeição, dessa maneira decidir o que irá comer torna-se uma forma de comunicação (BARTHES, 2013).

O ato de cozinhar no ambiente doméstico está em consonância com as diretrizes do Guia Alimentar para a População Brasileira – GAPB, visto que uma alimentação variada, baseada preferencialmente em alimentos *in natura* e minimamente processados, e os benefícios socioculturais das refeições compartilhadas em família compõem os preceitos divulgados pelo GAPB. Este documento destaca ainda que alimentos processados podem integrar a alimentação desde que consumidos em pequenas quantidades e que alimentos ultra processados devem ser evitados (BRASIL, 2014). Isso porque os alimentos de conveniência, processados e ultra processados normalmente são ricos em açúcares, gorduras saturadas, sódio e aditivos alimentares (MONTEIRO et al., 2010, 2013; MOODIE et al., 2013; STUCKLER et al., 2012). O consumo de tais alimentos tem sido associado ao sobrepeso e obesidade (MALIK; WILLETT; HU, 2013; SMITH et al., 2009; VAN DER HORST; BRUNNER; SIEGRIST, 2011) e a doenças crônicas não transmissíveis (como câncer, diabetes, hipertensão). Além disso, os aditivos presentes nestes produtos têm sido associados ao aumento da incidência de doenças autoimunes na população (LERNER; MATTHIAS, 2015).

Entende-se que a compreensão das formas de preparo dos alimentos, assim como das possíveis técnicas usadas, faz com o que o indivíduo conheça cada vez a comida, permitindo o desenvolvimento da autonomia e escolha alimentar do que irá consumir. A prática culinária também facilita a reflexão e o exercício das dimensões sensoriais, cognitivas e simbólicas da alimentação.

A alimentação saudável também pressupõe maior número de refeições feitas em casa, apesar desta recomendação ser feita ponderando diferentes aspectos. O guia alimentar dos Estados Unidos da América recomenda que os indivíduos realizem refeições em casa mais frequentemente como uma estratégia para reduzir o consumo de sódio (EUA, 2020). O guia alimentar uruguaio esclarece aos indivíduos que cozinhar em casa pode ser uma oportunidade de escolher ingredientes e formas de cocção com maior liberdade, favorecendo o uso de menos sal e açúcar, e a adoção de alternativas saudáveis (URUGUAI, 2016). O guia alimentar da Nova Zelândia recomenda que o preparo de refeições seja feito em casa com a maior frequência

possível, utilizando ingredientes integrais e menos processados (NOVA ZELÂNDIA, 2020). E, por fim, o guia alimentar argentino aconselha simplesmente preferir alimentos preparados em casa ao invés daqueles processados (ARGENTINA, 2016).

Pesquisadores têm se empenhado em investigar o ato de cozinhar no ambiente doméstico, publicando desde estudos de revisão que abordam aspectos históricos culturais (BOWEN; ELLIOTT; BRENTON, 2014; SOLIAH et al., 2012) a pesquisas que buscam conhecer as percepções dos indivíduos sobre o que constitui o ato de cozinhar no ambiente doméstico, tanto em entrevistas individuais com mulheres e homens (WOLFSON et al., 2016a) quanto em grupos focais mistos (mulheres e homens) ou compostos apenas por mulheres ou apenas por homens (WOLFSON et al., 2016b).

Ao investigar as percepções sobre o cozinhar, examinando a confiança e comportamentos associados ao ato de cozinhar de mulheres e homens, observou-se que a frequência do cozinhar é semelhante entre os adultos norte-americanos, independentemente de como eles percebem tal atividade. No entanto, a confiança e o prazer de cozinhar são menores entre aqueles que consideram o uso de alimentos de conveniência como parte do cozinhar (WOLFSON et al., 2016a).

Em estudo semelhante, notou-se que cozinhar “do zero” foi percebido, por todos os participantes envolvidos, como a forma preferível, ou mesmo, a “melhor” forma de preparar uma refeição – mesmo os participantes que frequentemente utilizavam alimentos de conveniência. Assim como foi consenso que, qualquer pessoa que utilize ingredientes frescos para preparar uma refeição está realizando o ato de cozinhar. No entanto, as opiniões divergem quanto às circunstâncias nas quais o uso de alimentos pré-preparados e processados poderia ser considerado “cozinhar”. Por outro lado, colocar seu toque em uma receita, investir tempo ou dedicar amor e esforço em uma refeição foram fatores importantes na decisão sobre quando uma refeição poderia contar como “cozinhar” (WOLFSON et al., 2016b).

Demais pesquisas objetivam conhecer as barreiras e facilitadores do cozinhar, sendo que, dentre as barreiras para o preparo de refeições em casa estão o trabalho parental (DEVINE et al., 2006, 2009; JABS et al., 2007), a falta de tempo e de vontade de preparar refeições caseiras (DEVINE et al., 2006; GATLEY; CARAHER; LANG, 2014; WOLFSON et al., 2016a, 2016b), o (baixo) custo dos alimentos de conveniência (BRUNNER; VAN DER HORST; SIEGRIST, 2010; WOLFSON et al., 2016b), a baixa habilidade culinária (STEAD et al., 2004; VAN DER HORST; BRUNNER; SIEGRIST, 2011), a (baixa) disponibilidade de alimentos (VIDGEN; GALLEGOS, 2014). Por outro lado, um estudo utilizando grupos focais explorou os motivadores para o ato de cozinhar e encontrou que, para os participantes do estudo, as

motivações para cozinhar no ambiente doméstico envolvem o custo-benefício da alimentação caseira, o fato de ter uma referência culinária a seguir, a familiaridade com técnicas culinárias e disponibilidade de tempo para preparar, cozinhar e limpar (JONES et al., 2014). Como facilitadores do cozinhar incluem-se habilidades de planejamento e organização das refeições, além do prazer em cozinhar (WOLFSON et al., 2016b).

Além disso, Wolfson e colaboradores (2016b) perceberam uma interessante conexão entre a tríade tempo, custo e saúde relacionados ao cozinhar no ambiente doméstico e propõem que nesta conexão um dos elementos é sacrificado para priorizar os outros. No entanto, a mesma conexão não foi aparente para o tema cozinhar do zero, ou seja, quem cozinha do zero por saúde não mencionou tempo ou custo.

Alguns estudos defendem que uma boa forma de estimular a troca do uso de produtos de conveniência por alimentos frescos seja ensinar habilidades culinárias básicas, de forma que as pessoas se permitam experienciar, errar e aprender com seus erros (CARAHER et al., 2013; JONES et al., 2012). Ensinar estratégias para cozinhar do zero facilita a possibilidade de sobrepor barreiras, enfatizando facilitadores deste ato, especialmente no que se refere aos benefícios a saúde (DANIELS et al., 2012).

O estudo de Mazzoneto (2019) propôs-se a investigar experiências culinárias de mulheres de gerações distintas a partir da perspectiva do curso de vida, a qual facilita a compreensão das experiências e práticas individuais do nascimento até o momento presente (DEVINE, 2005; WETHINGTON, 2005). Embora trajetórias já tenham sido utilizadas para o estudo de temas relacionados à alimentação (DEVINE et al., 1998; SUN, 2005; YOUNGINER et al., 2015), as *trajetórias culinárias* refletem uma abordagem recente para investigar a prática e desenvolvimento das habilidades culinárias, oportunizando a compreensão de padrões, pensamentos e crenças ao longo dos anos e ainda como estes relacionam-se ao ato de cozinhar (BOSTIC; MCCLAIN, 2017). Com base nos estudos de Devine (2005) e de Bostic & McClain (2017), Mazzonetto (2019) conceituou, em sua tese, as trajetórias culinárias como “*significados e práticas relacionados ao ato de cozinhar desenvolvidos ao longo do curso de vida em um contexto social e histórico*”. Ademais, fatores relatados em estudos que consideram o curso de vida e questões relacionadas à alimentação envolvem localização, tempo disponível, família, interações e papéis sociais, condições de saúde, experiências de infância e identidade cultural (BOVE; SOBAL; RAUSCHENBACH, 2003; EDSTROM; DEVINE, 2001; GUSTAFSSON; SIDENVALL, 2002; PORTER, 2007; SIMMONS; CHAPMAN, 2012; SYDNER et al., 2007; VESNAVER et al., 2015; YOUNGINER et al., 2015).

Para além dos conceitos e dimensões, das barreiras e facilitadores, cabe considerar que cada indivíduo possui percepções diferentes do ato de cozinhar, e que estas, com frequência, representam um conjunto complexo de fatores. Por exemplo, é possível que certos indivíduos contem com facilitadores do ato de cozinhar à sua disposição (como tempo disponível), mas possuam uma percepção negativa sobre tal comportamento, levando-os a optar por não cozinhar ainda que tenham tempo. Dessa forma, pode se dizer que as percepções individuais sobre o ato de cozinhar exerçam influência sobre o maior ou menor envolvimento com o ato de cozinhar.

Diante disso, registra-se o aspecto inovador deste estudo, onde considera-se três gerações de mulheres e a perspectiva do quadro social relacionada ao gênero.

2.2 SER MULHER E COZINHAR

Evidências sugerem que as percepções sobre e o comportamento envolvendo o ato de cozinhar propriamente dito são influenciados por fatores individuais como idade, gênero, nível socioeconômico, tempo disponível, preferências por sabores e valores pessoais acerca dos alimentos (FITZGERALD; SPACCAROTELLA, 2009; MANCINO; GREGORY, 2012).

O gênero é um importante marcador social para o ato de cozinhar. Estudos de diferentes países demonstram que as mulheres continuam sendo as principais responsáveis por planejar e preparar as refeições no ambiente doméstico, ainda que seja observado o aumento discreto da participação masculina nesta atividade (CAIRNS; JOHNSTON; BAUMANN, 2010; KJÆRNES, 2001; NEUMAN; GOTTZÉN; FJELLSTRÖM, 2015).

De forma geral, mulheres têm uma relação específica com as responsabilidades pela alimentação e nutrição em muitas culturas (DEVINE, 2005). Em diferentes culturas, as mulheres dedicam mais tempo ao ato de cozinhar, bem como praticam esta atividade com maior frequência quando comparado aos homens. Este fenômeno foi identificado em locais como: Austrália (AUSTRALIA, 2009; SMITH et al., 2010), Canadá (CANADA, 2006), Espanha (DÍAZ-MÉNDEZ; GARCÍA-ESPEJO, 2014; GARCÍA-GONZÁLEZ et al., 2018), Estados Unidos da América (BROWN; MILLER, 2002; MANCINO; NEWMAN, 2006; USA BUREAU OF LABOR STATISTICS, 2011; FLAGG et al., 2013; HAMRICK et al., 2011), Reino Unido (ADAMS et al., 2015; DÍAZ-MÉNDEZ; GARCÍA-ESPEJO, 2014), Índia (RATHI; RIDDELL; WORSLEY, 2018) e inclusive no Brasil (BRASIL, 2017).

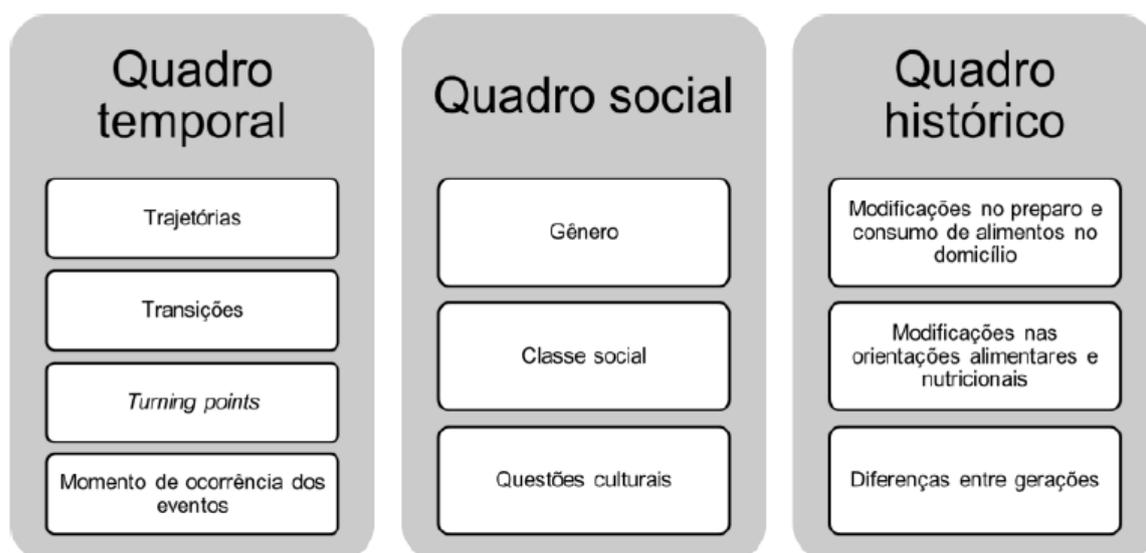
Mesmo em países com maior igualdade de gênero, como a Suécia, onde as disciplinas de *Home Economics* (recentemente denominada *Home and Consumer Studies*, traduzido como *Estudos Domésticos e do Consumidor*) são obrigatórias para meninos e meninas desde os anos 1960, as mulheres continuam sendo as principais responsáveis por atividades domésticas como o preparo de refeições (NEUMAN; GOTTZÉN; FJELLSTRÖM, 2015).

Em sua tese, Mazzonetto (2019) organizou os elementos que compõem a perspectiva do curso de vida segundo os quadros temporal, social e histórico (Figura 1). Desta forma, ficam evidentes as questões analisadas em cada quadro, embora todos estejam interligados. A perspectiva do curso de vida refere-se a uma abordagem teórica que estuda como as vidas dos indivíduos se desenrolam ao longo do tempo, levando em consideração o contexto em que esses indivíduos se encontram (ELDER, 1994; ELDER; JOHNSON; CROSNOE, 2003; WETHINGTON, 2005).

O quadro social representa o ambiente social no qual o fenômeno está inserido – envolve gênero, classe social e demais questões culturais. Tal ambiente fornece uma estrutura dentro da qual os indivíduos respondem ao ambiente em suas ações e decisões cotidianas, não sendo passivamente impactados por essas influências, mas fazendo suas escolhas a partir das alternativas viáveis diante deles (BANDURA, 2001; ELDER, 1994; ELDER; JOHNSON; CROSNOE, 2003). Cabe ressaltar que essas estruturas são fluídas, ou seja, seus significados se modificam ao longo da vida de uma pessoa ou de uma geração a outra, podendo tanto facilitar quanto restringir a constância e as mudanças nas trajetórias de vida (DEVINE, 2005; SOBAL; BISOGNI, 2009) e também nas trajetórias culinárias (BOSTIC; MCCLAIN, 2017; NEUMAN; GOTTZÉN; FJELLSTRÖM, 2015).

Diante de tal abordagem teórica utilizada para o delineamento da coleta de dados de Mazzonetto (2019) e do crescente interesse científico na igualdade de gênero e maior distribuição das atividades domésticas (MEEUSSEN; LAAR; GROOTEL, 2020) ressalta-se a relevância em investigar o ato de cozinhar a partir do quadro social com enfoque no gênero. O **gênero** é uma divisão social básica entre culturas e gerações. Papeis de gênero e regras sociais gênero-específicas influenciam e definem a alimentação (DEVINE, 2005).

Figura 1 - Perspectiva do curso de vida: quadros temporal, social e histórico



Fonte: Mazzonetto, 2019.

Em relação a mulheres idosas e o ato de cozinhar, um estudo (LANE et al., 2014) identificou que alterações nas atividades relacionadas à alimentação, como o hábito de cozinhar, ocorrem, de modo geral, pela perda do papel como cuidador ou pela perda de um parceiro, bem como pela redução dos níveis de energia e disposição - devido à idade avançada ou à presença de doenças. Segundo os autores do estudo, mulheres idosas nessas situações passavam a comprar refeições prontas ou a realizá-las fora de casa, sendo essa última opção uma oportunidade de participar de encontros sociais visto que cozinhar para si mesmas havia se tornado uma atividade solitária. Além disso, essas mulheres não demonstraram interesse em voltar a cozinhar.

No Canadá, estudo qualitativo conduzido com mulheres de baixa renda identificou que como mães, namoradas e esposas, percebiam-se como responsáveis por manter o domicílio abastecido e prover refeições. Ser mãe significava, para essas mulheres, ter que cozinhar. Todas sentiam-se como as principais responsáveis pelo preparo da alimentação da família (ENGLER-STRINGER, 2010). Na Dinamarca, Halkier (2009) entrevistou mulheres de diferentes níveis educacionais e identificou que, para elas, cozinhar “*from scratch*” era percebido como algo normativamente apropriado. Contudo, ao mesmo tempo, houveram relatos de negociações familiares feitas para adaptar o que era considerado como ‘cozinhar de modo adequado’ na rotina diária (HALKIER, 2009).

A literatura indica que a maior frequência no preparo de refeições no ambiente doméstico relaciona-se à presença de filhos e outros dependentes no domicílio (BLAKE et al., 2011). As mães também são vistas, em muitos casos, como as principais responsáveis pela transmissão intergeracional de aspectos relacionados à alimentação (JOHNSON et al., 2010; RHODES et al., 2016).

Meah e Jackson (2013), em estudo qualitativo no Reino Unido, observaram entre os participantes que, de modo geral, enquanto as mulheres se sentiam responsáveis por ensinar bons hábitos alimentares para seus filhos, os homens pareciam não levar em consideração as propriedades nutricionais dos alimentos consumidos pelos filhos. Observaram ainda a tendência seletiva dos homens ao optarem pelos aspectos da culinária nos quais estariam envolvidos. Os resultados desse estudo indicam que, embora possa existir uma divisão mais igualitária do trabalho doméstico em alguns casos, em muitos outros, continuavam a existir desigualdades (MEAH; JACKSON, 2013).

No Reino Unido, Parsons (2016) identificou que o senso de responsabilidade era praticado em diferentes níveis entre os homens e mulheres entrevistados, onde cozinhar para alimentar a família era diferente de cozinhar por lazer. Para este grupo, alimentar a família era

responsabilidade das mães, independentemente do tipo de trabalho remunerado que exerciam. Os homens com algum interesse por comida cozinhavam por prazer ou por lazer. Aqueles que não tinham interesse cozinhavam apenas ocasionalmente (PARSONS, 2016). De forma similar, um grupo de pesquisadores canadenses identificou que enquanto as mulheres percebem o preparo de refeições como uma forma de cuidado com o outro, homens enxergavam cozinhar mais como uma atividade de lazer (CAIRNS; JOHNSTON; BAUMANN, 2010).

Na Noruega e Dinamarca, Aarseth e Olsen (2008) argumentam que a culinária não é uma prática definida pelo gênero, sendo compreendida tanto como uma atividade de lazer quanto um dever doméstico, praticada por homens e mulheres. Observou-se que nestes lugares, assim como no Reino Unido, alguns homens viam o ato de cozinhar como demonstração de cuidado, especialmente aqueles com o objetivo de criar intimidade com os seus filhos (AARSETH; OLSEN, 2008; OWEN et al., 2010).

Homens participantes de um estudo na Suécia relataram que a sociedade desta nação é mais igualitária nas questões de gênero, tanto se comparada a outras sociedades menos progressistas, quanto se comparada ao seu próprio passado sociocultural. Desta forma, a participação dos homens no trabalho doméstico, incluindo cozinhar, é habitual. Ainda que esta tarefa fosse encarada por estes homens como apenas uma necessidade ou até mesmo um completo aborrecimento. Os homens do estudo consideraram que houve uma melhora ao longo do tempo nas habilidades e conhecimentos culinários entre os homens em geral (NEUMAN; GOTZÉN; FJELLSTRÖM, 2015).

Por fim, recentemente Meraviglia e Dudka (2021) investigaram a divisão de atividades domésticas durante o período de quarentena estabelecido na Itália em função da pandemia do COVID-19. No estudo, considerando casais heterossexuais, tanto mulheres quanto homens relataram aumento de sua participação nas atividades domésticas. Contudo, evidenciou-se que quanto mais desagradável era considerada uma das atividades domésticas, menor participação masculina estava disponível. Interessantemente, cozinhar foi a atividade doméstica com maior igualdade na divisão das atividades domésticas entre homens e mulheres, embora essas últimas ainda representem a maioria como responsáveis pelo ato de cozinhar.

Quadro 2 - Estado da arte sobre o tópico "Ser Mulher e Cozinhar".

Autores, ano, país	Objetivos	Desenho do estudo / População	Resultados relevantes para o estudo proposto
<p>Unni Kjærnes, 2001, Noruega</p>	<p>Investigar como a alimentação como atividade cotidiana está estruturada nas sociedades modernas. Descrever a situação atual em relação aos padrões alimentares e refeições nos países nórdicos.</p>	<p>Testes empíricos quantitativos em amostras representativas da população. Os dados foram coletados em abril de 1997 por meio de entrevistas telefônicas assistidas por computador (CATI). Mil e duzentos indivíduos com mais de 15 anos foram entrevistados em cada um dos quatro países (Dinamarca, Finlândia, Suécia e Noruega), resultando em uma amostra total de 4 800. O desenho do questionário e os procedimentos de coleta de dados foram estreitamente coordenados. Os dados desejados não estavam nas quantidades de alimentos consumidos, mas nas combinações de alimentos e no contexto social da alimentação.</p>	<p>Os resultados deste estudo mostram que cozinhar ainda é, em grande medida, trabalho feminino. No entanto, podem ser observadas algumas mudanças que indicam uma repartição mais equitativa do trabalho envolvido, mais visivelmente entre os mais jovens e entre os de classe ocupacional média e superior. No entanto, em todos os quatro países, havia uma grande inconsistência entre os relatos de homens e mulheres sobre quem cozinhasse. O tamanho da inconsistência, bem como a variação sistemática entre grupos sociais, indica que explicações mais substanciais podem ser necessárias. Um tópico abordado aqui são as diferenças de acordo com o gênero na compreensão e avaliação da culinária como parte do trabalho doméstico.</p>
<p>Lynne Brown, Daisy Miller, 2002, EUA</p>	<p>Conhecer como casais estratificados por preferência de papel de gênero (GRP) administram tarefas alimentares.</p>	<p>Entrevista qualitativa semiestruturada individual com cada parceiro em um casal que representa de GRP. Uma amostra intencional de 10 esposas transitórias e 10 igualitárias, representando 20 casais, foi entrevistada. A análise de conteúdo temática, a comparação constante e</p>	<p>A maioria dos casais relatou mais divisão nas tarefas alimentares antes do primeiro filho. Comprar juntos era mais comum na época. Todos reconheceram os mesmos pontos de tomada de decisão na cadeia de compras de alimentos (ou seja, a lista de compras, o carrinho de compras e a escolha de ingredientes para a preparação da refeição). A mudança na responsabilidade da tarefa</p>

		o consenso produziram a análise temática final.	alimentar geralmente ocorria com a chegada do primeiro filho. O resultado pareceu refletir o GRP para as funções de pai / chefe de família e diferentes definições de justiça. Dados nacionais indicam que a maternidade aumenta as horas de trabalho doméstico da esposa e diminui as horas de trabalho em comparação com a paternidade, o que não tem efeito no emprego do marido ou nas horas de trabalho doméstico.
Helene Aarseth e Bente M Olsen, 2008, Dinamarca	Identificar padrões em relação a comida. Os padrões são etapas em um processo de mudança em direção a uma organização da vida familiar com maior igualdade de gênero.	Analisamos narrativas sobre o preparo de alimentos entre casais em que ambas as partes têm emprego integral e distribuem igualmente o trabalho em casa. Esses casais representam uma vanguarda na realização da política de igualdade de gênero e de bem-estar social escandinavos. No entanto, nos esforços dos casais para realizar um arranjo equalizado, eles exibem diferentes padrões de interação. Sugerimos que os padrões são posições ou etapas dinâmicas na transformação da divisão de gênero do trabalho em relação ao preparo dos alimentos.	No primeiro padrão, as narrativas expõem sentimentos de deficiências em relação ao ideal de igualdade. A preparação de alimentos é aqui uma responsabilidade principalmente feminina relacionada ao cuidado com o bem-estar da família. Destas narrativas, um segundo padrão emerge, exibindo diferentes formas de identificação masculina com o preparo dos alimentos. Baseando-se em uma orientação prática ou "com amor" em relação à preparação de alimentos, essas novas identificações masculinas criam um afastamento das conotações culturais que conectam comida, feminilidade e cuidado. Essa mudança, por sua vez, abre caminho para o terceiro padrão, onde a preparação de alimentos torna-se um novo projeto conjunto na família. Argumentamos que esta nova identificação masculina com o preparo da comida como atividade de lazer não representa uma reprodução da relação estrutural de gênero,

			mas sim um pré-requisito para uma mudança mais profunda divisão de trabalho.
Kate Cairns e Josée Johnston, 2010, EUA	Explorar questões de gênero e cultura gastronômica.	Entrevistas com 30 participantes (17 mulheres e 13 homens) em 11 diferentes estados dos Estados Unidos como parte de um estudo maior sobre a cultura gastronômica (Johnston e Baumann 2010). Nossos critérios de elegibilidade exigiam que os participantes se identificassem como tendo um grande interesse ou paixão por aprender e comer bons alimentos e que não trabalhassem na indústria de alimentos.	“Fazer gênero” tem implicações diferentes para homens e mulheres dentro da cultura <i>foodie</i> – pessoas com paixão ou grande interesse por comida. Junto com as evidências de que os <i>foodies</i> estão contestando as relações de gênero específicas no mundo dos alimentos, exploramos como as desigualdades de gênero mais amplas persistem. Afirmamos que as oportunidades de fazer gênero na cultura gastronômica não podem ser consideradas à parte do privilégio de classe.
Kylie J. Smith, Sarah Mcnaughton, Seana L. Gall, Leigh Blizzard, Terence Dwyer e Alison J. Venn, 2010, Austrália	Descrever o envolvimento de homens e mulheres adultos jovens na preparação das refeições e investigar se a extensão do envolvimento estava associada à qualidade da dieta.	Durante 2004 a 2006, uma amostra nacional de 2.814 adultos australianos com idades entre 26 e 36 anos completou um questionário autoaplicável sobre fatores demográficos, dieta e estilo de vida. Os participantes foram convidados a relatar quem geralmente era responsável por preparar a refeição principal nos dias úteis. As respostas foram categorizadas como "eu mesmo", "compartilhado" ou "outra pessoa". A qualidade da dieta foi avaliada pelo cálculo do número médio de porções diárias para cada grupo de alimentos. A análise de variância foi usada para testar as	Mais mulheres (65%) do que homens (29%) eram as únicas responsáveis pela preparação das refeições. A preparação compartilhada das refeições foi relatada por 23% das mulheres e 27% dos homens. Os fatores associados a um maior envolvimento no preparo das refeições incluíram estado civil, escolaridade, ocupação e atividade física. Após o ajuste para fatores sociodemográficos e de estilo de vida, os homens que prepararam a refeição principal por conta própria tiveram um consumo maior de carne magra. As mulheres que compartilhavam o preparo da refeição consumiam mais vegetais e laticínios; no entanto, essas diferenças na qualidade da dieta foram pequenas.

		diferenças nas médias dos dados de ingestão alimentar.	
Christine E. Blake, Elaine Wethington, Tracy J. Farrell, Carole A. Bisogni e Carol M. Devine, 2011, EUA	Avaliar como as condições de trabalho e familiares dos pais empregados fornecem contextos comportamentais para suas escolhas alimentares.	Dados sobre trabalho e condições familiares, características sociodemográficas, comportamento alimentar e ingestão alimentar de dois recordatórios dietéticos de 24 horas foram coletados em uma amostra aleatória de pesquisa transversal por telefone piloto no outono de 2006. Mães negras, brancas e latinas empregadas (n = 25) e os pais (n = 25) foram recrutados em uma área urbana de baixa / moderada renda no interior do estado de Nova York.	O grupo de culinária caseira incluiu consideravelmente mais pais casados com cônjuges desempregados e mais refeições caseiras em família. As estratégias de enfrentamento da escolha alimentar que afetam a qualidade da dieta refletem o trabalho dos pais e as condições familiares. A orientação nutricional e a política familiar precisam considerar esses contextos comportamentais importantes para a nutrição e saúde da família.
Lisa Mancino e Christian Gregory, 2012, USA	Investigar uma possível correlação entre a qualidade da dieta e o tempo gasto no preparo dos alimentos.	A amostra consiste em 400 mulheres entrevistadas na área de Chicago em 2007 e inclui um recordatório alimentar de 24 horas e um diário de 24 horas para o mesmo dia. As atividades codificadas no diário podem ser usadas para calcular também a quantidade de tempo gasto no preparo dos alimentos primários. Utilizou-se abordagem de estimativa multivariada padrão. Como variáveis dependentes: a densidade energética diária e medidas de qualidade da dieta. Como variável explicativa: número total de minutos em que o preparo	No geral, nossos resultados indicam que, ao controlar os fatores não observados que podem afetar o tempo de preparo e a qualidade da dieta, o tempo de preparo dos alimentos influencia a qualidade da dieta apenas para pessoas obesas. No entanto, as melhorias na qualidade da dieta são mínimas. Nossos resultados também indicam que os alimentos consumidos fora de casa desempenham um papel importante na compreensão dos efeitos do tempo despendido no preparo dos alimentos na alimentação fora de casa.

		dos alimentos foi listado como atividade primária no dia do recordatório. Entrevistados foram divididos em grupos com base em seus índices de massa corporal (IMC).	
Lee A. Flagg, Bisakha Sen, Meredith Kilgore e Julie L. Locher, 2013, USA	Examinar até que ponto a divisão de trabalho por gênero persiste dentro das famílias nos EUA em relação ao planejamento, preparo de refeições e atividades de compra de alimentos.	Análise secundária de dados transversais. Dados utilizados da Pesquisa Nacional de Exame de Saúde e Nutrição dos EUA de 2007–2008 - sub-amostra de 3195 adultos com pelo menos 20 anos de idade que tinham um cônjuge ou parceiro.	A maioria das mulheres e dos homens relatou compartilhar tanto as atividades de planejamento/ preparo das refeições quanto as atividades de compra de alimentos (planejamento/preparo das refeições: mulheres 54% e homens 56%; compras de alimentos: mulheres 60% e homens 57%). Os resultados das análises de regressão logística multinomial indicaram que, em comparação com os homens, as mulheres eram mais propensas a assumir a responsabilidade primária do que a compartilhar essa responsabilidade e menos propensas a relatar não ter responsabilidade por essas tarefas. Diferenças de gênero foram observadas para idade / coorte, educação e tamanho da família.
Angela Meah, Peter Jackson, 2013, Inglaterra	Explorar até que ponto as mudanças nas práticas de cozinha levaram a uma 'democratização' da domesticidade, sinalizando uma maior igualdade de gênero.	O estudo aqui relatado tenta abordar algumas das questões metodológicas e epistemológicas destacadas por Murcott (2000). Ele faz isso com base em uma combinação de entrevistas de história de vida, juntamente com dados observacionais diretos e registrados de pelo menos duas gerações de participantes de oito	Nossa análise confirma que, embora a relação entre práticas domésticas e subjetividades de gênero esteja mudando, isso não equivale a uma 'democratização' fundamental da domesticidade com uma igualdade significativamente maior entre homens e mulheres.

		famílias baseadas principalmente na área de South Yorkshire, no Reino Unido. Esses dados são complementados por evidências de grupos de foco de um grupo mais amplo de entrevistados (n = 37).	
Kathleen Lane, Fiona Poland, Sheila Fleming, Nigel Lambert, Hilary Macdonald, John Potter, Monique Raats, Paula Skidmore, Carol Vince, Amander Wellings e Lee Hooper, 2013, Reino Unido	Examinar a dinâmica em torno da redução do contato das mulheres mais velhas com a preparação e cozimento das refeições principais e destaca a diversidade em como elas se relacionaram com sua mudança de envolvimento com a comida na vida adulta.	Estudo qualitativo de um ano (Changes Around Food Experience, CAFE) sobre o impacto da redução do contato com a preparação e cozimento de refeições do zero para 40 mulheres, entre 65 – 95 anos de idade, residentes em Norfolk, Reino Unido. Os dados foram coletados por meio de entrevistas semiestruturadas, grupos focais e observações.	Os motivos das mulheres para reduzir as atividades relacionadas à alimentação incluíram mudanças na saúde, perda de um parceiro ou de um papel de cuidado e novos padrões de socialização. As descobertas do CAFE vincularam o envolvimento das mulheres com seus ambientes a como estavam usando os serviços formais e, ainda mais, ao valor que atribuíam ao envolvimento social e ao estar fora de casa. Por meio das conexões que cultivaram com amigos, família e comunidade, as mulheres mais velhas possibilitaram ativamente seu envolvimento contínuo em suas esferas sociais, públicas e familiares.
Kate Rhodes, Flora Chan, Ivanka Prichard, John Coveney, Paul Ward e Carlene Wilson, 2016, Austrália	Examinar a transmissão intergeracional do comportamento alimentar.	Entrevistas familiares semiestruturadas com 27 famílias de três gerações (anglo-australiano: n=11, chinês-australiano: n=8, ítalo-australiano: n=8; total de indivíduos n = 114).	A influência da geração (avô, pai, filho), papel (avó, avô, mãe, pai, filha, filho) e origem étnica foram considerados. A análise temática identificou que, independentemente da origem étnica, avós e mães dominavam as decisões de escolha alimentar da família, mesmo em famílias onde os pais eram os principais responsáveis pela preparação das refeições familiares. As mulheres em cada geração influenciaram a ingestão de frutas e vegetais controlando as decisões de compra (por

			exemplo, comprando alimentos ou editando as listas de compras da família), insistindo no consumo, monitorando e lembrando, utilizando a comida como um pré-requisito para guloseimas condicionais (por exemplo, comer frutas antes de serem permitidos lanches), instigar e fazer cumprir as regras alimentares (por exemplo, fast food apenas nos fins de semana) e restringir as escolhas alimentares dos outros.
Julie M. Parsons, 2016, Inglaterra	Demonstrar como os hábitos alimentares diários continuam a ser influenciados pelas interseccionalidades de gênero e classe.	Entrevistas on-line detalhadas e assíncronas ao longo de nove meses por meio de uma série de trocas de e-mail. Os textos escritos dos entrevistados eram, portanto, produtos sociais, não reflexos não problemáticos da realidade, mas limitados por influências estruturais além de sua própria vontade. A maioria dos 75 entrevistados (49 mulheres e 26 homens, com idades entre 27 a 85 anos) tinha identidade ocupacional e a maioria das mães em meu estudo trabalhava / havia trabalhado.	Este artigo considera o trabalho alimentar "saudável" como um aspecto significativo da "boa" maternidade de classe média, em que as práticas alimentares familiares "saudáveis" se tornam significativas no desempenho e na exibição da feminilidade "adequada" da classe média que patologiza as práticas alimentares familiares alternativas e "outras" feminilidades. Isso serve para iluminar continuidades dentro das interseccionalidades de gênero e classe, com um compromisso com práticas alimentares familiares "saudáveis" centrais para a identidade materna "orientada para o futuro" (classe média).
Ángela García-González, María Achón, Elena Alonso-Aperte, Gregorio Varela-Moreiras, 2018, Espanha.	Compreender os fatores que influenciam os hábitos alimentares na população espanhola, especificamente no que diz respeito aos conhecimentos,	Foi realizada uma pesquisa transversal por telefone. Os indivíduos foram questionados sobre suas responsabilidades culinárias, como aprenderam a cozinhar, fatores que afetam suas escolhas alimentares e suas técnicas	Um total de 90,5% dos participantes afirmou possuir habilidades culinárias. As mulheres foram as principais responsáveis pelas tarefas culinárias ($p < 0,05$) em todas as idades. Uma proporção significativamente maior de pessoas com menos de 50 anos relatou que "sabia cozinhar" em comparação com grupos com

	determinantes culinários e sua possível relação com o peso corporal.	preferidas de cozinhar. Dados antropométricos também foram registrados. Os participantes foram selecionados aleatoriamente e, finalmente, tivemos 2.026 entrevistados maiores de 18 anos (60% mulheres, 40% homens).	mais de 50 anos. Independentemente da idade, a maioria dos participantes aprendeu a cozinhar pela prática (43,3%) ou por um membro da família (42,2%). Os homens tendem a ser mais autodidatas, enquanto as mulheres relatam aprender com a família. Não foi encontrada relação entre o peso corporal e os fatores avaliados investigados. Em conclusão, as mulheres são responsáveis por todo o processo de cozinhar nas famílias, indicando uma lacuna de gênero no envolvimento dos homens nas responsabilidades e competência de cozinhar.
<p>Ana Claudia Mazzonetto, Isabelle Schroeder Le Bourlegat, Jose Luis Guedes dos Santos, Michelle Spence, Moira Dean, Giovanna Medeiros Rataichesk Fiates, 2020, Brasil</p>	Compreender a transmissão intergeracional de significados e práticas relacionadas à culinária usando uma perspectiva de curso de vida e uma abordagem construtivista de teoria fundamentada para apresentar uma teoria substantiva.	A perspectiva de trajetória de vida e a abordagem construtivista da teoria fundamentada nortearam este estudo qualitativo realizado no Sul do Brasil com 27 mulheres.	A categoria central “Encontrar meu próprio caminho na cozinha a partir da influência materna e além” é explicada por quatro outras categorias. Os três primeiros mostram (1) que as filhas aprendem implícita e explicitamente a ideia de responsabilidade culinária com suas mães; (2) que as mães influenciam as filhas pela forma como envolvem os filhos na cozinha e pelos sentimentos que expressam em relação à cozinha e (3) que as filhas aprendem práticas culinárias observando a comida da mãe, cozinhando juntas, recebendo instruções e comendo a comida da mãe. A quarta categoria mostra que as filhas recriam o que aprenderam com a mãe de acordo com suas próprias trajetórias de vida, contexto social e histórico e as pessoas com quem interagem. Parte do que elas recriam agora faz parte da vida de suas mães, resultando em uma

			<p>influência bidirecional. As estratégias de incentivo à culinária precisam desafiar a visão de que a atividade é responsabilidade exclusiva da mulher, bem como comunicar aos pais que sua influência vai além de transmitir práticas culinárias, pois também são transferidas as atitudes e sentimentos que expressam em relação à cozinha.</p>
<p>Cinzia Meraviglia e Aurore Dudka, 2021, Itália</p>	<p>Examina se e como a quarentena devido à epidemia de Covid-19 afetou a divisão das atividades domésticas entre parceiros em uma amostra de casais heterossexuais com dois salários na Itália.</p>	<p>Foi elaborado e aplicado online um questionário com perguntas sobre a maioria das tarefas domésticas habituais (limpar, preparar as refeições, lavar a roupa) e cuidar das crianças. A amostra total consiste em 934 casos.</p>	<p>Nossos resultados mostram que a divisão das atividades domésticas e de cuidado permanece altamente relacionada ao gênero para as tarefas mais desagradáveis, enquanto algumas outras, como cozinhar, são menos sensíveis ao gênero. As mulheres carregam ainda mais encargos com as tarefas domésticas e com os filhos, independentemente de terem ganho ou sofrido algum prejuízo, e independentemente de trabalharem em casa ou no local de trabalho, elas ou o parceiro. Portanto, concluímos que o bloqueio provocado pela Covid-19 mostrou que o gênero, pretendido como uma construção social, ainda é um determinante que explica a desigualdade nas atividades domésticas.</p>

Fonte: elaborado pela autora (2021)

2.3 CONCLUSÃO DO CAPÍTULO

Neste capítulo apresentou-se a estrutura da busca de artigos e outras referências que contribuíram para a revisão bibliográfica acerca do ato de cozinhar no ambiente doméstico, considerando a relevância deste ato em diferentes aspectos – especialmente socioculturais – tanto a nível individual quanto coletivo. Percebeu-se que o conceito de “cozinhar” permanece complexo, ainda que a literatura faça tentativas de compreender as diferentes percepções e sentimentos que podem emergir desta prática, ou mesmo de sua ausência. Buscou-se apresentar tanto motivações quanto limitações encontradas pelos indivíduos para estabelecer o ato de cozinhar no ambiente doméstico como uma prática regular e, quando possível, visando a qualidade nutricional de acordo com as orientações de saúde. Adicionalmente, a partir da perspectiva do curso de vida, discutiu-se o quadro social que envolve o ato de cozinhar no ambiente doméstico, com enfoque nas questões de gênero, por meio de estudos em diferentes países que apresentam as diferenças socioculturais relacionadas a esta atividade doméstica.

Diante da introdução e revisão bibliográfica, apresentados nos itens 1 e 2 deste documento, tem-se como pergunta de partida: **Como os diferentes papéis sociais exercidos por mulheres de gerações distintas moldam suas experiências culinárias e seus sentimentos associados ao ato de cozinhar?**

3 OBJETIVOS

3.1 OBJETIVO GERAL

Explorar como os diferentes papéis sociais exercidos por mulheres de gerações distintas moldam suas experiências culinárias e seus sentimentos associados ao ato de cozinhar.

3.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Caracterizar um grupo de mulheres de três gerações diferentes que cozinham refeições no ambiente doméstico;
- Analisar as experiências e os fatores relacionados ao ato de cozinhar no ambiente doméstico;
- Identificar os sentimentos envolvidos no ato de cozinhar no ambiente doméstico;
- Analisar as semelhanças e diferenças identificadas nas experiências e sentimentos das mulheres de diferentes gerações.

4 MÉTODOS

4.1 CARACTERIZAÇÃO DO ESTUDO

Esta pesquisa possui abordagem qualitativa, visto que a obtenção e a análise de dados ocorreram por meio de técnicas de pesquisa qualitativa. Tal abordagem permite explorar e conhecer percepções, sentimentos, pensamentos, experiências e comportamentos de indivíduos, sobre um determinado tema, em ambientes não controlados. O delineamento fenomenológico deste estudo confere ao mesmo a busca pela compreensão dos padrões e relações de significado entre indivíduos e o fenômeno, ou seja, conhecer as experiências vividas pelos participantes permite a maior compreensão de suas percepções acerca do tema estudado (CRESWELL, 2007).

Como referencial metodológico optou-se pela Análise Temática (AT), método descritivo que reduz entrevistas transcritas (dados) de forma flexível, permitindo identificar, analisar e relatar padrões (temas) nos dados. Este método é comumente utilizado pela possibilidade de abordar diferentes questões de pesquisa, apropriado quando pretende-se explorar o contexto em um nível de profundidade que falta à análise quantitativa (BRAUN; CLARKE, 2006).

A AT permite flexibilidade e interpretação ao analisar os dados, mas deve ser realizada com especial cuidado e atenção para transparência do método, a fim de garantir a confiança nas conclusões. Para o presente estudo optou-se pela vertente Reflexiva da AT, na qual objetiva-se enfatizar o papel ativo do pesquisador no processo de produção de conhecimento (BRAUN; CLARKE, 2019).

Além disso, este estudo caracteriza-se como transversal, pois a pesquisa desenvolvida aconteceu em momento único; e observacional (BONITA; BEAGLEHOLE; KJELLSTRÖM, 2010). O caráter exploratório do estudo contribui para a maior compreensão acerca do tema de pesquisa (GIL, 2002), pouco explorado até o momento.

4.2 DEFINIÇÃO DE TERMOS RELEVANTES PARA A PESQUISA

Alimentos caseiros: alimentos preparados em uma cozinha doméstica e não em uma cozinha industrial. Além disso, os alimentos não devem ser feitos a partir de elementos totalmente pré-preparados ou reconstituídos, e sim, envolver a culinária básica para a preparação (FSA, 2008).

Alimentos de conveniência: qualquer alimento para o qual parte significativa no tempo do preparo (por inteiro ou parcialmente), habilidades culinárias ou energia utilizada foi transferida da cozinha doméstica para processadores de alimentos e distribuidores (CELNIK; GILLESPIE; LEAN, 2012). Envolve a ideia de tornar mais fácil o planejamento, preparo, consumo e limpeza (GRUNERT, 2003).

Alimentos preparados: são alimentos manipulados e preparados em serviços de alimentação, expostos à venda embalados ou não, subdividindo-se em três categorias: alimentos cozidos, mantidos quentes e expostos ao consumo; Alimentos cozidos, mantidos refrigerados, congelados ou à temperatura ambiente, que necessitam ou não de aquecimento antes do consumo; alimentos crus, mantidos refrigerados ou à temperatura ambiente, expostos ao consumo (ANVISA/RDC nº 216).

Análise temática reflexiva: abordagem onde ambas coleta e análise de dados sustentam um paradigma qualitativo, com ênfase no papel ativo do pesquisador durante o processo de produção de conhecimento (BRAUN; CLARKE, 2019).

Código: rótulos que definem dados de tamanhos variados (ideia, frase ou parágrafo), geralmente abrangendo pensamentos completos. Servem para organizar, sintetizar e analisar os dados (BRAUN et al., 2018).

Códigos *in vivo*: rótulo retirado diretamente dos dados, como afirmações e termos vindos das entrevistas (BRAUN et al., 2018).

Codificação: processo de identificação de temas relevantes a partir da separação, definição e rotulação dos dados (BRAUN et al., 2018).

Geração: grupo de pessoas nascidas em uma mesma era, sendo influenciada por marcadores sociais semelhantes. Ou seja, um grupo unido pela idade, estágio de vida, condições tecnológicas, eventos e experiências (MCCRINDLE; WOLFINGER, 2009).

Indução: tipo de raciocínio que permite que os significados emergjam dos dados, ou seja, o estudo começa de dados específicos que são extrapolados, ao longo da análise, para padrões que formem conceitos ou temas (KUPER; REEVES; LEVINSON, 2008).

Papel social: conjunto de atividades, comportamentos e práticas característico de uma dada situação social, que resulta de um processo contínuo de construção social e que é desempenhado pelo sujeito em grupos dos quais se originam expectativas e sobre os quais ele exerce influência (GOFFMAN, 2009).

Perspectiva do curso de vida: abordagem teórica que estuda como as vidas dos indivíduos se desenrolam ao longo do tempo, levando em consideração o contexto em que esses indivíduos estão inseridos (ELDER, 1994; ELDER; JOHNSON; CROSNOE, 2003; WETHINGTON, 2005).

Práticas: estratégias e ações relatadas pelos indivíduos com relação ao fenômeno estudado. Adaptado de DEVINE; CONNORS; BISOGNI et al., 1998; DEVINE, 2005; BOSTIC; MCCLAIN, 2017.

Significados: pensamentos e sentimentos relatados pelos indivíduos com relação ao fenômeno estudado. Adaptado de DEVINE; CONNORS; BISOGNI et al., 1998; DEVINE, 2005; BOSTIC; MCCLAIN, 2017.

Tema: reflete a síntese do que foi dito pelos participantes em relação a um assunto, tanto a nível semântico (abstrato) quanto superficial (concreto), contendo significados múltiplos e até mesmo contraditórios (BRAUN et al., 2018).

Trajetórias culinárias: significados e práticas relacionadas ao ato de cozinhar desenvolvidos ao longo do curso de vida em um contexto social e histórico (DEVINE, 2005; BOSTIC; MCCLAIN, 2017).

4.3 PARTICIPANTES DO ESTUDO E AMOSTRAGEM TEÓRICA

Cabe ressaltar que o presente estudo foi desenvolvido a partir do banco de dados da tese intitulada *Significados e práticas relacionados ao ato de cozinhar: estudo intergeracional com mulheres utilizando a Teoria Fundamentada nos Dados* e desenvolvida por Ana Claudia Mazzoneto (2019). Em suas considerações finais a pesquisadora sugeriu a realização de estudo exploratório com análise temática das falas das entrevistadas sobre “ser mulher e cozinhar”. O tema surgiu espontaneamente a partir de algumas entrevistas e passou a ser explorado pela pesquisadora nas entrevistas seguintes. Portanto, no presente estudo optou-se por adotar a sugestão do tema e abordagem metodológica.

Mazzonetto (2019) iniciou a coleta de dados por seleção intencional, onde os critérios de inclusão iniciais foram: ser mulher, adulta (≥ 18 anos), estar disponível para participar de

entrevista aberta presencial e convidar mulher(es) de geração(ões) anterior(es) ou subsequente(s) da família para participar da entrevista (ex.: mãe e filha, mãe, filha e avó). A amostra total contemplou 27 mulheres.

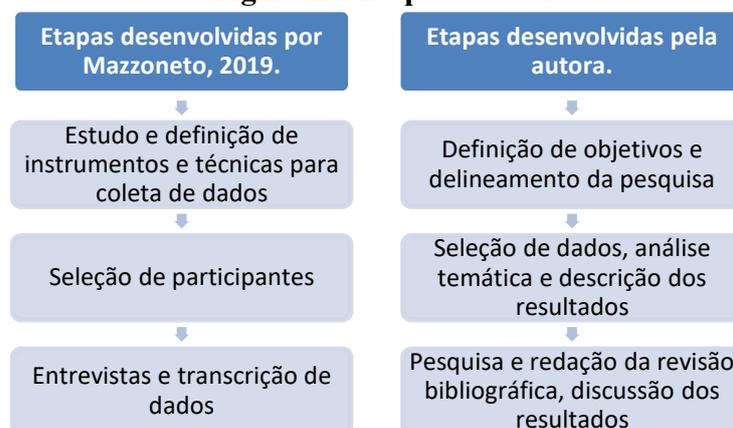
Para o presente estudo, a partir da amostra de Mazzonetto (2019), foram selecionadas 22 entrevistas em seu estado original, ou seja, sem a análise da pesquisadora. A seleção preconizou as entrevistas onde o tema “ser mulher e cozinhar” foi explorado pela pesquisadora, visto que, conforme descrito anteriormente, o tema surgiu espontaneamente após algumas entrevistas.

4.4 ETAPAS DA PESQUISA

Como descrito no item anterior, o presente estudo utilizou o banco de dados da tese intitulada *Significados e práticas relacionados ao ato de cozinhar: estudo intergeracional com mulheres utilizando a Teoria Fundamentada nos Dados*, desenvolvida por Ana Claudia Mazzonetto no âmbito do PPGN/UFSC e defendida no ano de 2019. Portanto, as etapas de estudo e definição de instrumentos e técnicas para coleta de dados, seleção de participantes, entrevistas e transcrição de dados foram anteriores ao estudo atual.

Desta forma, para o estudo atual, teve-se como primeira etapa a definição de objetivos, geral e específicos, bem como o delineamento da pesquisa a partir das sugestões observadas nas considerações finais da tese citada. A segunda etapa contemplou a seleção de dados (em seu estado original – entrevista transcrita), análise temática destes e subsequente descrição dos resultados encontrados. Enquanto a pesquisa de artigos para complementar a redação da revisão bibliográfica e embasar a discussão dos resultados, constitui, por fim, a terceira etapa do estudo.

Figura 2 - Etapas do estudo



Fonte: elaborado pela autora (2021).

4.5 COLETA DE DADOS

As entrevistas ocorreram presencialmente e foram conduzidas na casa das participantes ou de sua mãe/filha. Os dados sociodemográficos coletados foram: data de nascimento, profissão, escolaridade, estado civil e número e idade dos filhos foram coletados antes de cada entrevista (MAZZONETTO, 2019).

As participantes foram informadas de que não havia resposta certa ou errada e que não existia ninguém melhor do que elas mesmas para contarem suas histórias. A pesquisadora encorajou as participantes a falar e buscou ganhar confiança a partir da demonstração de compreensão e interesse sem declarar opiniões ou fazer comentários apreciativos ou críticos. As entrevistas foram concluídas quando todos os tópicos considerados necessários foram cobertos. Todo o processo de coleta de dados foi gravado em áudio e teve o mínimo de 36 minutos e o máximo de 122 minutos (MAZZONETTO, 2019).

Os áudios foram transcritos *verbatim* por uma estudante de graduação em Nutrição, com o auxílio do site www.otranscribe.com, conferidos pela doutoranda Ana Cláudia Mazzonetto e enviados por e-mail para validação pelos participantes (MAZZONETTO, 2019).

No presente estudo, a pesquisadora recebeu acesso ao banco de dados da referida tese, a fim de realizar imersão nos dados, conhecendo-os em seu estado original, tanto por meio da escuta ativa dos áudios das entrevistas quanto pela leitura de suas transcrições. Esta imersão possibilitou que a pesquisadora realizar a seleção dos dados, ou seja, das entrevistas pertinentes aos objetivos do estudo, para posterior análise.

4.6 INSTRUMENTOS E TÉCNICAS DE COLETA DE DADOS

No desenvolvimento de sua tese Mazzonetto (2019) optou pela entrevista aberta individual como técnica de coleta de dados, tendo um roteiro de entrevista como instrumento qualitativo (ANEXO A).

A entrevista aberta, como método, foi usada para buscar dados sobre as trajetórias culinárias das participantes e investigar o processo de transmissão intergeracional de significados e práticas. Perguntas abertas e flexíveis proporcionam um melhor acesso às percepções dos indivíduos e provêm maior riqueza de dados (DRAPER; SWIFT, 2011; SILVERMAN, 2009).

A pesquisadora solicitou as participantes que contassem suas histórias de vida brevemente, da infância até os dias atuais. Essa pergunta inicial auxiliou a pesquisadora a fazer

questões específicas a partir da linha do tempo relatada pelas participantes, enquanto estas puderam organizar seus pensamentos para, na sequência, responder à questão central: *Da infância até os dias de hoje, passando por esses diferentes momentos da sua vida, como o ato de cozinhar esteve presente na sua vida?* A entrevistadora usou como instrumento de apoio uma linha do tempo para anotar os pontos principais e organizar as informações, dando suporte e orientando-a na condução da entrevista (ANEXO B).

4.7 ANÁLISE DOS DADOS

Após a seleção dos dados no banco de dados original (MAZZONETO, 2019), deu-se início a um novo processo de análise das entrevistas originais, para o qual escolheu-se a Análise Temática Reflexiva do conteúdo das entrevistas, com base nas seis fases indicadas pelos autores Braun, Clarke, Hayfield e Terry (2019). Este método concebe uma abordagem onde ambas coleta e análise de dados sustentam um paradigma qualitativo, com ênfase no papel ativo do pesquisador durante o processo de produção de conhecimento (BRAUN; CLARKE, 2019).

O processo de *familiarização* com os dados constituiu a primeira fase da análise temática. A pesquisadora buscou se imergir nos dados, apreciando-os de forma curiosa e pensativa, permitindo um engajamento descontraído (BRAUN et al., 2019). Como as entrevistas já haviam sido transcritas, a pesquisadora realizou tal imersão por meio da leitura das transcrições, escuta dos áudios gravados e breves anotações de percepções durante o processo.

Decorrida a familiarização com os dados, o processo avançou para um engajamento mais sistemático e detalhado. A segunda fase consistiu na geração de códigos. Dessa forma, a pesquisadora empenhou-se na identificação criteriosa e sucinta dos significados encontrados ao longo dos dados. Neste processo, chamado também de *codificação*, os dados foram organizados ao redor de significados similares, reduzindo-os a agrupamentos de textos e recebendo códigos claros e concisos (BRAUN et al., 2019).

Cabe ressaltar que a codificação pode ocorrer de forma indutiva, onde o pesquisador parte dos dados e permite que os códigos emergjam destes, ou dedutiva, na qual o olhar do pesquisador parte de conceitos, ideias e até mesmo de uma teoria prévia, possivelmente encaixando os dados em códigos pré-elaborados (BRAUN et al., 2019). No presente estudo, optou-se pela codificação indutiva pois, ainda que tenha sido realizado a partir de uma sugestão registrada na tese de Ana Cláudia Mazzonetto, a intenção foi partir dos dados ao invés da teoria.

Fato evidente na descrição das etapas da pesquisa (item 4.4), visto que a pesquisa e redação da revisão bibliográfica ocorreu somente após a conclusão da análise dos dados, embora compreenda-se que realizar a codificação de forma indutiva não significa assumir o pesquisador como uma “página em branco” (TERRY et al, 2017). A medida em que os códigos emergiram dos dados, a pesquisadora os compartilhou com a orientadora deste trabalho para discussão, o que possibilitou o refinamento do processo.

Outro ponto importante sobre a codificação refere-se ao “nível” no qual o código é identificado e definido. Códigos semânticos tendem a manter certa superficialidade, indicando significados explícitos e próximos à linguagem dos entrevistados. Por outro lado, códigos latentes possuem significados profundos, implícitos ou de nível conceitual, as vezes bastante abstratos em relação ao conteúdo dos dados. A codificação inicial geralmente ocorre em nível semântico e pode ser difícil avançar para significados além do óbvio. Os limites entre os tipos de códigos não são precisos e estão intimamente conectados ao olhar do pesquisador, sua experiência e sensibilidade, e aos objetivos de cada pesquisa (BRAUN et al., 2019). Ressalta-se que a codificação realizada pela pesquisadora alcançou os níveis semânticos e latentes.

Adiante, a *construção de temas* manteve o processo ativo da fase anterior. Os temas não emergiram dos dados totalmente prontos, então precisaram ser construídos, moldados e receberam significado condizente com a interseção dos dados que o compunham, o que ocorreu por meio de reflexões e discussões com a orientadora, de acordo também com o olhar subjetivo da pesquisadora, pergunta de partida e objetivos do estudo. Eventualmente, é possível que um código seja suficientemente substancial para ser “promovido” a tema, caso contenha uma ideia central que capture e revele o significado essencial acerca dos dados (BRAUN et al., 2019). Esta eventualidade aplica-se ao tema *Minhas Referências*, descrito no item 5, por ser constituído, em sua maior parte, de códigos que refletem as referências pessoais sobre o ato de cozinhar.

Nas fases de *revisão e definição de temas* a pesquisadora utilizou o mapeamento temático conforme sugerido pela literatura, que consistiu em um processo visual útil para explorar potenciais temas, subtemas e conexões entre eles (BRAUN; CLARK, 2006). Até aqui havia doze subtemas (Quadro 5), os quais tornaram-se fichas impressas passíveis de formar diferentes combinações a cada análise. Em três dias distintos (número de análises e intervalo entre dias ficou a critério da pesquisadora), buscou-se refletir sobre os subtemas e agrupá-los conforme a maior conexão compreendida e observada no momento. As combinações dos subtemas, em cada análise, foram fotografadas para registro. A orientadora realizou a mesma etapa e posteriormente todas as fotografias foram comparadas e discutidas. Como resultado do

mapeamento temático obteve-se três grandes temas, onde cada um destes surgiu, não intencionalmente, do colapso de quatro subtemas.

Outro estágio de revisão envolveu checar os temas junto aos dados de forma integral, ou seja, ir além da verificação com códigos e subtemas. Em novo arquivo, houve o registro e organização da ideal central de cada tema, delineando os limites dos mesmos, atividade que auxilia a clarear o escopo e visualizar como cada tema se relaciona ao outro. Considera-se um bom tema aquele que conta uma história coerente e perspicaz dos dados em relação a pergunta de partida (BRAUN et al., 2019).

Por fim, *descrever o resultado* representou mais do que simplesmente um exercício de escrita (BRAUN et al., 2019). Nesta etapa, a pesquisadora revisitou a pergunta de partida, as notas registradas durante a familiarização, a lista de códigos e as definições temáticas permitiram uma visão integrada do processo desenvolvido, assegurando a representatividade dos dados e resposta coerente a pergunta inicial da pesquisa. Inclusive a revisão de literatura, objetivando a discussão dos dados, proporcionou inspirações e reflexões ao ponto de permitir o aprofundamento da análise. Por tanto, a sexta fase compreendeu um teste final para a qualidade do conteúdo, estrutura e nomes dos temas, tanto individualmente em relação aos dados quanto de forma geral por meio das conexões entre os mesmos.

4.7.1 Critérios de Qualidade

Em relação à análise, parte dos dados foi codificada em duplicata pela mestranda e em paralelo pela orientadora, propiciando discussões acerca das codificações realizadas e definição de subtemas, com vistas ao refinamento e confiabilidade do processo analítico reflexivo. O mapeamento temático também foi realizado individualmente por ambas as pesquisadoras (mestranda e orientadora) para posterior discussão e definição de temas. Além disso, foram frequentes as orientações sobre o processo de análise temática reflexiva, resgatando o estudo metodológico a medida em que se avançava nas seis etapas propostas por Braun et al (2019).

4.8 PROCEDIMENTOS ÉTICOS DA PESQUISA

O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Universidade Federal de Santa Catarina (CEP/UFSC - 1.723.746 - ANEXO C). A fim de garantir a segurança e sigilo das informações obtidas por meio das entrevistas, foi aplicado um

Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, que foi assinado pelos participantes e estão armazenados na universidade. Os participantes tiveram liberdade para se negar a participar ou se retirar a qualquer momento da execução do estudo. Todas as entrevistas foram mantidas anônimas após análise. Os dados coletados estão armazenados em arquivos pessoais da pesquisadora.

5 RESULTADOS E DISCUSSÃO

5.1 CARACTERIZAÇÃO DA AMOSTRA

As vinte e duas participantes foram classificadas segundo a faixa etária dos períodos da vida adulta sugeridos por Villanueva (1987). O autor considera três períodos de idade adulta, onde o adulto jovem apresenta entre 20 e 39 anos, o adulto maduro encontra-se entre 40 e 59 anos e o adulto idoso possui idade superior a 60 anos. Apesar de a literatura apresentar definição teórica para o termo *geração* (apresentada no item 4.2), não se identificou estudo que apresente categorização desta por faixa etária. Diante disso, a pesquisadora optou por utilizar as definições apresentadas no Quadro 3, onde consta também o número de participantes por faixa etária e geração.

Quadro 3 - Classificação da faixa etária, código da geração e distribuição de participantes.

Faixa etária	Código da Geração	Nº Participantes
20 a 39 anos	Geração 3	10 mulheres
40 a 59 anos	Geração 2	07 mulheres
60 anos ou mais	Geração 1	05 mulheres

Fonte: elaborado pela autora (2021).

Aproximadamente 40% (n=9) das mulheres possuem ensino superior, sendo que entre as gerações parece haver distribuição semelhante entre os níveis de escolaridade. Observou-se que cerca de 63% (n=14) das participantes são casadas, enquanto 54% (n=12) vivem apenas com o marido ou com este e os filhos. Além disso, a maior parte das mulheres (59%, n=13) reside no estado de Santa Catarina, região sul do Brasil. O detalhamento das informações está apresentado no Quadro 4.

Quadro 4 – Informações de escolaridade, estado civil, situação de moradia e estado de residência detalhados por geração.

	Geração 1	Geração 2	Geração 3
Escolaridade			
Ensino médio	3	2	3
Ensino superior	2	3	4
Pós-Graduação	-	2	3
Estado Civil			
Solteira	-	-	3
Casada	2	5	7
Divorciada	1	2	-

Viúva	2	-	-
Situação de Moradia			
Sozinha	1	2	-
Com amigos ou irmãos	-	-	3
Com marido	1	2	3
Com marido e filhos	1	1	4
Com mãe	-	1	-
Com filhos	2	1	-
Estado de Residência			
Mato Grosso do Sul (MS)	-	-	-
Pará (PA)	-	-	1
Paraná (PR)	1	3	-
Rio de Janeiro (RJ)	1	1	-
Rio Grande do Sul (RS)	1	-	-
Santa Catarina (SC)	2	3	8
São Paulo (SP)	-	-	1
N Participantes por Geração	5	7	10

Fonte: elaborado pela autora (2021).

5.2 APRESENTAÇÃO DOS TEMAS

A AT realizada com vistas a identificar percepções das participantes sobre o significado de ser mulher e cozinhar levou à identificação de três grandes temas: *Minhas Referências; Papeis Sociais; Como Eu Cozinho* (Quadro 5). É interessante observar este caminho como um círculo em espiral, seu início acontece na infância, o centro do círculo, e se expande à medida que cada mulher vai se desenvolvendo. Ainda que o interesse pessoal e/ou habilidades não sejam desenvolvidas, cada mulher somará diversas experiências com o ato de cozinhar nos diferentes ciclos de vida, seja a partir da sua própria vivência ou a partir da percepção do ato de cozinhar de outros. Além disso, cada tema representa um aspecto que alimenta a si mesmo e aos outros, contribuindo também para a expansão não linear deste caminho.

Quadro 5 - Síntese dos temas, subtemas, códigos e frases após Análise Temática Reflexiva.

TEMA	SUBTEMAS	CÓDIGOS	FRASES
Minhas Referências	<ul style="list-style-type: none"> - Referências - Cozinhar na infância e juventude - Percepção sobre o ato de cozinhar do outro - Homens na cozinha 	<ul style="list-style-type: none"> - Referências femininas dentro e fora da família - Referências masculinas dentro e fora da família - Outras referências - Presença / ajuda na cozinha - Brincar de cozinhar - Memórias - Percepção sobre o ato de cozinhar do outro - Homens na cozinha 	<p>FRASE 3ª GERAÇÃO “...na verdade eu acho que minha mãe não envolvia tanto a gente porque aquilo ali era o trabalho dela e ela tinha que fazer e tinha que fazer rápido, tinha que fazer bem feito... então né, crianças envolvem né, pra não dizer que atrapalham... então ela tinha que fazer aquilo ali e ela não podia usar o tempo dela pra direcionar as crianças naquela atividade...” CN, 29 anos</p> <p>FRASE 2ª GERAÇÃO “...ela [mãe] tem mais dedicação, tipo assim, você gosta disso, você gosta daquilo e faz um pouco pra cada um, e eu não né, eu vou fazer aquilo, daí depois se vira, sei lá né.” MS, 53 anos</p> <p>FRASE 1ª GERAÇÃO “...a mãe tinha horror de cozinhar, só que ela cozinhava muito bem, mas como ela fazia muita coisa, ela era muito jeitosa e muito... prendada, ela achava que cozinha era perder tempo, porque levava a manhã inteira fazer e... acabava tudo em meio hora...” RA, 77 anos</p> <p>FRASE 3ª GERAÇÃO “...Teve uma época da minha vida que eu só assistia GNT e programa culinário, obcecada, então acho que eu aprendi bastante e daí eu comprei o livro do Claude.” AA, 32 anos</p> <p>FRASE 2ª GERAÇÃO “... Então aí eu tinha a minha vizinha, tinha duas vizinhas na verdade que se reunia mais... Então aí eu aprendi a fazer pastelzinho, aprendi a fazer pão, fazia... quibe, rissoles, eu aprendi né...”</p>

			<p>CE, 47 anos</p> <p>FRASE 1ª GERAÇÃO “...domingo ele [pai] fazia massa, era a tradição. Tinha a massa caseira, sabe? Daí ele [pai] fazia a massa, fazia a massa em casa e daí isso ela [mãe] cozinhava por exemplo uma galinha, sempre tinha massa com galinha no domingo, era tradição.”</p> <p>GA, 64 anos</p> <p>FRASE 3ª GERAÇÃO “As famílias culturalmente foram sempre organizadas de modo que a mulher organiza né, a refeição da família digamos assim, mas aqui na nossa casa não né, é aqui o Lucas [marido] gosta, sempre gostou, participa, tanto que eu aprendi muito coisa com ele”</p> <p>CN, 29 anos</p> <p>FRASE 3ª GERAÇÃO “Tipo meu primo, ele não faz nada assim, ele como salgado, só que ele nunca teve essa referência em casa, porque a mãe dele não cozinhava”</p> <p>RL, 32 anos</p> <p>FRASE 2ª GERAÇÃO “É, ele sabe assar carne sim, isso sim né, mas ele precisa de mim daí, não acha nada em casa, ontem inclusive ele me ligou porque ele tava no sítio, ele ia fazer uma carne pra ele e ele não achava o vinagre”</p> <p>MS, 53 anos</p> <p>FRASE 1ª GERAÇÃO “Acho que homem quando eles querem eles fazem bem feitinho”</p> <p>GA, 64 anos</p> <p>FRASE 2ª GERAÇÃO</p>
--	--	--	---

			<p>“quando eu era garota, eu sempre gostava de cozinhar, eu.. é uma coisa que me lembro assim, que eu era pequena e ficava olhando porque a minha mãe nunca foi de cozinhar, mas a minha vó que me criou, ela era uma excelente cozinheira né e (...)eu olhava cada detalhe de tudo que eles faziam assim pra gente comer, então hoje, tanto que até hoje assim, se eu quiser o que era feito da época eu sei fazer, eu ainda sei fazer, coisas que eu nunca fiz, eu sei fazer, de tanto que eu observava a minha vó”.</p> <p>SE, 58 anos</p> <p>FRASE 1ª GERAÇÃO “Ela [mãe] era muito boa cozinheira e muito boa doceira, então eu via ela fazendo, mas nunca ajudei, eu não precisava, não tinha jeito.”</p> <p>RA, 77 anos</p> <p>FRASE 3ª GERAÇÃO “Quando eu tinha uma casinha, quando eu era em criança, tinha casinha de madeira, de entrar dentro sabe, e daí tipo, ah, tu brincava de cozinha né e daí eu pegava, sei lá, pedra, terra, essas coisas, também eu esmagava umas flores, umas coisas, misturava com água e dizia que era perfume, máximo né, ficava fedido, mas enfim, máximo de cozinha na época [infância].”</p> <p>OA, 25 anos</p>
Papeis Sociais	<ul style="list-style-type: none"> - Estilo de vida - Percepção sobre ser mulher e cozinhar - Responsabilidade pelo cozinhar - Machismo 	<ul style="list-style-type: none"> - Outra época - Responsável - Responsabilidade compartilhada - Cozinhar como responsabilidade feminina - Papel social mulher - Cozinhar para filhos e/ou netos 	<p>FRASE 2ª GERAÇÃO “...não sei se também é uma coisa de quem casou muitos anos atrás, <u>tinha que ter almoço na mesa, aquela coisa bem tradicional...</u>”</p> <p>GN, 46 anos</p> <p>FRASE 1ª GERAÇÃO “...era tudo difícil né, e hoje já tá tudo mais fácil, a gente vai ali na fruteira, a gente compra tudo que quer, o que pode né, o que precisa né, então a gente... mudou bastante, muito, muito mesmo, e <u>na época não, só tinha se plantava né, se não, não tinha né.</u>”</p>

		<ul style="list-style-type: none"> - Percepção sobre ser mulher e cozinhar - Machismo 	<p>JA, 80 anos FRASE 3ª GERAÇÃO “Não gosto de me sentir na obrigação de cozinhar, mesmo sabendo que eu tenho, meus filhos tem que comer né, mas eu não gosto de me sentir na obrigação” LE, 35 anos</p> <p>FRASE 3ª GERAÇÃO “Eu achava assim, que uma mulher que cozinhasse, que ficava em casa cozinhando pro marido era submissa, eu tinha essa ideia do ato de cozinhar, embora eu tivesse uma certa curiosidade por cozinhar” AA, 32 anos</p> <p>FRASE 2ª GERAÇÃO “Trabalhava [fora], daí eu tinha as funcionárias né, pra dentro de casa, cuidava das crianças, mas o fogão sempre foi meu, sempre. É, eu acho que é, igual te falei, porque acho que a gente... eu sempre gostei, não sei porque e aí as crianças acabam se tornando exigente também que quer a comidinha da mãe e tal, marido pior ainda.” NR, 58 anos</p> <p>FRASE 1ª GERAÇÃO “e ele [marido] ficava chateado, porque aquele arroz não tava bom, e também outra coisa que eu aprendi [cozinhar], que eu tive que fazer na marra, porque ele não comia comida requentada, e daí tinha que fazer de meio dia e de noite (...) casei era eu que tinha que fazer. Acho que foi tipo uma pressão pra eu aprender a fazer” GA, 64 anos</p>
Como Eu Cozinho	<ul style="list-style-type: none"> - Eu como cozinheira - Prazer em cozinhar - Percepções negativas ou 	<ul style="list-style-type: none"> - Preferências - Meu jeito - Comida simples - Eu como referência - Experimentar - Morando sozinha ou com outros 	<p>FRASE 3ª GERAÇÃO “...é claro que tem a ver com a decisão né, eu não tô cozinhando porque eu sou obrigada, eu não tô cozinhando pra agradar o meu marido, eu não tô cozinhando porque é minha função social, ao contrário disso né, <u>eu tô cozinhando porque eu gosto...</u>” AA, 32 anos</p>

	<p>neutras sobre cozinhar</p> <p>- Dimensões do cozinhar</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Mudando a percepção - Mudança no ato de cozinhar - Eu como cozinheira - Adapto receitas - Gosto de cozinhar - Interesse - Prazer - Habilidade / dom - Motivação - Não gosto de cozinhar - Desinteresse - Inabilidade - Funcionária cozinha - Alguém faz para mim - Tem que comer - Insegurança - Medo da reprovação - Obrigação - Cozinhar para saúde - Comer fora - Comida pronta - Facilidade - Praticidade - Tempo - Afeto - Rotina - Dá trabalho 	<p>FRASE 2ª GERAÇÃO</p> <p><u>“...quando você não tem tempo isso vira uma tortura, você ter que cozinhar, porque ou tu faz bem feito ou tu faz mal feito e daí mal feito é ruim, né e a cozinha tem que ser com prazer...”</u></p> <p>MS, 53 anos</p> <p>FRASE 1ª GERAÇÃO</p> <p><u>“...como minha comida com muito gosto porque ela é muito boa, muito bem feita e.. então como eu sou gulosa da vontade de "ah tenho vontade de comer não sei o que" eu vou lá e faço.”</u></p> <p>RA, 77 anos</p> <p>FRASE 3ª GERAÇÃO</p> <p><u>“O que eu mais gosto de fazer é feijão, é prático, é rápido, fica gostoso..”</u></p> <p>LA, 35 anos</p> <p>FRASE 2ª GERAÇÃO</p> <p><u>“...engraçado, apesar de eu não gostar de cozinhar eu também não gosto de comprar industrializado, não gosto mesmo, então prefiro fazer.”</u></p> <p>IA, 57 anos</p> <p>FRASE 1ª GERAÇÃO</p> <p><u>“...eu consigo [cozinhar] sim mas dentro dos meus limites eu não vou fazer correndo (...), precisei viver 65 anos pra descobrir que eu tenho que me respeitar, e as pessoas também...”</u></p> <p>ME, 65 anos</p> <p>FRASE 3ª GERAÇÃO</p> <p><u>“...eu nunca tive necessidade também de me interessar, sabe, de aprender a cozinhar, porque eu sempre tive tudo na mão né, tinha empregada que cozinhava para mim, minha mãe cozinhava, sempre morei com meus pais e a única vez que morei sozinha,</u></p>
--	--	--	--

		<ul style="list-style-type: none"> - Compartilhar refeição - Socializar com comida - Comer menos carne 	<p>agora né, não sozinha mas casada, sem meus pais né, o meu marido cozinha para mim né, ou a comida vem da casa dos pais dele.”</p> <p>DA, 31 anos</p> <p>FRASE 2ª GERAÇÃO</p> <p>“...era uma carga assim de obrigação muito maior do que o prazer, é. Então era isso que era chato, então assim, minha mãe não soube assim trabalhar essa forma comigo do prazer né. Foi sempre na obrigação, então acho que isso daí que foi o gatilho pra eu não curtir a cozinha. Eu faço, cozinho, mas não.. não sinto prazer de fazer isso. Aprender, pra vida né, tinha obrigação de aprender e tinha que ajudar também né, então assim fez parte da educação mesmo né, da educação menina né.”</p> <p>IA, 57 anos</p> <p>FRASE 1ª GERAÇÃO</p> <p>“Porque eu nunca aprendi a fazer, porque eu sempre trabalhei e eu acho que.. também com medo da crítica, a família dele toda cozinha, as irmãs dele são todas assim, eu tinha medo de fazer. Pra não ser criticada, sabe? (...) Sempre me sinto essa insegurança (...) nisso eu não consegui evoluir.”</p> <p>GA, 64 anos</p> <p>FRASE 3ª GERAÇÃO</p> <p>“A vó paterna era daquelas mulheres que vivia só pra família, dona de casa, pra cozinhar, então ela cozinhava tudo muito bem e ela fazia do pouco que tinha em casa, porque eram tempos difíceis e né, as vezes tinha, as vezes não tinha (...) ela fazia uma comida muito gostosa sabe e do simples, do pouquinho que tinha ela conseguia fazer alguma coisa bem gostosa, então a gente já cresceu comendo bem.”</p> <p>LE, 35 anos</p> <p>FRASE 2ª GERAÇÃO</p> <p>“...minha mãe, minha vó, acho que foram as maiores [referências] assim, pelo sabor, entendeu, que a gente tem do sabor bom, não assim de variedades, naquele tempo não tinha né, era uma comida simples mas bem feita.”</p>
--	--	---	--

		<p>NR, 58 anos</p> <p>FRASE 1ª GERAÇÃO “Eu sou uma cozinheira assim básica (...). O feijão, o arroz, salada, aquelas coisas assim do básico do básico. Não faço nada assim especial, mas faço tudo bem feitinho. É bem gostoso as minhas coisas, sabe?”</p> <p>GA, 64 anos</p> <p>FRASE 3ª GERAÇÃO “Sempre pensei que eu não tinha esse dom, mas na verdade eu acho que é uma habilidade que a gente pode sim desenvolver né e eu acho que eu desenvolvi, acho que eu me esforço quando eu vou fazer alguma coisa”</p> <p>CN, 29 anos</p> <p>FRASE 2ª GERAÇÃO “Então, foi mudando assim acho que conforme as fases que eu fui passando né, e o meu hábito alimentar também foi mudando. Que a época que eu tava com eles né, a época da sopinha, que tinha que ter todos aqueles cuidados com as sopinhas deles, mas sempre pra eles, porque eu não lembro o que eu cozinhava pra mim né. Aí... é... enquanto eles eram pequenos acho que eu me dediquei mais à cozinha... Época da marmita, aí depois teve a época dos congelados.”</p> <p>CE, 47 anos</p> <p>FRASE 1ª GERAÇÃO “Eu já não invento mais nada, eu faço aquilo que eu sei fazer e... jogamos um monte de livro de receita pois eu não vou viver pra fazer tudo essas receitas, vou jogar tudo fora.”</p> <p>RA, 77 anos</p> <p>FRASE 1ª GERAÇÃO “A gente tem que botar amor e querer fazer a coisas, se não não saí nada né.”</p> <p>RH, 89 anos</p>
--	--	--

			<p>FRASE 3ª GERAÇÃO “Não sei mesmo fazer as coisas e tal, mas por outro lado eu tenho a preocupação de não.. ah, eu não sei fazer, vou enfiar uma coisa artificial na criança, não, eu sei, eu tenho essa consciência assim que mesmo que não seja o melhor prato, a melhor comida, o melhor tempero, que não é mesmo, mas alimenta ela [filha] assim tipo, isso alimenta meu coração assim, fico feliz, então eu tenho orgulho assim disso (...) mas a minha preocupação maior não é nem que ela [filha] seja aí uma cozinheira, ou goste, mas que ela tenha ideia do que é comer bem” JE, 35 anos</p> <p>FRASE 3ª GERAÇÃO “gosto muita de coisa congelada, porque durante a semana não gosto de perder muito tempo cozinhando e tal, então deixo algumas coisas.. prontas.” TE, 31 anos</p> <p>FRASE 3ª GERAÇÃO “percebi que eu gosto de cozinhar quando eu tô tranquila assim, sabe? Ou pra me desestressar” TA, 23 anos</p> <p>FRASE 2ª GERAÇÃO “Sempre priorizei muito assim todo mundo na mesa, não deixava comer na frente de televisão, essas coisas bobas de antigamente, não sei se era boba ou se era bom né, então assim, sempre eu que fiz, sempre, sempre café da manhã com as crianças antes de ir pra escola, almoço, tudo, procurava tá todo mundo sentado a mesa, conversando, comendo.” NR, 58 anos</p> <p>FRASE 1ª GERAÇÃO “É, mudou porque daí na minha época era roça né, depois já veio tudo.. já começou a vir coisas diferentes, tudo diferente, né, então, () mudança aí, em tudo né. Não, eu</p>
--	--	--	--

			<p>acho que é bom, mas algumas coisas não é assim aquilo que a gente.. muito agrotóxico né, então, mas mudou muito pra melhor também né, a gente passou muita dificuldade, não tinha né, era tudo difícil né, e hoje já tá tudo mais fácil, a gente vai ali na fruteira, a gente compra tudo que quer, o que pode né, o que precisa né, então a gente.. mudou bastante, muito, muito mesmo, e na época não, só tinha se plantava né, se não, não tinha né.”</p> <p>JA, 80 anos</p>
--	--	--	---

5.3 MINHAS REFERÊNCIAS

As falas das participantes demonstraram que as referências sobre o ato de cozinhar foram construídas desde a infância, efetivando-se a partir das relações constituídas e de como estas relações ofertaram elementos para a percepção interna do ato de cozinhar, conduzindo a referências positivas, neutras ou negativas sobre ser mulher e cozinhar. De modo geral, a literatura demonstra que possuir e aplicar habilidades culinárias pode ser vantajoso para saúde, uma vez que seus benefícios podem incluir uma alimentação de maior qualidade, controle de peso e longevidade de vida (MCGOWAN et al., 2016; WOLFSON; BLEICH, 2015a). Até o momento, a literatura não apresenta consenso acerca da idade ideal para o aprendizado de habilidades e práticas culinárias. Ainda assim, Lavelle e colaboradores investigaram a associação da idade e diferentes fontes de aprendizado para aspectos como retenção de habilidades, práticas e atitudes culinárias, qualidade da alimentação e saúde. Tal pesquisa identificou que crianças menores de 12 anos e adolescentes entre 13 e 18 anos demonstram maior aprendizado e confiança nas habilidades aprendidas em relação a habilidades, comportamentos e práticas culinárias, qualidade nutricional da alimentação e saúde (LAVELLE et al., 2016b).

De modo geral, nas três gerações houve relatos de memórias de comidas ou experiências na cozinha durante a infância e juventude, seja para ajudar no preparo da alimentação por interesse próprio ou pela determinação de regras familiares. Brincar de cozinhar também esteve presente, especialmente na terceira geração (a mais jovem). Pesquisadores demonstram benefícios em aproximar crianças de práticas culinárias, visto que o auxílio de crianças no ato de cozinhar aumenta a disposição destas em experimentar novos alimentos, influenciando, conseqüentemente, a variedade da escolha alimentar (NICKLAS et al., 2001). Além disso, aprender habilidades culinárias ainda na infância está associado a manutenção de hábitos alimentares positivos na vida adulta, sendo que as habilidades culinárias adquiridas na infância tendem a ser mantidas também na adolescência e vida adulta (LASKA et al., 2012; LAVELLE et al., 2016b).

A construção de referência pessoal perpassou diferentes relações e fontes de inspiração. No caso das relações, foi mais presente o relato de figuras femininas em todas as gerações, especialmente de mulheres do meio familiar, como mães e avós. No estudo de Lavelle e colaboradores (2016b), mães foram a principal fonte de aprendizado de habilidades e práticas culinárias, bem como de questões envolvendo saúde e qualidade nutricional dos alimentos. Neste estudo, referências externas à família de origem vieram de funcionárias do lar, amigas e

sogras, à medida em que as participantes ampliavam suas experiências de vida. Possivelmente, o fato sociocultural de atribuir o ato de cozinhar à figura feminina contribua para que as principais referências sejam mulheres.

Houve também referências masculinas nas três gerações, embora esta referência tenha sido mais citada na primeira geração (a mais idosa). Nesta, pais, irmãos e tios foram citados como referências na infância e juventude, enquanto a figura do marido esteve presente na vida adulta. Embora não seja possível estabelecer o contexto e as percepções destes homens no ato de cozinhar, a fala das participantes demonstra, assim como a literatura, o discreto aumento do envolvimento masculino em relação ao ato de cozinhar no ambiente doméstico (KJÆRNES, 2001; NEUMAN; GOTTZÉN; FJELLSTRÖM, 2015). Por outro lado, analisando as falas, percebeu-se que a presença dos homens na cozinha foi mencionada pelas participantes como algo esporádico em oposição ao ato constante do cozinhar no dia a dia, e também associada a determinados tipos de preparo (preparações com carnes, como churrasco), a um *hobby* ou à necessidade de se alimentar na ausência da figura feminina. Tal comportamento também foi observado por pesquisadores canadenses, os quais, ao investigarem pessoas altamente interessadas em comida, identificaram que enquanto as mulheres tendem a compreender o preparo de refeições como uma forma de cuidado com outras pessoas, a maior parte dos participantes homens pareciam perceber o ato de cozinhar apenas como uma atividade de lazer (CAIRNS; JOHNSTON; BAUMANN, 2010).

Cabe ressaltar que, a forma como as participantes percebiam o ato de cozinhar do outro perpassou também suas próprias crenças, sentimentos e/ou julgamentos sobre os comportamentos relacionados ao ser mulher e cozinhar, ainda que o outro indivíduo seja do sexo masculino, afinal a experiência do ser mulher é intrínseca ao olhar das participantes entrevistadas.

Fontes de inspiração foram citadas pelas três gerações, sendo coerentes com o avanço tecnológico, uma vez que os livros de receitas tenham sido mais presentes na primeira geração enquanto as receitas de internet e programas culinários estiveram mais presentes na terceira geração. As entrevistadas de todas as gerações citaram a participação em cursos culinários como fonte de aprendizado e inspiração. Pesquisadores defendem que a inspiração criativa facilita o cozinhar do “zero” e faz-se presente de formas distintas, seja por meio tradicional como televisão, jornais, revistas, livros de receitas, ou por meio digital como redes sociais e buscas na internet. Tais ferramentas impactam claramente nos hábitos culinários de quem os acessa frequentemente. No entanto, existem outras fontes de inspiração, como provar preparações em restaurantes ou assistir a um amigo cozinhando (LAVELLE et al., 2016a).

5.4 PAPÉIS SOCIAIS

Neste estudo, foram observados os diferentes papéis sociais desempenhados pelas mulheres (filhas, profissionais, esposas, mães, amigas e outros) de três gerações. A partir disso, também faz parte deste estudo observar de que formas estes papéis sociais constituem a percepção destas mulheres sobre o ato de cozinhar.

Um dos aspectos citados pelas participantes da primeira (a mais idosa) e segunda gerações refere-se ao estilo de vida de suas infâncias e juventudes. Apesar de não representar um papel social em si, este aspecto parece refletir uma realidade diferente da conhecida pelas mulheres da terceira geração deste estudo, as quais não o mencionaram. O estilo de vida transpareceu nas falas das participantes, as quais mencionaram que a realidade alimentar era outra – a disponibilidade de alimentos frescos e caseiros era maior, porém dependia-se do plantio e cultivo para ter acesso aos alimentos, de acordo com cada estação do ano; além disso, segundo as entrevistadas não havia serviços de alimentação disponíveis como atualmente, como restaurantes e mercados. Este modo de viver, junto a outras questões socioculturais, associava à figura feminina o papel de cuidadora da casa, e geralmente, pela responsabilidade desta em cozinhar para a família. Uma entrevistada da terceira geração (mais jovem) relatou admirar quem se dispõe a produzir alimentos que são comumente encontrados prontos para compra em mercados. Em sua fala, a entrevistada demonstra perceber a produção própria sendo algo mais saudável, ainda assim, segue com a preferência em comprar pronto. Uma pesquisa qualitativa, ao investigar discursos de dez mães e filhas acerca de temas como feminilidade, alimentação e corpo, observou que algumas mães compreendem práticas alimentares como cozinhar do zero ou cultivar seu próprio alimento como práticas irreais e inalcançáveis e, em alguns casos, até mesmo opressivas e elitistas. Por outro lado, as mães de classe média que trabalhavam em empregos remunerados fora de casa também discutiram as pressões que essas expectativas contemporâneas colocaram sobre elas e a sensação de não se encaixarem em ideais frequentemente inatingíveis. As autoras argumentam que a expectativa de preparar refeições saudáveis cozinhadas do zero pode ser vivida como opressora por todas as mães (WOOLHOUSE; DAY; RICKETT, 2019).

As participantes das três gerações apresentaram falas indicando a responsabilidade em cozinhar atrelada à figura feminina, ora como mãe, ora como esposa – sendo que este último foi observado especialmente na segunda geração. Algumas falas relacionadas a esses códigos perpassaram sentimentos de obrigação e pressão em aprender a cozinhar. Uma das participantes da terceira geração (mais jovem) relata que por algum tempo de sua vida recusou-se a aprender

a cozinhar como uma forma de opor-se à construção social que, segundo ela, parece impor o ato de cozinhar às mulheres. Essa sensação de pressão social relatada pela participante foi transposta à medida em que se abriu para experiências que a fizeram compreender que o ato de cozinhar pode ser utilizado em benefício próprio, como por exemplo adquirir a sensação de independência e autonomia ao tornar-se responsável pela própria alimentação. Estudo qualitativo investigando transmissão cultural em famílias de imigrantes porto-riquenhas nos EUA observou quatro tipos de personalidades em relação as escolhas alimentares. Os pesquisadores observaram que as adolescentes de personalidade “mantendo a tradição” vivem em famílias onde apenas um adulto cozinha, sendo a mãe, em geral. O estudo identificou também que, de modo geral, essas mães não trabalham fora de casa ou possuem trabalhos de meio período ou não trabalham fora de casa. E, embora as adolescentes sejam ensinadas a cozinhar receitas tradicionais de suas culturas, as motivações para tal aprendizado frequentemente envolvia a demonstração de amor pela família, uma forma preparo para o casamento e para manter as tradições culturais, passando-as adiante (BOWEN; DEVINE, 2011).

A responsabilidade compartilhada sobre o ato de cozinhar apareceu nas três gerações, como uma forma de organização familiar. No entanto, a responsabilidade compartilhada esteve mais presente nas falas da terceira geração, onde foi expressiva a participação do marido na cozinha, inclusive como uma referência do ato de cozinhar. Embora esta pesquisa não tenha investigado a frequência e ocasião em que se efetiva a participação masculina no ato de cozinhar, ou mesmo a percepção dos homens sobre compartilhar tal responsabilidade, é possível considerar que este achado está de acordo com o aumento da participação masculina no ato de cozinhar relatado pela literatura, ainda que tal envolvimento seja discreto (CAIRNS; JOHNSTON; BAUMANN, 2010; KJÆRNES, 2001; NEUMAN; GOTTZÉN; FJELLSTRÖM, 2015).

Ao analisar as falas das participantes percebeu-se uma dicotomia entre obrigação e prazer em relação ao ato de cozinhar para crianças, sejam filhos ou netos, código presente em todas as gerações, embora mais expressivo na terceira geração. A dicotomia presente na fala das mulheres parece vir de um sentimento de satisfação em alimentar a criança, ainda que a responsabilidade deste ato diário possa ser cansativa. É pertinente registrar que a alimentação infantil tornou-se não apenas um tema de constante análise, vigilância e debate entre as mães, mas também um dos aspectos mensuráveis da identidade como “boa mãe” (COOK, 2009). Os autores Madden e Chamberlain (2010) descobriram que as mães, ao falarem sobre suas escolhas

alimentares e práticas maternas, confrontam a si mesmas sobre as práticas alimentares de seus filhos, colocando-se como principais responsáveis pelas necessidades nutricionais das crianças.

A percepção sobre ser mulher e cozinhar esteve presente nas três gerações, sendo expressiva na terceira geração (mais jovem). Também foi possível observar que esta geração traz falas relacionadas ao sentimento de inferioridade ao perceberem-se em uma sociedade que ainda possa considerar o ato de cozinhar como um papel social feminino. Inclusive com relatos de participantes que foram além dos seus conceitos e pré-julgamentos da visão social (e aparentemente daquilo que consideravam para si como referências) para que pudessem se permitir experienciar o ato de cozinhar por sua própria perspectiva. Apesar desses relatos, outras mulheres, especialmente da segunda geração, mas também da terceira geração (mais jovem), consideram alguns papéis sociais (ser esposa ou ser mãe, especificamente) como motivadores do desenvolvimento do ato de cozinhar, por desejarem cuidar de suas famílias por meio do preparo dos alimentos, mesmo que eventualmente, atentando-se inclusive ao maior cuidado das escolhas nutricionais destes alimentos. O desejo de cozinhar para cuidar ou agradar a família pode ser considerado intrínseco ao ato de cozinhar. Contudo, a expectativa social de manter a mulher como referência do ato de cozinhar talvez seja uma obrigação moral que contribua para a dimensão de valor pessoal, ou seja, para se sentirem boas o suficiente as mulheres compreendem ser necessário atender à demanda esperada, e assim, tendem a reproduzir o padrão determinado social e culturalmente.

Nos Estados Unidos da América, pesquisadores investigaram as percepções de três gerações envolvendo a experiência de cozinhar em casa. Nessa pesquisa, a geração mais jovem refere-se àqueles com idade inferior a 36 anos, a geração de meia-idade refere-se a indivíduos entre 36 e 59 anos, e a geração mais avançada refere-se àqueles acima de 60 anos. Para os mais jovens, essa experiência estava relacionada a criatividade e realização pessoal, seu valor era intrínseco, auto orientado, ou seja, a geração mais jovem tende a cozinhar porque gosta. Para a geração de meia idade, o preparo de alimentos em casa era de valor extrínseco, já que a prática do cozinhar era orientada para o outro e envolvia o desejo de reconhecimento destes, o que estimulava a autoestima. Para a geração mais avançada, a prática de cozinhar em casa representava a gestão do lar, o controle e domínio do domicílio. Além disso, as práticas culinárias estavam ligadas a questões de natureza moral, ou seja, preparar alimentos em casa representava a garantia de que as obrigações morais haviam sido cumpridas por meio do fornecimento de alimentos para a família (MOISIO; ARNOULD; PRICE, 2004).

Na presente pesquisa, a menor expressividade da percepção sobre ser mulher e cozinhar nas falas das participantes de primeira e segunda geração pode refletir a naturalização

da crença sociocultural na qual atribui-se o ato de cozinhar como obrigação e/ou função feminina. De forma semelhante, as pesquisadoras Woolhouse, Day e Rickett (2019) identificaram a notável ausência de questionamento entre as mães sobre sua responsabilidade pelo fornecimento de alimentos à família, o que implica que tal comportamento “dado como certo” entre as mulheres, em outras palavras, “isso é o que as boas mães fazem” e, portanto, não requer explicação.

Ainda que as três gerações tenham citado falas expondo suas crenças sobre o ser mulher, os papéis sociais e o ato de cozinhar, apenas mulheres da segunda e terceira geração utilizaram a palavra “machismo” em suas expressões. Sendo que algumas falas parecem revelar inclusive um “machismo velado”, indicando também a naturalização de atribuir a figura feminina ao ato de cozinhar, visto que uma das justificativas para que o homem não cozinhe seja pelo motivo de sua mãe não o ter ensinado. Apesar do machismo ter sido pouco expressivo na fala das mulheres, esta expressão possui relevância por representar um subtema intrínseco a análise dos papéis sociais da mulher de forma histórica, cultural e socioeconômica – que perpassa não apenas o ambiente doméstico como também envolve o âmbito profissional. Pesquisadores da Austrália realizaram análise de conteúdo de sete temporadas de um programa televisivo envolvendo o domínio da culinária por pessoas comuns. Por meio dessa abordagem foi possível examinar os padrões de gênero dos participantes e profissionais da culinária, então, observou-se que as mulheres são frequentemente retratadas como cozinheiras domésticas por inclinação, enquanto a figura do chef profissional permanece praticamente exclusiva para homens. Apesar de sua retórica de inclusão, o programa televisivo pouco fez para desafiar as normas do campo gastronômico profissional que desvalorizou a culinária feminina enquanto valorizava culturas culinárias masculinizadas com comportamentos “firmes” e frequentemente lideradas por homens (HERKES; REDDEN, 2017).

5.5 COMO EU COZINHO

Constituídas as referências e observados os papéis sociais verifica-se uma maior ou menor abertura individual em vivenciar o ato de cozinhar, buscando ou não desenvolver suas habilidades – tanto pela necessidade de se alimentar ou mesmo pelo prazer de realizar o ato de cozinhar e/ou comer, quer seja para si ou para outros.

A forma como uma pessoa compreende sua própria vivência e sua interação com a sociedade são únicas. Assim, algo que possa parecer uma imposição para uns possa ser uma

motivação e um desejo genuíno para o outro. O tema *Como Eu Cozinho* contém subtemas e códigos que refletem a avaliação pessoal sobre como as experiências de vida e sua própria individualidade contribuíram para o ato de cozinhar, perpassando o prazer, as percepções negativas ou neutras sobre o cozinhar, as dimensões deste cozinhar e o reconhecimento de sua identidade como cozinheira.

Bostic e McClain (2017) recrutaram dezessete mulheres e homens, acima de 60 anos, que preparassem ao menos três refeições por semana. Todos os participantes demonstraram interesse e prazer em comer, porém, os relatos descrevem diferentes padrões de comportamento, habilidade e sentimentos envolvendo o ato de cozinhar. As autoras observaram quatro tipos de trajetórias culinárias – resilientes, em expansão, em contração de interesse e em contração de capacidade. No grupo “resilientes” estão aqueles que gostam de cozinhar e realizam esta prática constantemente, em geral, possuem um repertório extenso de receitas e habilidades. Participantes “em expansão” são aqueles que após a aposentadoria possuem maior disponibilidade de tempo e, por tanto, estavam motivados a aproximarem-se do ato de cozinhar. Estes participantes, em geral, relataram não terem aprendido a cozinhar durante a infância, sendo que durante a vida adulta cozinham apenas o básico. Em relação as pessoas “em contração”, parte delas demonstrou o desinteresse em cozinhar e neste momento de suas vidas buscam simplificar o preparo de refeições, já que, tipicamente, este grupo desempenhou um papel ativo na cozinha, porém motivado para agradar aos outros. Outra parte do grupo “em contração” apresentou questões de saúde que culminaram, em geral, no menor envolvimento com o ato de cozinhar (BOSTIC; MCCLAIN, 2017). Diante dos resultados desse estudo, cabe ressaltar o quanto o ato de cozinhar pode modificar-se conforme os momentos de vida e a compreensão que os indivíduos desenvolvem sobre sua identidade enquanto cozinheiro.

No presente estudo, as falas envolvendo o prazer em cozinhar estiveram presentes nas três gerações, sendo expressivas na terceira geração (mais jovem). Nesta, o prazer em cozinhar ficou evidente como um momento propício para relaxar, ou seja, um “hobby”, especialmente aos finais de semana, por não caracterizar o sentimento de obrigação em ter que cozinhar durante a rotina do dia a dia. Ainda sobre essas falas percebeu-se que, para essas mulheres, o preparo da refeição é entendido não somente como necessidade fisiológica, mas também como arte. Tal achado assemelha-se ao encontrado por Moisio, Arnould e Price (2004), os quais observaram que a geração mais jovem tende a experimentar o ato de cozinhar com foco em seu próprio prazer, possuindo motivação auto orientada para desenvolver o ato de cozinhar. Por outro lado, a geração mais avançada se relaciona com o ato de cozinhar a partir de sentimentos de obrigação moral (MOISIO; ARNOULD; PRICE, 2004), descritos anteriormente no item 5.4.

A segunda e terceira gerações apresentaram falas pontuais sobre o dom de cozinhar, compreendido como uma certa habilidade natural em criar receitas com os alimentos disponíveis em cada momento, o que pode revelar um sentimento de segurança ao lidar com o ato de cozinhar, para além do gostar de cozinhar. Apesar de a falta de habilidade culinária ser um dos fatores limitantes para o ato de cozinhar (DELIENS et al., 2014; WOLFSON et al., 2016b), diferentes pesquisas demonstram que estas podem ser aprendidas por indivíduos de todas as idades que recebam estímulos para tal e que dediquem-se a praticar e desenvolver as habilidades necessárias para sentirem-se aptos a desempenhar o ato de cozinhar (BERNARDO et al., 2018; DEAN et al., 2021).

O interesse e prazer em cozinhar também pode ser observado como forma de recepção de visitas, onde o cozinhar pareceu ser considerado demonstração de afeto em servir e compartilhar refeições, com a intenção objetiva de agradar aos convidados. Uma das participantes do estudo, já apresentado, de Bostic e McClain (2017) declarou que se interessa em cozinhar por gostar de ver as pessoas apreciarem as receitas que ela faz, mas também por gostar de comer (BOSTIC; MCCLAIN, 2017). Essa fala evidencia que gostar de cozinhar como forma de cuidar e agradar aos outros pode ser uma motivação natural, saudável e livre de pressão social. Em contrapartida o ato de cozinhar como rotina esteve presente nas três gerações, e ainda que algumas dessas mulheres compreenda este comportamento como algo cansativo, o ato de cozinhar como rotina aparentemente envolve uma organização familiar e pessoal, onde se observa e inclui (de forma mais ou menos consciente) o momento de vida que está sendo vivenciado, tanto por mulheres que vivem em família, com amigos ou até mesmo sozinha. Em estudos que abordam habilidades culinárias, fica claro que a organização é um importante aspecto a ser desenvolvido para aprender a preparar alimentos em diferentes realidades, especialmente se envolvendo restrições econômicas, sociais e até mesmo físicas (BOSTIC; MCCLAIN, 2017; SLATER et al., 2012). Na pesquisa de Lavelle e colaboradores (2016a), a habilidade de planejar e preparar refeições com antecedência foi tão relevante na fala dos participantes que, após a análise temática indutiva, tornou-se um dos temas que reflete um dos aspectos facilitadores do ato de cozinhar no ambiente doméstico utilizando ingredientes frescos. As principais estratégias referentes a esta habilidade e utilizadas pelos participantes (mulheres e homens) para cozinhar com ingredientes frescos e, ao mesmo tempo, minimizar tempo e energia necessários para cozinhar desta forma, foram: cozinhar receitas em maior quantidade para refrigerar ou congelar porções a serem utilizadas em outras refeições; e reaproveitar as sobras de alimentos e preparações disponíveis (LAVELLE et al., 2016a).

Por outro lado, as percepções negativas ou neutras sobre o ato de cozinhar também estiveram presentes nas três gerações, embora tenham sido mais expressivas na primeira (mais idosa) e terceira geração (mais jovem). De modo geral, tais percepções revelaram o desgosto, desinteresse e a crença pessoal de inabilidade em cozinhar, sendo que quando o faziam demonstravam insegurança e medo de reprovação. Com isso, parte das entrevistadas da terceira geração relatou cozinhar apenas porque tinham que comer, ou seja, por necessidade fisiológica. De forma mais específica, pode-se perceber que parte das entrevistadas relataram o fato de terem funcionárias (nas três gerações) ou outras pessoas que cozinhassem para elas (mais expressivo na terceira geração). Diante disso, tais mulheres pareciam considerar desnecessário seu envolvimento no ato de cozinhar como prática rotineira, situação observada especialmente na terceira geração, afinal, segundo uma parcela das participantes da terceira geração, “alguém cozinha para mim”. Oliveira (2010) realizou uma análise histórica sobre a transmissão de conhecimento culinário no Brasil, traçando um paralelo com o processo de diferenciação social a partir da culinária. A autora relata que no início do século XX, o ato de cozinhar era considerado indigno e impensado para mulheres de elite, portanto, a possibilidade de pagar por empregados domésticos era símbolo de *status* e, por isso, passou a ser algo almejado pela classe média urbana em formação. No extremo oposto, encontravam-se várias categorias de mulheres pobres que dependiam exclusivamente do trabalho para suas sobrevivências, um problema social herdado do período escravocrata. Ao final do século XX a culinária passou a se transformar em objeto de desejo, repercutindo novamente em uma diferenciação social. Dessa vez, mulheres de classe média alta que se orgulhavam da falta de habilidades culinárias começaram a interessar-se pela cozinha sem a conotação de obrigação e, sim, por prazer e opção. A autora destaca que no século XXI, boa parte da população almeja conhecer os preceitos da cozinha contemporânea, o domínio de certas técnicas culinárias, da identificação, harmonização e apreciação de diferentes ingredientes e até mesmo vinhos. Contudo, a autora questiona se a aparente reconciliação estabelecida deu-se apenas com a cozinha do trabalho valorizado ou fez-se também com a cozinha da obrigatoriedade diária (OLIVEIRA, 2010).

Falas envolvendo preferências pessoais e o “meu jeito” de cozinhar estiveram associadas a percepção que cada mulher possui de si como cozinheira, e esteve presente nas três gerações. Também cabe considerar que, as percepções sobre “meu jeito” de cozinhar estiveram mais presentes na primeira e terceira gerações, e demonstrou um senso de autoconhecimento e respeito consigo e seu modo de cozinhar, ainda que pudessem haver críticas ou comparações vindas de outros. Eventualmente, a autocrítica era perceptível em algumas falas, no entanto, prevalecia o senso de autorreconhecimento, mesmo quando não

parecia haver intenção em desenvolver o ato de cozinhar pelas entrevistadas. Especialmente a primeira geração apresentou falas como “faço comida simples” ou “faço o básico” que também caracterizam a forma com que cada mulher desenvolveu o ato de cozinhar em sua vida, as falas estiveram presentes nas três gerações. Em pesquisa qualitativa realizada por Lavelle e colaboradores (2016a), foram entrevistados vinte e sete participantes, mulheres e homens. A partir de suas falas, os pesquisadores identificaram que aqueles que se identificaram como bons cozinheiros tendem a utilizar mais ingredientes frescos ao cozinhar, e gostam de fazer isso. Além disso, reconhecer-se como bom cozinheiro aparentemente permite aos participantes experimentar diferentes combinações de sabores e alimentos, favorecendo um maior repertório de receitas (LAVELLE et al., 2016a).

Na presente pesquisa, foi interessante observar os momentos de mudança no ato de cozinhar a medida em que cada mulher vivia suas experiências de vida, relatos que estiveram presentes nas três gerações, embora de forma mais expressiva na segunda geração. Permitir-se experimentar o ato de cozinhar, independente do motivo, contribuiu para o amadurecimento desta habilidade, conforme relato de algumas mulheres entrevistadas (três gerações). Lavelle e colaboradores (2016a) observaram que, na maioria dos casos, os participantes confiantes em sua habilidade de cozinhar atribuíram isso a oportunidades de aprendizado visual e prático anteriores. Especificamente, alguns dos participantes falaram sobre como o ambiente de sua casa e/ou escola contribuiu para seu aprendizado "vendo" ou "fazendo" (LAVELLE et al., 2016a). Experimentar, neste estudo, experimentar, reflete falas como “aprendi fazendo” e “experimento misturar os ingredientes que tenho disponível”. E apesar de presente nas três gerações, foram mais evidentes na terceira geração (mais jovem). Cada uma das experiências, tanto as de vida quanto aquelas relacionadas ao cozinhar, relatadas pelas participantes, somado à forma como cada uma dessas mulheres reagiu a elas, relaciona-se também com os relatos de mudança de percepção sobre o ato de cozinhar. O momento em que uma mulher com percepções neutras ou negativas sobre o cozinhar passou a ter novas percepções, até então não consideradas, chamou-se de mudança de percepção sobre o ato de cozinhar. Estas falas estiveram presentes nas três gerações, embora tenha sido bastante expressiva na terceira geração (mais jovem), possivelmente porque esta geração estava habituada a não cozinhar, afinal alguém que assumia esta atividade. Ou seja, a partir do momento em que algumas mulheres da terceira geração passaram a cozinhar por necessidade acharam ruim, mas tiveram oportunidades para a mudança de percepção sobre o ato de cozinhar.

Reduções no ato de cozinhar foram atribuídas a questão do tempo e o trabalho fora de casa, sendo estes relatados como fatores limitantes do ato de cozinhar (três gerações). Cabe

ressaltar que as mudanças no ato de cozinhar ocorreram por diversos motivos: poder aquisitivo, disponibilidade de restaurantes ou pessoas que cozinham em seu lugar, morar sozinho ou com amigos, mudar de cidade, trabalhar fora de casa, casar, ter filhos, envelhecer. Para além de conhecer fatores motivadores ou limitantes do ato de cozinhar, é preciso compreender que as trajetórias culinárias se moldam ao longo do curso de vida e são influenciadas pelo contexto social, cultural, econômico e histórico em que estão inseridos (BOSTIC; MCCLAIN, 2017; NEUMAN; GOTZÉN; FJELLSTRÖM, 2015). Mudanças nas estruturas familiares e seus domicílios também são situações que podem influenciar consideravelmente o hábito de cozinhar, assim como, viver sozinho foi descrito como motivo para não querer cozinhar apenas para si (LANE et al., 2014; WOLFSON et al., 2016a).

Ademais, foi interessante observar a forma como cada mulher, de todas as gerações, reconheceu-se como referência do ato de cozinhar para outras pessoas, especialmente para os filhos, ainda que seu aprendizado tenha sido por experiência própria. Este achado vai de encontro ao observado na literatura, a qual demonstra que as mães são vistas, em muitos casos, como as principais responsáveis pela transmissão intergeracional de aspectos relacionados à alimentação (JOHNSON et al., 2010; LAVELLE et al., 2016a; RHODES et al., 2016). Por outro lado, Meah e Watson (2011) questionam o discurso sobre o papel imprescindível das mães como responsáveis por transmitir as práticas culinárias, apontando o papel de outros importantes agentes de socialização culinária. As autoras investigam a transmissão das percepções relacionadas ao ato de cozinhar – para além das práticas e habilidades culinárias. Um dos participantes de sua pesquisa relatou que embora tenha aprendido poucas habilidades culinárias com sua mãe, reconhece que herdou dela o “desejo de ofertar às pessoas refeições decentes”. Essa fala demonstra que nem sempre os pais transmitem conhecimentos, habilidades ou práticas, mas também, valores e sentimentos relacionados ao cozinhar (MEAH; WATSON, 2011). Ademais, diferente da ideia frequentemente pré-concebida na literatura sobre “mães transmitindo habilidades e conhecimentos culinários para suas filhas”, foi possível observar no presente estudo, que algumas filhas também influenciaram suas mães em diferentes momentos da vida, seja compartilhando uma nova receita ou ensinando uma nova forma de fazer determinado preparo.

Comer fora de casa foi relatado pelas três gerações, sendo mais expressivo na terceira geração (mais jovem). Especialmente na primeira e segunda geração, o comer fora esteve associado a eventualidade, como sendo um passeio. Já na terceira geração também esteve presente o ato de pedir comida de fora para comer em casa, mesmo que esse comportamento, assim como comer fora de casa, represente maior custo. Por outro lado, comer fora de casa, e

até pedir comida de fora para comer em casa, esteve associado com rapidez, facilidade e/ou praticidade. Tais aspectos foram considerados pelas participantes das três gerações em ocasiões como: optar pelo consumo de lanches ao invés de refeição completa; comprar alimentos pré-preparados; cozinhar em grande quantidade para congelar. A literatura descreve que as agendas familiares e profissionais, obrigações em atender às necessidades dos filhos e diversas oportunidades de lazer são percebidas como influências significativas sobre a decisão de cozinhar, muitas vezes não permitindo a efetivação dessa prática (GATLEY; CARAHER; LANG, 2014; JONES et al., 2014; MOISIO; ARNOULD; PRICE, 2004). Pesquisas qualitativas registram relatos de alguns indivíduos afirmando que não tinham o ato de cozinhar como uma prioridade em suas vidas (LAVELLE et al., 2016a) ou que esta atividade não encontrava-se nem mesmo entre os seus principais interesses (JONES et al., 2014; WOLFSON et al., 2016b).

Cozinhar com o foco na saúde e qualidade nutricional esteve presente nas três gerações, embora tenha sido bastante expressivo na terceira geração. Para estimular a troca de produtos de conveniência por ingredientes frescos, estudiosos sugerem ensinar habilidades culinárias básicas, de forma que as pessoas se permitam experienciar, errar e aprender com seus erros, e sobrepor suas barreiras (CARAHER et al., 2013; JONES et al., 2012; UTTER et al., 2018). Wolfson e colaboradores (2016b) perceberam uma interessante conexão entre a tríade tempo, custo e saúde relacionados ao cozinhar no ambiente doméstico, nesta conexão um dos elementos é sacrificado para priorizar os outros. No entanto, a mesma conexão não foi aparente para o tema cozinhar do zero, ou seja, quem cozinha desta forma por motivação de saúde não mencionou tempo ou custo. Apesar disso, neste estudo, os indivíduos da terceira geração foram aqueles que mencionaram, de forma mais expressiva, o maior interesse em cozinhar por prazer mas também o comer fora mais frequente, a mudança da percepção sobre o ato de cozinhar e o foco em saúde e qualidade nutricional ao realizar essa atividade.

O hábito de compartilhar refeições esteve presente, ainda que pouco expressivo em todas as gerações. Esse achado difere do preconizado pelo Guia Alimentar para População Brasileira (GAPB), o qual orienta compartilhar o comer e as distintas etapas envolvidas, assim como o cozinhar, visto que além de ser uma forma simples e profunda para relacionar-se com familiares, amigos e colegas de trabalho ou escola, também contribui para que o consumo ocorra em ambientes apropriados, facilitando o comer devagar. Cabe ressaltar que a ocasião da refeição – comer sozinho, sentado diante da televisão, sentado à mesa com familiares ou amigos, são importantes para determinar quais alimentos serão consumidos e em que quantidade (BRASIL, 2014), Socializar com comida foi relatado também por todas gerações, embora tenha sido mais expressiva na terceira, onde ficou evidente o prazer e afeto em cozinhar

para receber visitas. O que está de acordo com a literatura, visto que esta é a geração que pauta o cozinhar especialmente no prazer (MOISIO; ARNOULD; PRICE, 2004; OLIVEIRA, 2010), como descrito anteriormente. Na segunda geração este afeto demonstrado pelo ato de cozinhar foi no sentido de valorizar as tradições familiares e cultura alimentar. Da mesma forma, indivíduos de meia idade relatam esforços para reproduzir preparos tradicionais de alimentos no ambiente doméstico, diariamente, apesar das vidas corridas (MOISIO; ARNOULD; PRICE, 2004).

Os achados neste estudo demonstram a importância de incluir, enquanto prática profissional do nutricionista, perguntas e orientações que estimulem reflexões sobre as referências pessoais em relação ao cozinhar, incentivando que os indivíduos revisitem suas ideias e conceitos acerca desta prática e verifiquem o que de fato vem de sua experiência ou reflete uma projeção de regras sociais pré-concebidas a partir da experiência de outras pessoas, especialmente se relacionadas aos papéis sociais e identidade de gênero.

A partir da condução do profissional nutricionista, bem como de políticas públicas que estimulem a ampla discussão social deste tema, os indivíduos poderão ter maior clareza sobre sua relação com o ato de cozinhar. Assim, poderão ser devidamente orientados tanto os indivíduos que estiverem disponíveis a desenvolver o hábito de cozinhar no ambiente doméstico, utilizando preferencialmente alimentos *in natura* e minimamente processados – como orientado pelo GAPB (BRASIL, 2014) – quanto aqueles que não estejam disponíveis a isso. Neste último caso, o fato de conhecer as limitações ao ato de cozinhar no ambiente doméstico também contribui para desenvolver orientações cabíveis à transposição destas limitações, sejam elas individuais ou familiares.

Ademais, o GAPB incentiva que o ato de cozinhar seja compartilhado em família (BRASIL, 2014). Ainda que não se possa extrapolar os resultados deste estudo para toda a população brasileira, a revisão bibliográfica descrita anteriormente ressalta que as mulheres ainda permanecem como principais responsáveis pelo ato de cozinhar no ambiente doméstico em diferentes culturas. Diante disso, faz-se importante o desenvolvimento de políticas públicas e ações não apenas para incentivar, mas para possibilitar efetivamente a participação familiar no ato de cozinhar doméstico, capacitando tanto mulheres quanto homens, de diferentes idades, para esta atividade que demonstra ser determinante para a saúde, alimentação e nutrição, desde o nível individual ao coletivo.

Entende-se como limitações os aspectos relacionados ao método de pesquisa, coleta e análise de dados (CRESWELL, 2007). Por tanto, uma das limitações deste estudo em relação às entrevistas pode envolver o fato de que estas tenham sido conduzidas por profissional da área

saúde, especificamente nutricionista, uma vez que esse fator pode dificultar a abertura e liberdade com que o entrevistado se expressa (DRAPER; SWIFT, 2011). Outro possível viés diz respeito a expressão das entrevistadas, visto que ao compartilhar uma experiência os indivíduos não falam diretamente sobre elas e sim de suas representações sobre a experiência (SILVERMAN, 2009), podendo ainda recriarem as experiências anteriores a partir de suas perspectivas atuais (MEAH; WATSON, 2011). Por outro lado, considera-se que a triangulação de participantes, ou seja, entrevistar mães e filhas sobre o mesmo fenômeno, contribuiu para reduzir este viés.

Na pesquisa qualitativa tem-se o pesquisador como principal instrumento de pesquisa e, ao mesmo tempo, considera-se este uma das maiores ameaças a confiabilidade do trabalho, afinal o pesquisador tem seu próprio olhar para os procedimentos de coleta e análise de dados. Os motivos envolvidos no viés do pesquisador geralmente são a falta de preparo para conduzir a pesquisa de campo e as percepções do pesquisador (YIN, 2011; MORSE, 2015). Para reduzir o impacto desses vieses no estudo, a pesquisadora ateu-se ao estudo teórico do método de Análise Temática Reflexiva (BRAUN et al., 2019), buscando realizar todas as etapas minuciosamente, algumas delas mais de uma vez, contando ainda com auxílio de sua orientadora de mestrado, a qual contribuiu para a reflexão e discussão de cada etapa em reuniões frequentes.

Em relação aos pontos fortes do estudo, tem-se o uso da Análise Temática Reflexiva, por permitir a expansão da produção de conhecimento a partir da subjetividade das histórias de cada entrevistada (BRAUN et al., 2019); a ênfase no gênero e nos papéis sociais desempenhados por mulheres de três gerações distintas, o que permite um olhar aprofundado acerca das diferenças e semelhanças que envolvem o quadro social destas.

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Esta pesquisa foi realizada a partir da sugestão indicada nas considerações finais da tese de Ana Cláudia Mazzone, intitulada “*Significados e práticas relacionados ao ato de cozinhar: estudo intergeracional com mulheres utilizando a Teoria Fundamentada nos Dados*” (2019). Com isso, aplicou-se a Análise Temática, metodologia sugerida por Ana Cláudia, no banco de dados com as entrevistas de mulheres de três gerações, cedido pela autora da pesquisa supracitada.

Considera-se que os objetivos desta pesquisa foram atingidos uma vez que se realizou a caracterização da amostra utilizando-se dados como idade, escolaridade, estado civil, situação de moradia e estado de residência. As experiências das mulheres, seus sentimentos envolvidos com o ato de cozinhar no ambiente doméstico e os fatores relacionados a este foram explorados e analisados a partir da Análise Temática, por meio da qual foi possível também comparar as semelhanças e diferenças identificadas nas experiências e sentimentos das três gerações. De modo geral, todas as mulheres fizeram reflexões sobre suas identidades enquanto cozinheiras, reconhecendo seu papel enquanto referência para outras pessoas, ainda que a autopercepção reflita aspectos neutros ou mesmo negativos sobre o ato de cozinhar no ambiente doméstico.

A terceira geração apresentou relatos que indicaram, de forma mais expressiva, homens como referência ao ato de cozinhar, especialmente a figura do marido, assim como a responsabilidade compartilhada com este em relação ao ato de cozinhar no ambiente doméstico. A terceira geração também narrou com mais frequência acerca de percepções sobre ser mulher e cozinhar, citando em algumas situações o termo machismo – apareceu também na segunda geração, mas não na primeira. Gostar de cozinhar, praticar essa atividade como fonte de prazer, cozinhar considerando a saúde, socializar com comida, permitir-se experimentar o ato de cozinhar e as mudanças de percepção sobre essa prática também foram aspectos mais expressivos na terceira geração. Por outro lado, esta foi a geração que mais relatou o consumo de refeições fora de casa ou a maior disponibilidade de alguém cozinhando para si.

Apenas a primeira e segunda gerações citaram o estilo de vida como um aspecto associado ao ato de cozinhar, visto que à época da infância e juventude dessas gerações os serviços de alimentação como mercados e restaurantes não eram comuns, assim sendo, plantar, colher e cozinhar para a família era considerado a opção mais óbvia.

Enquanto pesquisadora, o domínio do método escolhido passou por etapas de amadurecimento que envolveu não somente as leituras sobre as recomendações teóricas e práticas de diferentes autores sobre a Análise Temática, como também o amadurecimento da

reflexão, do envolvimento curioso com a história relatada pelas mulheres entrevistadas e da percepção das sutilezas envolvendo o tom de voz e a leitura dos significados contidos por entre as falas. Realizar uma Análise Temática é adentrar a compreensão técnica das etapas envolvidas no método e, ao mesmo tempo, permitir-se permear as subjetividades das histórias apresentadas. Um grande aprendizado para a completude do processo de análise foi que o afastamento dos dados é tão essencial quanto o aprofundamento neles. Isso porque, a cada ciclo de aprofundar e afastar, um novo olhar surge e dele o reconhecimento de questões antes não vistas ou vistas de outra perspectiva.

Para futuras pesquisas sugere-se explorar as percepções, sentimentos e significados de homens de diferentes gerações acerca do ato de cozinhar no ambiente doméstico. Outra questão de pesquisa pertinente, seria investigar como acontece o ato de cozinhar no ambiente doméstico para casais de diferentes gerações, em relações hetero ou homoafetivas, com ou sem filhos, visando possibilitar, de modo geral, a maior compreensão sobre a organização familiar que mais ou menos contribua para o hábito de cozinhar no ambiente doméstico. Tais sugestões podem ser exploradas a partir de análise temática e, até o momento, não foram investigadas no Brasil.

A trajetória percorrida durante os anos como aluna de mestrado foi desafiadora no sentido de conciliar os estudos com a atuação profissional devido a maior demanda mental e intelectual necessária para realizar ambas atividades com qualidade, o que requereu maiores níveis de organização pessoal e disciplina. De modo geral, estes anos proporcionaram o amadurecimento profissional e acadêmico, cumprindo um dos objetivos principais da formação de um mestre. A necessidade constante de reavaliar o projeto de dissertação nas disciplinas de *Métodos de Pesquisa da Nutrição em Produção de Refeições*, *Seminários de Pesquisa Metodológica* e *Métodos de Pesquisa Qualitativa em Nutrição* contribuíram para enxergar possibilidades de melhorias e soluções para a proposta inicial de dissertação, qualificada em dezembro de 2019 e intitulada “*Estilos de parentalidade e seletividade alimentar infantil: estudo qualitativo sobre as percepções de pais de pré-escolares de Florianópolis*”.

Contudo, devido a adoção de teletrabalho pela UFSC, decorrente do início da pandemia do COVID-19 em março de 2020, o seguimento da pesquisa foi comprometido, visto que a etapa de entrevistas com mães ou pais de pré-escolares, previstas para acontecer de forma presencial, estava impossibilitada. Diante também da imprevisibilidade de retorno as atividades presenciais, optou-se, em reunião com a professora orientadora Giovanna Medeiros Rataichesk Fiates pela troca do tema de pesquisa como estratégia para dar seguimento ao mestrado. Nesta ocasião, a possibilidade disponível foi adotar o banco de dados da tese de Ana Cláudia Mazzonetto, escolhendo uma das sugestões indicadas em suas considerações finais

para aprofundar o tema e contribuir com a literatura. As mudanças ocorridas e o aprofundamento deste tema não seriam possíveis sem o suporte e constantes interações e discussões realizadas com a professora orientadora.

Ademais, reconheço a oportunidade de realizar o mestrado em uma instituição pública de qualidade como a Universidade Federal de Santa Catarina, a qual busca continuamente os melhores e mais altos patamares de excelência acadêmica, primando pela inclusão, democracia, ética, saúde e sustentabilidade como alguns de seus valores.

REFERÊNCIAS

- AARSETH, H.; OLSEN, B. M. Food and masculinity in dual-career couples. **Journal of Gender Studies**, v. 17, n. 4, p. 277–287, 1 dez. 2008.
- 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. 99, 5 ago. 2015.
- ANDERSON, S. E. et al. Meals in Our Household: Reliability and Initial Validation of a Questionnaire to Assess Child Mealtime Behaviors and Family Mealtime Environments. **Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics**, v. 112, n. 2, p. 276–284, fev. 2012.
- ARAÚJO, G. S. **Práticas parentais alimentares e sua relação com o consumo de alimentos na infância**. Master—Brasília: Universidade de Brasília, 12 ago. 2015.
- BANDURA, A. Social Cognitive Theory: An Agentic Perspective. **Annual Review of Psychology**, v. 52, n. 1, p. 1–26, 2001.
- BARTHES, R. **Toward a Psychosociology of Contemporary Food Consumption**. [s.l.] Routledge, 2013. p. 37–44
- BECK, M. Dinner preparation in the modern United States. **British Food Journal - BR FOOD J**, v. 109, p. 531–547, 10 jul. 2007.
- BERNARDO, G. L. et al. Positive impact of a cooking skills intervention among Brazilian university students: Six months follow-up of a randomized controlled trial. **Appetite**, v. 130, p. 247–255, nov. 2018.
- BLAKE, C. E. et al. Behavioral Contexts, Food-Choice Coping Strategies, and Dietary Quality of a Multiethnic Sample of Employed Parents. **Journal of the American Dietetic Association**, v. 111, n. 3, p. 401–407, mar. 2011.
- BOSTIC, S. M.; MCCLAIN, A. C. Older adults' cooking trajectories: shifting skills and strategies. **British Food Journal**, v. 119, n. 5, p. 1102–1115, 2 maio 2017.
- BOVE, C. F.; SOBAL, J.; RAUSCHENBACH, B. S. Food choices among newly married couples: convergence, conflict, individualism, and projects. p. 17, 2003.
- BOWEN, R. L.; DEVINE, C. M. “Watching a person who knows how to cook, you’ll learn a lot”. Linked lives, cultural transmission, and the food choices of Puerto Rican girls. **Appetite**, v. 56, n. 2, p. 290–298, abr. 2011.
- BOWEN, S.; ELLIOTT, S.; BRENTON, J. The Joy of Cooking? **Contexts**, v. 13, n. 3, p. 20–25, 1 ago. 2014.
- BRASIL. Guia alimentar para a população brasileira. p. 158, 2014.
- BRAUN, V. et al. Thematic Analysis. In: LIAMPUTTONG, P. (Ed.). **Handbook of Research Methods in Health Social Sciences**. Singapore: Springer Singapore, 2018. p. 1–18.

BRAUN, V.; CLARKE, V. Using thematic analysis in psychology. **Qualitative Research in Psychology**, v. 3, n. 2, p. 77–101, jan. 2006.

BRAUN, V.; CLARKE, V. Reflecting on reflexive thematic analysis. **Qualitative Research in Sport, Exercise and Health**, v. 11, n. 4, p. 589–597, 8 ago. 2019.

BROWN, C. L. et al. Association of Picky Eating with Weight Status and Dietary Quality among Low-Income Preschoolers. **Academic pediatrics**, v. 18, n. 3, p. 334–341, abr. 2018.

BROWN, J. L.; MILLER, D. Gender Role Preference and Family Food Chores. **Journal of Nutrition Education and Behavior**, v. 34, n. 2, p. 100–108, 1 mar. 2002.

BRUNNER, T. A.; VAN DER HORST, K.; SIEGRIST, M. Convenience food products. Drivers for consumption. **Appetite**, v. 55, n. 3, p. 498–506, 1 dez. 2010.

BUCKLEY, M.; COWAN, C.; MCCARTHY, M. The convenience food market in Great Britain: Convenience food lifestyle (CFL) segments. **Appetite**, v. 49, n. 3, p. 600–617, 1 nov. 2007.

CAIRNS, K.; JOHNSTON, J.; BAUMANN, S. Caring About Food: Doing Gender in the Foodie Kitchen. **Gender & Society**, v. 24, n. 5, p. 591–615, out. 2010.

CANESQUI, A. M. Mudanças e permanências da prática alimentar cotidiana de famílias de trabalhadores. **Antropologia e nutrição: um diálogo possível**, p. 167–210, 2005.

CARAHER, M. et al. When chefs adopt a school? An evaluation of a cooking intervention in English primary schools. **Appetite**, Marketing to Children - Implications for Eating Behaviour and Obesity: A special issue with the UK Association for the Study of Obesity (ASO). v. 62, p. 50–59, 1 mar. 2013.

CARRIGAN, M.; SZMIGIN, I.; LEEK, S. Managing routine food choices in UK families: The role of convenience consumption. **Appetite**, v. 47, n. 3, p. 372–383, 1 nov. 2006.

CELNIK, D.; GILLESPIE, L.; LEAN, M. E. J. Time-scarcity, ready-meals, ill-health and the obesity epidemic. **Trends in Food Science and Technology**, v. 27, n. 1, p. 4–11, set. 2012.

CHEN, R. C.-Y. et al. Cooking frequency may enhance survival in Taiwanese elderly. **Public Health Nutrition**, v. 15, n. 7, p. 1142–1149, jul. 2012.

COOK, D. T. Semantic Provisioning of Children's Food: Commerce, care and maternal practice. **Childhood**, v. 16, n. 3, p. 317–334, 1 ago. 2009.

CRESWELL, J. W. **Projeto de pesquisa métodos qualitativo, quantitativo e misto**. Porto Alegre: Artmed, 2007.

DANIELS, S. et al. More than preparing a meal? Concerning the meanings of home cooking. **Appetite**, v. 58, n. 3, p. 1050–1056, 1 jun. 2012.

DANIELS, S.; GLORIEUX, I. Convenience, food and family lives. A socio-typological study of household food expenditures in 21st-century Belgium. **Appetite**, Convenience Foods: Shopping, Cooking & Eating. v. 94, p. 54–61, 1 nov. 2015.

DATTILO, A. M. et al. Need for Early Interventions in the Prevention of Pediatric Overweight: A Review and Upcoming Directions. **Journal of Obesity**, v. 2012, p. 1–18, 2012.

DEAN, M. et al. CooC11 and CooC7: the development and validation of age appropriate children's perceived cooking competence measures. **International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity**, v. 18, n. 1, p. 20, dez. 2021.

DELIENS, T. et al. Determinants of eating behaviour in university students: a qualitative study using focus group discussions. **BMC Public Health**, v. 14, n. 1, p. 53, dez. 2014.

DEVINE, C. M. et al. Life-Course Influences on Fruit and Vegetable Trajectories: Qualitative Analysis of Food Choices. **Journal of Nutrition Education**, v. 30, n. 6, p. 361–370, 1 nov. 1998.

DEVINE, C. M. A Life Course Perspective: Understanding Food Choices in Time, Social Location, and History. **Journal of Nutrition Education and Behavior**, v. 37, n. 3, p. 121–128, 1 maio 2005.

DEVINE, C. M. et al. “A lot of sacrifices:” Work-family spillover and the food choice coping strategies of low wage employed parents. **Social science & medicine (1982)**, v. 63, n. 10, p. 2591–2603, nov. 2006.

DEVINE, C. M. et al. Work Conditions and the Food Choice Coping Strategies of Employed Parents. **Journal of Nutrition Education and Behavior**, v. 41, n. 5, p. 365–370, 1 set. 2009.

DÍAZ-MÉNDEZ, C.; GARCÍA-ESPEJO, I. Díaz Méndez, C. and García Espejo, I.(2014). “Eating practice models in Spain and the United Kingdom: a comparative time use analysis”, *International Journal of Comparative Sociology*, Vol 55 (1) 24-44. **International Journal of Comparative Sociology**, v. Vol 55, p. 24–44, 5 maio 2014.

DIEZ-GARCIA, R. W.; CASTRO, I. R. R. DE. A culinária como objeto de estudo e de intervenção no campo da Alimentação e Nutrição. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 16, n. 1, p. 91–98, jan. 2011.

DRAPER, A.; SWIFT, J. A. Qualitative research in nutrition and dietetics: data collection issues. **Journal of Human Nutrition and Dietetics**, v. 24, n. 1, p. 3–12, 2011.

DRAXTEN, M. et al. Parental role modeling of fruits and vegetables at meals and snacks is associated with children's adequate consumption. **Appetite**, v. 78, p. 1–7, jul. 2014.

EDSTROM, K. M.; DEVINE, C. M. Consistency in Women's Orientations to Food and Nutrition in Midlife and Older Age: A 10-Year Qualitative Follow-up. v. 33, n. 4, p. 9, 2001.

ELDER, G. H. Time, Human Agency, and Social Change: Perspectives on the Life Course. **Social Psychology Quarterly**, v. 57, n. 1, p. 4, 1994.

ELDER, G. H.; JOHNSON, M. K.; CROSNOE, R. The Emergence and Development of Life Course Theory. In: MORTIMER, J. T.; SHANAHAN, M. J. (Eds.). . **Handbook of the Life Course**. Handbooks of Sociology and Social Research. Boston, MA: Springer US, 2003. p. 3–19.

ENGLER-STRINGER, R. The Domestic Foodscapes of Young Low-Income Women in Montreal: Cooking Practices in the Context of an Increasingly Processed Food Supply. **Health Education & Behavior**, v. 37, n. 2, p. 211–226, abr. 2010.

FITZGERALD, N.; SPACCAROTELLA, K. Barriers to a healthy lifestyle: from individuals to public policy - an ecological perspective. **Journal of Extension**, v. 47, n. 1, 2009.

FLAGG, L. A. et al. The influence of gender, age, education and household size on meal preparation and food shopping responsibilities. **Public Health Nutrition**, v. 17, n. 9, p. 2061–2070, 2013.

GABLE, S.; CHANG, Y.; KRULL, J. L. Television watching and frequency of family meals are predictive of overweight onset and persistence in a national sample of school-aged children. **Journal of the American Dietetic Association**, v. 107, n. 1, p. 53–61, jan. 2007.

GARCÍA-GONZÁLEZ, Á. et al. Identifying Factors Related to Food Agency: Cooking Habits in the Spanish Adult Population—A Cross-Sectional Study. **Nutrients**, v. 10, n. 2, p. 217, 15 fev. 2018.

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

GILLMAN, M. W. et al. Family dinner and diet quality among older children and adolescents. **Archives of Family Medicine**, v. 9, n. 3, p. 235–240, mar. 2000.

GUSTAFSSON, K.; SIDENVALL, B. Food-related health perceptions and food habits among older women. **Journal of Advanced Nursing**, v. 39, n. 2, p. 164–173, 2002.

GUTHRIE, J. et al. **Americans Food Choices at Home and Away: How do They compare with recommendations?** Disponível em: <<https://www.ers.usda.gov/amber-waves/2013/february/americans-food-choices-at-home-and-away/>>. Acesso em: 25 abr. 2021.

HALKIER, B. Suitable Cooking? **Food, Culture & Society**, v. 12, n. 3, p. 357–377, set. 2009.

HAMMONS, A. J.; FIESE, B. H. Is frequency of shared family meals related to the nutritional health of children and adolescents? **Pediatrics**, v. 127, n. 6, p. e1565–e1574, 2011.

HAMRICK, K. S. et al. How Much Time Do Americans Spend on Food?, EIB-86. p. 64, 2011.

HARRIS, J. M.; SHIPTSOVA, R. Consumer Demand for Convenience Foods: Demographics and Expenditures. **Journal of Food Distribution Research**, v. 38, n. 3, p. 22–36, 2007.

HERKES, E.; REDDEN, G. Misterchef? Cooks, Chefs and Gender in MasterChef Australia. **Open Cultural Studies**, v. 1, n. 1, p. 125–139, 26 set. 2017.

IBGE. **Pesquisa de orçamentos familiares : 2017-2018 : análise do consumo alimentar pessoal no Brasil / IBGE, Coordenação de Trabalho e Rendimento.** Disponível em: <<https://biblioteca.ibge.gov.br/index.php/biblioteca-catalogo?view=detalhes&id=2101742>>. Acesso em: 25 abr. 2021.

JABS, J. et al. Trying to Find the Quickest Way: Employed Mothers' Constructions of Time for Food. **Journal of Nutrition Education and Behavior**, v. 39, n. 1, p. 18–25, jan. 2007.

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

JONES, M. et al. Food sustainability education as a route to healthier eating: evaluation of a multi-component school programme in English primary schools. **Health Education Research**, v. 27, n. 3, p. 448–458, 1 jun. 2012.

JONES, S. A. et al. Perceived Motivators to Home Food Preparation: Focus Group Findings. **Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics**, v. 114, n. 10, p. 1552–1556, 1 out. 2014.

KAUFMANN, J.-C. **The Meaning of Cooking**. Disponível em: <<https://www.amazon.com/Meaning-Cooking-Jean-Claude-Kaufmann/dp/0745646913>>. Acesso em: 25 abr. 2021.

KJÆRNES, U. **A Day in the Lives of Nordic Peoples**. Disponível em: <<https://docplayer.net/18711580-Eating-patterns-a-day-in-the-lives-of-nordic-peoples-report-no-7-2001-unni-kjaernes-ed.html>>. Acesso em: 26 abr. 2021.

KUPER, A.; REEVES, S.; LEVINSON, W. Kuper A, Reeves S, Levinson W An introduction to reading and appraising qualitative research. **BMJ (Clinical research ed.)**, v. 337, p. a288, 1 fev. 2008.

LANE, K. et al. Older women's reduced contact with food in the Changes Around Food Experience (CAFE) study: choices, adaptations and dynamism. **Ageing and Society**, v. 34, n. 4, p. 645–669, abr. 2014.

LANG, T.; CARAHER, M. Is there a culinary skills transition? Data and debate from the UK about changes in cooking culture. **Journal of the Home Economics Institute of Australia**, v. 8, 1 jan. 2001.

LASKA, M. N. et al. Does involvement in food preparation track from adolescence to young adulthood and is it associated with better dietary quality? Findings from a ten-year longitudinal study. **Public health nutrition**, v. 15, n. 7, p. 1150–1158, jul. 2012.

LAVELLE, F. et al. Barriers and facilitators to cooking from 'scratch' using basic or raw ingredients: A qualitative interview study. **Appetite**, v. 107, p. 383–391, dez. 2016a.

LAVELLE, F. et al. Learning cooking skills at different ages: a cross-sectional study. **International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity**, v. 13, n. 1, p. 119, dez. 2016b.

LERNER, A.; MATTHIAS, T. Changes in intestinal tight junction permeability associated with industrial food additives explain the rising incidence of autoimmune disease. **Autoimmunity Reviews**, v. 14, n. 6, p. 479–489, 1 jun. 2015.

MADDEN, H.; CHAMBERLAIN, K. Nutritional health, subjectivity and resistance: Women's accounts of dietary practices. **Health**, v. 14, n. 3, p. 292–309, 1 maio 2010.

MALIK, V. S.; WILLET, W. C.; HU, F. B. Global obesity: trends, risk factors and policy implications. **Nature Reviews Endocrinology**, v. 9, n. 1, p. 13–27, jan. 2013.

MANCINO, L.; GREGORY, C. A. **Does More Cooking Mean Better Eating? Estimating the relationship between time spent in food preparation and diet quality** 2012 Annual Meeting, August 12-14, 2012, Seattle, Washington: 2012 Annual Meeting, August 12-14, 2012, Seattle, Washington. [s.l.] Agricultural and Applied Economics Association, 2012. Disponível em: <<https://ideas.repec.org/p/ags/aaea12/124025.html>>. Acesso em: 21 maio. 2021.

MANCINO, L.; NEWMAN, C. **Who's cooking? Time spent preparing food by gender, income and household composition** 2006 Annual meeting, July 23-26, Long Beach, CA: 2006 Annual meeting, July 23-26, Long Beach, CA. [s.l.] American Agricultural Economics Association (New Name 2008: Agricultural and Applied Economics Association), 2006. Disponível em: <<https://ideas.repec.org/p/ags/aaea06/21456.html>>. Acesso em: 26 abr. 2021.

MAZZONETTO, A. C. SIGNIFICADOS E PRÁTICAS RELACIONADOS AO ATO DE COZINHAR: estudo intergeracional com mulheres utilizando a. p. 295, 2019.

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. **The International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity**, v. 13, 26 out. 2016.

MCGOWAN, L. et al. Domestic cooking and food skills: A review. **Critical Reviews in Food Science and Nutrition**, v. 57, n. 11, p. 2412–2431, 24 jul. 2017.

MEAH, A.; JACKSON, P. Crowded kitchens: the ‘democratisation’ of domesticity? **Gender, Place & Culture**, v. 20, n. 5, p. 578–596, ago. 2013.

MEAH, A.; WATSON, M. Saints and Slackers: Challenging Discourses about the Decline of Domestic Cooking. **Sociological Research Online**, v. 16, n. 2, p. 108–120, jun. 2011.

MEEUSSEN, L.; LAAR, C. V.; GROOTEL, S. V. How to Foster Male Engagement in Traditionally Female Communal Roles and Occupations: Insights from Research on Gender Norms and Precarious Manhood. **Social Issues and Policy Review**, v. 14, n. 1, p. 297–328, 2020.

MERAVIGLIA, C.; DUDKA, A. The gendered division of unpaid labor during the Covid-19 crisis: did anything change? Evidence from Italy. **International Journal of Sociology**, v. 51, n. 1, p. 64–75, 2 jan. 2021.

MILLS, S. et al. Health and social determinants and outcomes of home cooking: A systematic review of observational studies. **Appetite**, v. 111, p. 116–134, 1 abr. 2017.

MOISIO, R.; ARNOULD, E. J.; PRICE, L. L. Between Mothers and Markets: Constructing family identity through homemade food. **Journal of Consumer Culture**, v. 4, n. 3, p. 361–384, nov. 2004.

MONTEIRO, C. A. et al. Increasing consumption of ultra-processed foods and likely impact on human health: evidence from Brazil. **Public Health Nutrition**, v. 14, n. 1, p. 5–13, 20 dez. 2010.

MONTEIRO, C. A. et al. Ultra-processed products are becoming dominant in the global food system. **Obesity Reviews**, v. 14, n. S2, p. 21–28, 2013.

MOODIE, R. et al. Profits and pandemics: prevention of harmful effects of tobacco, alcohol, and ultra-processed food and drink industries. **The Lancet**, v. 381, n. 9867, p. 670–679, 23 fev. 2013.

NEUMAN, N.; GOTZÉN, L.; FJELLSTRÖM, C. Narratives of progress: cooking and gender equality among Swedish men. **Journal of Gender Studies**, v. 26, n. 2, p. 151–163, 2015.

NEUMARK-SZTAINER, D. et al. Family meal patterns: associations with sociodemographic characteristics and improved dietary intake among adolescents. **Journal of the American Dietetic Association**, v. 103, n. 3, p. 317–322, mar. 2003.

NEUMARK-SZTAINER, D. et al. Are family meal patterns associated with disordered eating behaviors among adolescents? **The Journal of Adolescent Health: Official Publication of the Society for Adolescent Medicine**, v. 35, n. 5, p. 350–359, nov. 2004.

NEUMARK-SZTAINER, D. et al. Family meals and disordered eating in adolescents: longitudinal findings from project EAT. **Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine**, v. 162, n. 1, p. 17–22, jan. 2008.

NICKLAS, T. A. et al. Family and Child-care Provider Influences on Preschool Children's Fruit, Juice, and Vegetable Consumption. **Nutrition Reviews**, v. 59, n. 7, p. 224–235, 2001.

OLIVEIRA, D. S. DE S. **A transmissão do conhecimento culinário no Brasil urbano do século XX**. Mestrado em História Social—São Paulo: Universidade de São Paulo, 9 abr. 2010.

OWEN, J. et al. 'If they don't eat it, it's not a proper meal': Images of risk and choice in fathers' accounts of family food practices. **Health, Risk & Society**, v. 12, n. 4, p. 395–406, 1 ago. 2010.

PARSONS, J. M. When convenience is inconvenient: 'healthy' family foodways and the persistent intersectionalities of gender and class. **Journal of Gender Studies**, v. 25, n. 4, p. 382–397, 3 jul. 2016.

PELTNER, J.; THIELE, S. Convenience-based food purchase patterns: identification and associations with dietary quality, sociodemographic factors and attitudes. **Public Health Nutrition**, v. 21, p. 1–13, 27 nov. 2017.

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

PLASTOW, N. A.; ATWAL, A.; GILHOOLY, M. Food activities and identity maintenance in old age: a systematic review and meta-synthesis. **Aging & Mental Health**, v. 19, n. 8, p. 667–678, 3 ago. 2015.

PLESSZ, M.; ÉTILÉ, F. Is Cooking Still a Part of Our Eating Practices? Analysing the Decline of a Practice with Time-Use Surveys. **Cultural Sociology**, v. 13, n. 1, p. 93–118, 1 mar. 2019.

PORTER, E. J. Problems With Preparing Food Reported by Frail Older Women Living Alone at Home. **Advances in Nursing Science**, v. 30, n. 2, p. 159–174, abr. 2007.

RATHI, N.; RIDDELL, L.; WORSLEY, A. Indian adolescents' perceptions of the home food environment. **BMC Public Health**, v. 18, n. 1, p. 169, 22 jan. 2018.

ROCKETT, H. R. H. Family Dinner: More than Just a Meal. **Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics**, v. 107, n. 9, p. 1498–1501, 1 set. 2007.

SHAPIRO, L. **Something from the Oven: Reinventing Dinner in 1950s America**. New York: Penguin Books, 2005.

SHORT, F. **Kitchen Secrets: The Meaning of Cooking in Everyday Life**. Oxford ; New York: Berg Publishers, 2006.

SILVERMAN, D. **Interpretação de Dados Qualitativos: Métodos para Análise de Entrevistas, Textos e Interações**. [s.l.] Grupo A - Artmed, 2009.

SIMMEL, G. The sociology of the meal. **Food and foodways : explorations in the history and culture of human nourishment**, 1994.

SIMMONS, D.; CHAPMAN, G. E. The significance of home cooking within families. **British Food Journal**, v. 114, n. 8, p. 1184–1195, 3 ago. 2012.

SLATER, J. et al. 'Trying to make it all come together': structuration and employed mothers' experience of family food provisioning in Canada. **Health Promotion International**, v. 27, n. 3, p. 405–415, 1 set. 2012.

SMITH, K. et al. Smith KJ, McNaughton SA, Gall SL, Blizzard L, Dwyer T, Venn AJ. Takeaway food consumption and its associations with diet quality and abdominal obesity: a cross-sectional study of young adults. *Int J Behav Nutr Phys Act* 6, 29. **The international journal of behavioral nutrition and physical activity**, v. 6, p. 29, 28 maio 2009.

SMITH, K. J. et al. Involvement of Young Australian Adults in Meal Preparation: Cross-Sectional Associations with Sociodemographic Factors and Diet Quality. **Journal of the American Dietetic Association**, v. 110, n. 9, p. 1363–1367, 1 set. 2010.

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

SOBAL, J.; BISOGNI, C. A. Constructing Food Choice Decisions. **Annals of Behavioral Medicine**, v. 38, n. suppl_1, p. s37–s46, 1 dez. 2009.

SOBAL, J.; NELSON, M. K. Commensal eating patterns: a community study. **Appetite**, v. 41, n. 2, p. 181–190, out. 2003.

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, 1 mar. 2012.

STEAD, M. et al. Confident, fearful and hopeless cooks: Findings from the development of a food-skills initiative. **British Food Journal**, v. 106, p. 274–287, 1 abr. 2004.

STUCKLER, D. et al. Manufacturing Epidemics: The Role of Global Producers in Increased Consumption of Unhealthy Commodities Including Processed Foods, Alcohol, and Tobacco. **PLOS Medicine**, v. 9, n. 6, p. e1001235, 26 jun. 2012.

SYDNER, Y. M. et al. Food Habits and Foodwork. **Food, Culture & Society**, v. 10, n. 3, p. 367–387, 1 nov. 2007.

SZABO, M. The Challenges of “Re-engaging with Food”: Connecting Employment, Household Patterns and Gender Relations to Convenience Food Consumption in North America. **Food, Culture & Society**, v. 14, n. 4, p. 547–566, dez. 2011.

TAYLOR, J. P.; EVERS, S.; MCKENNA, M. Determinants of healthy eating in children and youth. **Canadian Journal of Public Health = Revue Canadienne De Sante Publique**, v. 96 Suppl 3, p. S20-26, S22-29, ago. 2005.

TOMAZONI, A. M. R. PRÁTICAS E REFLEXÕES SOBRE EDUCAÇÃO ALIMENTAR: p. 200, 2014.

UTTER, J. et al. Self-Perceived Cooking Skills in Emerging Adulthood Predict Better Dietary Behaviors and Intake 10 Years Later: A Longitudinal Study. **Journal of Nutrition Education and Behavior**, v. 50, n. 5, p. 494–500, 1 maio 2018.

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

VESNAVER, E. et al. Food behavior change in late-life widowhood: A two-stage process. **Appetite**, v. 95, p. 399–407, 1 dez. 2015.

VIDGEN, H. A.; GALLEGOS, D. Defining food literacy and its components. **Appetite**, Abstracts of the 23rd European Childhood Obesity Group (ECOG) Congress. v. 76, p. 50–59, 1 maio 2014.

VIRUDACHALAM, S. et al. Prevalence and patterns of cooking dinner at home in the USA: National Health and Nutrition Examination Survey (NHANES) 2007-2008. **Public Health Nutrition**, v. 17, n. 5, p. 1022–1030, maio 2014.

WETHINGTON, E. An Overview of the Life Course Perspective: Implications for Health and Nutrition. **Journal of Nutrition Education and Behavior**, v. 37, n. 3, p. 115–120, 1 maio 2005.

WOLFSON, J. A. et al. Public perceptions of cooking and the implications for cooking behaviour in the USA. **Public Health Nutrition**, v. 19, n. 9, p. 1606–1615, 2016a.

WOLFSON, J. A. et al. What does cooking mean to you?: Perceptions of cooking and factors related to cooking behavior. **Appetite**, v. 97, p. 146–154, fev. 2016b.

WOLFSON, J. A. et al. What does cooking mean to you?: Perceptions of cooking and factors related to cooking behavior. **Appetite**, v. 97, p. 146–154, 1 fev. 2016c.

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

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

WOOLHOUSE, M.; DAY, K.; RICKETT, B. “Growing your own herbs” and “cooking from scratch”: Contemporary discourses around good mothering, food, and class-related identities. **Journal of Community & Applied Social Psychology**, v. 29, n. 4, p. 285–296, jul. 2019.

WORSLEY, T. et al. Who cooks from scratch and how do they prepare food? **British Food Journal**, v. 117, p. 664–676, 2 fev. 2015.

YOUNGINER, N. A. et al. Resilience and Hope: Identifying Trajectories and Contexts of Household Food Insecurity. **Journal of Hunger & Environmental Nutrition**, v. 10, n. 2, p. 230–258, 3 abr. 2015.

ZICK, C. D.; STEVENS, R. B. **Trends in Americans food-related time use: 1975-2006**. [s.l.] Cambridge University Press, 1 jan. 2010.

ZUCCHI, N. D. **Alimentos ultra processados direcionados a crianças: Disponibilidade, informação nutricional complementar e opinião de consumidores infantis**. 2015. Dissertação (Mestrado). Programa de Pós-Graduação em Nutrição. Centro de Ciências da Saúde, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, SC, 2015.

APÊNDICES

NOTA DE IMPRENSA - SER MULHER E COZINHAR: EXPERIÊNCIAS E SENTIMENTOS DE MULHERES DE TRÊS GERAÇÕES.

A dissertação desenvolvida no Programa de Pós-Graduação em Nutrição (PPGN) no âmbito do Núcleo de Pesquisa de Nutrição em Produção de Refeições (NUPPRE) da Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC) buscou conhecer as experiências e sentimentos de mulheres de três gerações sobre o ato de cozinhar. O estudo foi defendido pela nutricionista Jackeline Nass Machado Melo, em junho de 2021, sob orientação da professora Giovanna Medeiros Rataichesk Fiates. Não houve concessão de bolsa de estudo à profissional, a qual continuou desenvolvendo seu trabalho no Núcleo de Desenvolvimento Infantil (NDI/UFSC).

Considera-se que os objetivos desta pesquisa foram atingidos uma vez que se realizou a caracterização de vinte e duas mulheres, de três gerações diferentes, da amostra utilizando-se dados como idade, escolaridade, estado civil, situação de moradia e estado de residência. Aproximadamente 40% (n=9) das participantes possuem ensino superior, cerca de 63% (n=14) são casadas, enquanto 54% (n=12) vivem apenas com o marido ou com este e os filhos. A maior parte das mulheres (59%, n=13) reside no estado de Santa Catarina, região sul do Brasil.

As experiências das mulheres, seus sentimentos envolvidos com o ato de cozinhar no ambiente doméstico e os fatores relacionados a este foram explorados e analisados, permitindo também a comparação entre as semelhanças e diferenças identificadas nas experiências e sentimentos das três gerações. De modo geral, todas as mulheres fizeram reflexões sobre suas identidades enquanto cozinheiras, reconhecendo seu papel enquanto referência para outras pessoas, ainda que a autopercepção reflita aspectos neutros ou mesmo negativos sobre o ato de cozinhar no ambiente doméstico.

A terceira geração (entre 20 a 39 anos) apresentou relatos que indicaram, de forma mais expressiva, homens como referência ao ato de cozinhar, especialmente a figura do marido, assim como a responsabilidade compartilhada com este em relação ao ato de cozinhar no ambiente doméstico. A terceira geração também narrou com mais frequência acerca de percepções sobre ser mulher e cozinhar, citando em algumas situações o termo machismo – apareceu também na segunda geração, mas não na primeira. Gostar de cozinhar, praticar essa atividade como fonte de prazer, cozinhar considerando a saúde, socializar com comida, permitir-se experienciar o ato de cozinhar e as mudanças de percepção sobre essa prática também foram aspectos mais expressivos na terceira geração. Por outro lado, esta foi a geração

que mais relatou o consumo de refeições fora de casa ou a maior disponibilidade de alguém cozinhando para si.

Apenas a primeira (acima de 60 anos) e segunda (entre 40 e 59 anos) gerações citaram o estilo de vida como um aspecto associado ao ato de cozinhar, visto que à época da infância e juventude dessas gerações os serviços de alimentação como mercados e restaurantes não eram comuns, assim sendo, plantar, colher e cozinhar para a família era considerado a opção mais óbvia.

A forma como uma pessoa compreende sua própria vivência e sua interação com a sociedade são únicas. Assim, algo que possa parecer uma imposição para uns possa ser uma motivação e um desejo genuíno para o outro. Observou-se que as falas das participantes refletem uma avaliação pessoal sobre como as experiências de vida e sua própria individualidade contribuíram para o ato de cozinhar, perpassando o prazer, as percepções negativas ou neutras sobre o cozinhar, as dimensões deste cozinhar e o reconhecimento de sua identidade como cozinheira.

ANEXOS

ANEXO A - GUIA DE ENTREVISTAS E RECONHECIMENTO DA COZINHA DOMÉSTICA (INICIAL)

Agradecer a disponibilidade do participante. Relembra-lo do que foi dito no contato anterior/inicial. Apresentar-se como pesquisadora da Universidade Federal de Santa Catarina e solicitar assinatura do termo de consentimento livre e esclarecido [mostrar o termo e explicá-lo]. Destacar questões sobre anonimato, confidencialidade e que os dados serão gravados e transcritos. Solicitar autorização para gravar a entrevista. Explicar que a entrevista será feita em duas etapas. Ressaltar que não existem respostas certas ou erradas. Posicionar o gravador entre o pesquisador e o entrevistado.

1. Entrevista

A. Curso de vida

Agora, gostaria de conversar um pouco sobre a sua vida, como uma história. Gostaria que pensasse em sua vida como um livro, que tem diferentes cenários, personagens, eventos, momentos e capítulos. Então, pensando em sua vida como um livro, em quantos capítulos ela estaria dividida? Quais seriam esses capítulos? Como você os denominaria? Me fale brevemente sobre cada um deles (controlar o tempo para que essa pergunta não se estenda por mais de 30 minutos).

B. Questão central

Desde a infância até hoje, passando por esses diferentes capítulos de sua história, como o ato de cozinhar esteve presente?

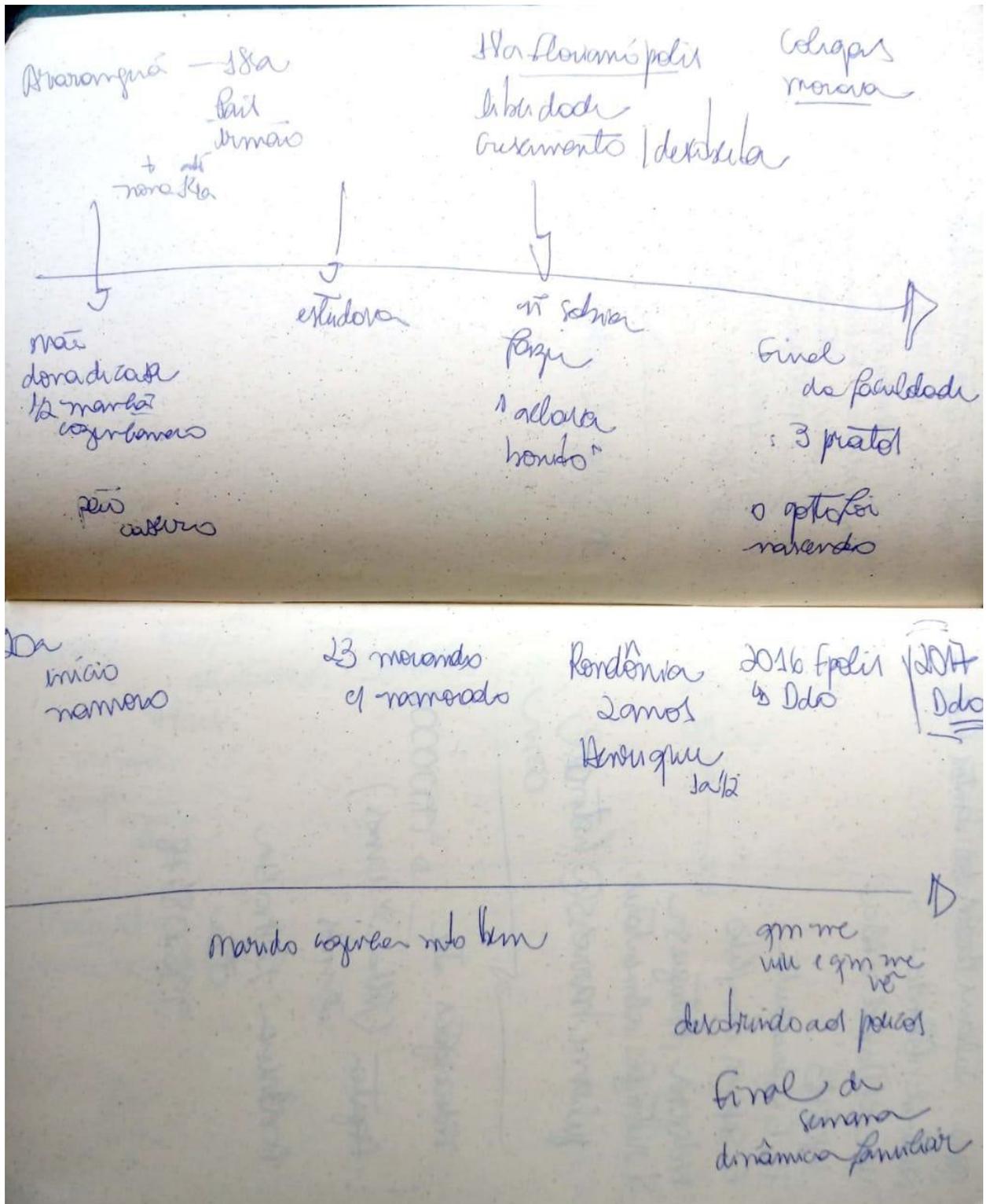
Orientações gerais:

A pesquisadora deverá ter em mente alguns tópicos que, se não discutidos pelo entrevistado, poderão ser aprofundados. Assim, a pesquisadora poderá utilizar perguntas de acompanhamento para aprofundar a discussão.

- Investigar trajetórias culinárias, como o ato de cozinhar se desenvolveu ao longo da vida;
- Investigar transições, que podem ter modificado a forma e a frequência com que o indivíduo cozinha;
- Investigar *turning points*, que podem indicar um momento em que o hábito de cozinhar sofreu modificações profundas;
- Investigar pessoas que influenciaram e inspiraram o indivíduo;
- Investigar agência alimentar, que demonstre um interesse próprio em (não) cozinhar;

- Estar atenta para o momento da vida do indivíduo que os principais eventos ocorreram;
- Estar atenta para o contexto em que os eventos ocorreram;
- Investigar como o indivíduo se sente com relação a cozinhar (comparar com outras gerações);
- Investigar o que o indivíduo pensa sobre cozinhar (comparar com outras gerações);
- Investigar como o indivíduo age com relação a cozinhar (comparar com outras gerações).

ANEXO B – EXEMPLO DA UTILIZAÇÃO DA LINHA DO TEMPO PARA A CONDUÇÃO DAS ENTREVISTAS



ANEXO C – PARECER COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA

UNIVERSIDADE FEDERAL DE
SANTA CATARINA - UFSC



PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: Cozinhando alimentos e criando preparações culinárias no ambiente doméstico

Pesquisador: Giovanna Medeiros Rataichesk Fiates

Área Temática:

Versão: 1

CAAE: 59227216.0.0000.0121

Instituição Proponente: Universidade Federal de Santa Catarina

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 1.723.746

Apresentação do Projeto:

Proponente Profª. Giovanna Medeiros Rataichesk Fiates, Dr., CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE DEPARTAMENTO DE NUTRIÇÃO, PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM NUTRIÇÃO NÚCLEO DE PESQUISA DE NUTRIÇÃO EM PRODUÇÃO DE REFEIÇÕES.

Projeto de pesquisa vinculado ao Programa de Pós-Graduação em Nutrição da UFSC e coordenado pela profa. Giovana M. R. Fiates. O projeto originará a tese de doutorado da aluna Ana Cláudia Mazzonetto. O hábito de cozinhar e elaborar preparações culinárias vem sendo estimulado pela possibilidade de promover a utilização de alimentos in natura e minimamente processados em detrimento de processados e ultraprocessados. No entanto, a literatura indica que as pessoas têm dedicado pouco tempo ao ato de cozinhar e que as refeições preparadas em casa são cada vez menos frequentes. Além de habilidades culinárias, o hábito de cozinhar também envolve os valores e significados atribuídos a ele. O presente estudo objetiva conhecer as percepções de indivíduos de diferentes gerações em relação ao ato de cozinhar no ambiente doméstico, relacionar tais percepções com seu comportamento de compra e discutir os achados sob a ótica das recomendações apresentadas no Guia Alimentar para a População Brasileira e da Política Nacional de Alimentação e Nutrição (PNAN), em sua diretriz de Promoção da Alimentação Adequada e Saudável (PAAS). O estudo será observacional do tipo transversal, descritivo e